

16.06.2025

Утверждено:
Заведующая МКДОУ ДС №15 «Колосок» Ниж. Александровка
Л.А.Саева

Меню (ЯСЛИ) на 1-2 квартал 2025 года

№ по сб.рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд*			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена,руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	1 день							
	Завтрак							
209сб2005	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	1шт	5,1	4,6	0,3	63	0	10,4
50сб1982	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (консерв)	60	0,9	2,74	3,7	43,02	1,77	16,13
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
459сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/7/5	0,23	0,08	7,13	30	0,75	2,43
	Итого за завтрак		8,32	11,88	23,12	233,52	2,52	35,73
	2-й завтрак							
359сб2002	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,83	0	17,67	73,3	1,67	19,31
	Итого за второй завтрак		0,83	0	17,67	73,3	1,67	19,31
	Обед							
59сб2012	БОРЩ ВЕГИТАРИАНСКИЙ МЕЛКОШЕНКОВАННЫЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,64	3,57	8,21	71,6	10,7	7,65
341сб2021	КОТЛЕТА «ПЕРМСКАЯ»	60	9,6	9,3	7,2	151,8	0	38,84
312сб2005	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	4,1	14,8	106,1	4,48	13,96
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
495сб2021	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,45	0,08	15,08	63	0,15	3,6
	Итого обед		18,19	17,75	66,29	498,5	15,33	67,38
	Полдник							
385сб2005	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,8	5	8,9	146	2,3	12,25
	ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ	40	0,39	0,28	32,3	234,6	0	10,47
	Итого за полдник		5,18	5,28	41,1	380,6	2,3	22,72
	ИТОГО за день:		32,52	34,91	148,18	1185,92	21,82	145,14

17.06.2025

Утверждено:
Заведующая МКДОУ ДС №15 «Колосок» Ниж. Александровка
Л.А.Саева

Меню (ЯСЛИ) на 1-2 квартал 2025 года

№ по сб.рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	2 день							
	Завтрак							
174сб2005	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	150/5	4,5	5,03	38,18	333	0	14,63
15сб2005	СЫР РОССИЙСКИЙ	15	3,9	4	0	52,9	0,08	11,90
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
459сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ	150/7,5	0,15	0,08	6,98	28,5	0	1,39
	Итого за завтрак		11,05	13,61	57,41	379,45	0,08	34,77
	2-й завтрак							
338сб2005	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	75	0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
	Итого за второй завтрак		0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
	Обед							
103сб2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЛАПШОЙ ДОМАШНЕЙ	150	2,1	4,4	19,36	132	0	5,21
294сб2005	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	8,5	9,6	9,6	159	0	15,78
137сб2012	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120/5	2,16	10,8	18,4	201,6	3,44	16,41
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,3	10,2	53	0	1,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,3	9,9	50	0	1,6
476сб2021	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	150	0,15	0,15	17,85	73,5	0,6	4,91
	Итого обед		16,61	25,55	85,31	669,1	4,04	45,57
	Полдник							
460сб2021	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,05	1,2	8	68,2	0	4,29
424сб2005	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,75	6,6	30,4	196	0	4,76
	Итого за полдник		4,8	7,8	38,4	264,2	0	9,05
	ИТОГО за день:		32,69	46,96	189	1342	9,67	98,32

18.06.2025

Утверждено:
Заведующая МКДОУ ДС №15 «Колосок» Ниж. Александровка
Л.А.Саева

Меню (ЯСЛИ) на 1-2 квартал 2025 года

№ по сб.рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	3 день							
	Завтрак							
223с62005	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/10	20,4	8,4	33	290	0	50,01
	ХЛЕБ РЖАННОЙ	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
14с62005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
462с62021	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,48	2,18	10,35	70,5	0,53	8,34
	Итого за завтрак		24,97	15,04	55,34	458	0,53	65,12
	2-й завтрак							
359с62002	НАПИТОК ОВОЩНОЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,5	0	25,83	68,33	10	18,97
	Итого за второй завтрак		0,5	0	25,83	68,33	10	18,97
	Обед							
84с62005	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/5	2,16	3,06	12,15	84,9	7,2	8,08
268с62005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	11,87	13,33	13,59	199,7	0	37,46
203с62005	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	3,8	4,6	31,7	195	0	9,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
342с62005	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,15	0	26,9	102	4	5,51
	Итого обед		22,08	21,69	105,34	687,6	11,2	64,28
	Полдник							
388с62005	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,15	0	20	120	8	4,19
	БУЛОЧКА УМНИЦА ЙОД	50	1,75	2,8	14,7	91	0	11,52
	Итого за полдник		1,9	2,8	34,7	211	8	15,71
	ИТОГО за день:		49,45	39,53	221,21	1424,93	29,73	164,08

19.06.2025

Заведующая МКДОУ ДС №15 «Колосок» Ниж. Александровка

Утверждено:

Л.А.Саева

Меню (ЯСЛИ) на 1-2 квартал 2025 года

№ по сб.рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	4 день							
	Завтрак							
181сб2005	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/5	6,83	8,48	32,55	307,5	0	12,31
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
459сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/7,5/5,5	0,23	0,08	7,13	30	0,75	2,4
	Итого за завтрак		12,75	16	69,75	572,1	1	25,58
	2-й завтрак							
338сб2005	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	75	0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
	Итого за второй завтрак		0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
	Обед							
102сб2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	4,8	3,8	13,92	102,75	0,6	5,76
239сб2005	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	60/30	6,4	5,9	9,1	115	0,5	23,63
305сб2005	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130	3,12	4,12	34,06	185,8	0,76	9,29
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
388сб2005	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,15	0	26,9	102	4	4,19
	Итого обед		18,57	14,52	104,98	611,55	5,86	46,2
	Полдник							
385сб2005	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,8	5	8,9	146	2,3	12,25
581сб2021	ПРЯНИКИ В АССОРТИМЕНТЕ	30	1,77	1,4	22,5	110	0	6,13
	Итого за полдник		6,57	6,4	31,4	253	2,3	18,38
	ИТОГО за день:		34,93	33,98	196,19	1335,4	14,54	95,1

20.06.2025

Утверждено:
Заведующая МКДОУ ДС №15 «Колосок» Ниж.Александровка
Л.А.Саева

Меню (ЯСЛИ) на 1-2 квартал 2025 года

№ по сб.рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд			Энерг. ценн Ккал	Витамин С	Цена,руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	5 день							
	Завтрак							
219сб2005	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/10	15,26	9,8	23,2	179	4,8	48,71
	ХЛЕБ РЖАННОЙ	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
457сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,15	0,08	6,98	28,5	0	1,39
	Итого за завтрак		17,5	14,34	42,17	305	4,8	56,87
	2-й завтрак							
338сб2005	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	0,28	0	1,1	36,5	7,03	11,9
	Итого за второй завтрак		0,28	0	1,1	36,5	7,03	11,9
	Обед							
82сб2012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМЕШЕЛЮ	150	1,2	1,28	7,7	47,11	2,78	5,2
268сб2005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	11,87	13,33	13,59	199,7	0	37,46
171сб2005	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120/5	5,9	4,2	36	194	0	7,61
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,3	10,2	53	0	1,66
	ХЛЕБ РЖАННОЙ	25	1,7	0,3	9,9	50	0	1,6
495сб2021	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,45	0,08	15,08	63	0,15	3,6
	Итого обед		23,12	19,49	92,47	606,81	2,93	57,13
	Полдник							
386сб2005	КЕФИР	150	5	5,8	7,4	101,7	1,26	14,86
415сб2005	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	3,5	5,6	29,4	182	0	6,07
	Итого за полдник		8,5	11,4	36,8	283,7	1,26	20,93
	ИТОГО за день:		49,4	45,23	172,54	1232,01	16,02	146,84

23.06.2025

Заведующая МКДОУ ДС №15 «Колосок» Пиж.Александровка

Утверждено:

Л.А.Саева

Меню (ЯСЛИ) на 1-2 квартал 2025 года

№ по сб.рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	6 день							
	Завтрак							
210сб2005	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	80/5	8	16	12,4	211,3	0	25,16
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
15сб2005	СЫР РОССИЙСКИЙ	15	3,9	4	0	52,9	0,08	11,9
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
459сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/7,5/5,5	0,25	0,08	7,13	30	0,75	2,4
	Итого за завтрак		14,63	24,58	31,78	395,3	0,83	46,34
	2-й завтрак							
338сб2005	МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	100	1	0	25,5	95	1	14,4
	Итого за второй завтрак		1	0	25,5	95	1	14,4
	Обед							
82сб2005	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/5	1,04	2,93	5,09	50,85	11	6,41
279сб2005	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	60/30	8,4	12,2	12,5	193	0,2	35,61
171сб2005	КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120/5	5,36	8,48	39,84	249,6	0	8,92
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
4768сб2021	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	150	0,15	0,15	17,85	73,5	0,6	4,91
	Итого обед		19,05	24,46	96,28	672,95	11,8	59,18
	Полдник							
460сб2021	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,05	1,2	8	68,2	0	4,29
	ПЕЧЕНЬЕ СДОБНОЕ	40	0,38	0,28	32,2	234,6	0	10,47
	Итого за полдник		1,43	1,48	40,2	302,8	0	14,76
	ИТОГО за день:		36,11	50,52	193,76	1466,05	13,63	134,68

24.06.2025

Утверждено:
Заведующая МКДОУ ДС №15 «Колосок» Ниж. Александровка
Л.А.Саева

Меню (ЯСЛИ) на 1-2 квартал 2025 года

№ по сб.рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена, руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	7 день							
	Завтрак							
93сб2012	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150/2	2,55	2,87	12,11	85,65	1,71	11,78
	ХЛЕБ РЖАННОЙ	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
457сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,15	0,08	6,98	28,5	0	1,39
	Итого за завтрак		4,79	7,41	31,08	211,65	1,71	19,94
	2-й завтрак							
338сб2005	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	75	0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
	Итого за второй завтрак		0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
	Обед							
82сб2012	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/5	1,02	2,94	1,26	66	0,26	7,13
237сб2005	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	60	6,5	11,2	6,6	153	1,82	19,53
312сб2005	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	4,1	14,8	106,1	4,48	13,96
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,3	10,2	53	0	1,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,3	9,9	50	0	1,6
495сб2021	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,45	0,08	15,08	63	0,15	3,6
	Итого обед		14,07	18,92	57,84	491,1	6,71	47,48
	Полдник							
386сб2005	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,8	5	8,9	146	2,3	12,25
421сб2005	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4	2,6	24	148	0	3,35
	Итого за полдник		8,8	7,6	32,9	294	2,3	15,6
	ИТОГО за день:		27,89	33,93	129,7	1026	16,35	91,95

25.06.2025

Утверждено:
Заведующая МКДОУ ДС №15 «Колосок» Ниж.Александровка
Л.А.Саева

Меню (ЯСЛИ) на 1-2 квартал 2025 года

№ по сб.рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена,руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	8 день							
	Завтрак							
173сб2005	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ И САХАРОМ	150/5	6,45	6,1	33	225	0	12,93
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
459сб2021	ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,15	0,08	6,98	28,5	0	1,39
	Итого за завтрак		9,1	10,68	52,23	354,6	0,08	21,17
	2-й завтрак							
359сб2002	НАПИТОК ОВОЩНОЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,5	0	25,83	68,33	10	18,97
	Итого за второй завтрак		0,5	0	25,83	68,33	10	18,97
	Обед							
99сб2005	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	1	3	8,6	65	9	5,87
291сб2005	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	60/140	19,47	22,53	31,87	408	0,9	33,03
137сб2012	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,29	11	14,44	166	8,67	13,86
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
342сб2005	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,15	0	26,9	102	4	5,51
	Итого обед		24,72	26,23	88,37	681	4,9	47,74
	Полдник							
386сб2005	КЕФИР	150	5	5,8	7,4	101,7	1,26	17,95
406сб2005	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С ПОВИДЛОМ	50	3,53	4,8	48,67	81,3	0	5,34
	Итого за полдник		8,53	10,6	56,07	183	1,26	20,2
	ИТОГО за день:		42,85	47,51	222,5	1286,93	16,16	108,08

26.06.2025

Утверждено:
Заведующая МКДОУ ДС №15 «Колосок» Ниж. Александровка
Л.А.Саева

Меню (ЯСЛИ) на 1-2 квартал 2025 года

№ по сб.рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена,руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	9 день							
	Завтрак							
183сб2005	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	180/5	6,45	8,55	35,33	243,75	0	13,16
	ХЛЕБ РЖАННОЙ	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
15сб2005	СЫР РОССИЙСКИЙ	15	3,9	4	0	52,9	0,08	11,90
465сб2021	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	1,88	10,2	66	0,53	4,52
	Итого за завтрак		14,49	14,79	57,47	422,65	0,61	31,5
	2-й завтрак							
338сб2005	БАНАНЫ СВЕЖИЕ	75	0,26	0	10,6	54,2	5,3	10,62
	Итого за второй завтрак		0,26	0	10,6	54,2	5,3	10,62
	Обед							
108,109сб 2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	2,25	2,46	10,14	71,85	3,45	6,42
268сб2005	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	11,87	13,33	13,59	199,7	0	37,46
336сб2012	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	1,98	2,56	12,8	81,92	2,69	11,9
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,3	10,2	53	0	1,66
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,3	9,9	50	0	1,60
388сб2005	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,15	0	20	120	8	4,19
	Итого обед		19,95	18,95	76,63	576,47	14,14	63,25
	Полдник							
386сб2005	РЯЖЕНКА	150	4,16	4,83	5,67	82,5	0,5	15,86
456сб2012	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	50	3,26	5,62	27	187,3	0,03	5,12
	Итого за полдник		7,42	10,45	36,66	269,83	0,53	20,98
	ИТОГО за день:		42,12	44,19	181,36	1323,15	20,58	126,35

27.06.2025

Утверждено:
Заведующая МКДОУ ДС №15 «Колосок» Ниж Александровка
Л.А.Саева

Меню (ЯСЛИ) на 1-2 квартал 2025 года

№ по сб.рецептур	Наименование блюда и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд			Энерг. ценн. Ккал	Витамин С	Цена,руб
			Белки	Жиры	Углеводы			
	10 день							
	Завтрак							
448,449сб 2012	ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ	120/10	4,06	3,1	27,7	166		8,16
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
14сб2005	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
377сб2005	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7,5/5,5	0,23	0,08	7,13	30	0,75	2,4
	Итого за завтрак		6,79	7,68	47,08	297,1	0,75	17,44
	2-й завтрак							
338сб2005	ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	100	0,28	0	11	36,5	7,03	11,9
	Итого за второй завтрак		0,28	0	11	36,5	7,03	11,9
	Обед							
101сб2005	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,32	1,7	12,35	69,9	4,95	4,7
234сб2005	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	8,88	10,2	6,96	164,4	0	21,15
312сб2005	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,4	4,1	14,8	106,1	4,48	3,33
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
495сб2021	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,45	0,08	15,08	63	0,15	3,6
	Итого обед		17,15	16,78	70,19	509,4	9,58	46,74
	Полдник							
386сб2005	КЕФИР	150	5	5,8	7,4	101,7	1,26	14,86
581сб2021	ПРЯНИК В АССОРТИМЕНТЕ	30	1,77	1,4	22,5	110	0	6,13
	Итого за полдник		6,77	7,2	29,9	211,7	1,26	20,99
	ИТОГО за день:		37,9	40,8	180,3	1267,7	17,7	121