



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

4 августа 2025 г.

Безмолочники ясли

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	130	7.3	1.9	33.1	178
МЯСО ОТВАРНОЕ	20	4.8	11.1	0.1	120
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		13.7	13.6	49.7	375
II Завтрак					
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
Итого		0.8	0.2	15.2	65
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ	180	3.5	7.4	8.2	114
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60	11.7	0.7	0.2	54
КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕНЫЙ С ЛУКОМ	110	2.3	13.6	17.5	202
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.5	0.2	13.9	69
Итого		20.8	22.7	58.6	532
Полдник					
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	13.9	18	14.6	276
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	41	5.2	4.7	0.3	64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		22	23.5	39.9	458
Всего		57.3	60	163.4	1430

Врач _____

СОГЛАСОВАНО



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

5 августа 2025 г.

Безмолочники ясли

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	100	2.4	3.4	24.1	137
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.1	4.6	0.3	63
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.6	0.6	17.6	81
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	170/10	0.2		6.2	27
Итого		9.3	8.6	48.2	308
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.2	21
Итого		1.6	0.6	15.5	73
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.4	0.1	1.5	10
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	180	5.5	4.3	23	153
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9.7	10.8	9.5	174
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	110	4.1	4.7	26.2	163
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0.1	0.1	15.2	62
Итого		22.6	20.8	94.2	655
Полдник					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	18	19.3	14.4	303
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0.1		7.6	30
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.5	2	14.9	83
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.9	0.2	7.7	41
Итого		21.8	21.7	53.1	498
Всего		55.3	51.7	211	1534

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

6 августа 2025 г.

Безмолочники ясли

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	110	4.9	4.6	30	181
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	40	6.4	5.3	3.3	87
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		12.9	10.5	49.8	345
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.1		5.4	23
Итого		1.6	0.6	15.7	75
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ	40	2.8	3.5	1.9	50
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	180	6.2	6.1	7.6	110
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	160	13.2	7.2	25.6	231
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6.7	27
Итого		25	17.6	60.6	511
Полдник					
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	60	6.2	3.4	1.7	62
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	120	2.1	7.8	21.1	164
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
Итого		12.3	12.6	66.1	429
Всего		51.8	41.3	192.2	1360

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

7 августа 2025 г.

Безмолочники ясли

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ КУКУРУЗНАЯ С ОВОЩАМИ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	110	0.2	3.4	1	36
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5.1	4.6	0.3	63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	170/10	0.2		6.2	27
Итого		7	8.6	17.8	178
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.2	21
Итого		1.6	0.6	15.5	73
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ	180	4	7.6	11.6	131
КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)	60	9.8	12.9	8.6	189
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	120	7.3	3.5	33.1	193
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	150	0.2		9.6	40
Итого		24.1	24.8	81.7	646
Полдник					
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9.7	10.8	9.5	174
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	120	2.2	6.3	12.9	118
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1	0.1	24.5	103
ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.6	0.7	15.5	71
Итого		14.8	18.1	70.9	507
Всего		47.5	52.1	185.9	1404

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

8 августа 2025 г.

Безмолочники ясли

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	110	2.7	3.8	28.2	157
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	40	5.9	5.7	3.9	90
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		10.2	10.1	48.6	324
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.1		5.4	23
Итого		1.6	0.6	15.7	75
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.4	0.1	1.5	10
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ	180	4.2	4.4	6.1	82
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	8.2	3.7	3.9	82
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	120	2.5	4.2	19.6	126
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
Итого		18.9	13.4	65.1	458
Полдник					
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	180	14.9	8.1	28.8	261
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	42	5.3	4.8	0.3	65
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0.1		7.6	30
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	95	0.8	0.2	7.1	36
Итого		22.4	13.3	52.3	433
Всего		53.1	37.4	181.7	1290

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

11 августа 2025 г.

Безмолочники ясли

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	130	7.3	1.9	33.1	178
МЯСО ОТВАРНОЕ	20	4.8	11.1	0.1	120
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	170/10	0.2		6.2	27
Итого		13.8	13.6	49.7	377
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.2	21
Итого		1.6	0.6	15.5	73
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	40	0.3		0.7	5
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ	180	3.5	7.4	8.2	114
КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	60	8.4	12.8	6.8	176
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	120	2.2	6.3	12.9	118
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			6.7	27
Итого		17.2	27.3	54.1	533
Полдник					
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60	11.7	0.7	0.2	54
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В БЕЛОМ СОУСЕ	120	1.9	4.3	12.9	98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
Итого		16.9	6.2	47.4	315
Всего		49.5	47.7	166.7	1298

Врач _____

Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./**МЕНЮ**

12 августа 2025 г.

Безмолочники ясли

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	110	4.9	4.6	30	181
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.6	0.6	17.6	81
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	40	6.4	5.3	3.3	87
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		13	10.5	57.1	374
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0.1		5.4	23
Итого		1.6	0.6	15.7	75
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0.5	4.1	2.9	51
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	180	4.6	2.2	13.2	91
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	9.7	10.8	9.5	174
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	120	1.6	4.3	8.7	82
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
Итого		20	22.4	68.3	556
Полдник					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	18	19.3	14.4	303
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	170/10	0.2		6.2	27
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	95	0.4	0.3	9.8	45
ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.5	2	14.9	83
Итого		21.4	21.8	53.8	499
Всего		56	55.3	194.9	1504

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

13 августа 2025 г.

Безмолочники ясли

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ КУКУРУЗНАЯ С ОВОЩАМИ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	110	0.2	3.4	1	36
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	41	5.1	4.7	0.3	64
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	170/10	0.2		6.2	27
Итого		7	8.7	17.8	179
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.2	21
Итого		1.6	0.6	15.5	73
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	40				
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (С ПТИЦЕЙ)	180	6.8	8.2	9.5	139
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	60	9.8	12.9	8.6	189
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	120	2.2	6.3	12.9	118
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0.8	0.1	20.4	86
Итого		22.4	28.3	70.2	625
Полдник					
КОТЛЕТЫ "ДЕТСКИЕ"	60	10.2	10.7	8.9	173
МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	120	2.1	7.8	21.2	165
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0.1	0.1	9.5	41
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	95	0.9	0.2	7.7	41
Итого		16.1	19.6	66.1	513
Всего		47.1	57.2	169.6	1390

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

14 августа 2025 г.

Безмолочники ясли

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С ОВОЩАМИ	130	7.3	1.9	33.1	178
МЯСО ОТВАРНОЕ	20	4.8	11.1	0.1	120
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	170/10	0.1		7.6	30
Итого		13.7	13.6	51.1	380
II Завтрак					
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0.5	0.2	14.4	72
Итого		0.5	0.2	14.4	72
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ	40	2.9	3.6	1.9	51
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ)	180	3.7	7.4	7.6	113
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11.9	0.7	0.4	55
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	120	2.5	4.2	19.6	126
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
Итого		24.6	16.9	63.5	503
Полдник					
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ И МЯСА	170	12.9	14.9	17.1	254
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	41	5.1	4.7	0.3	64
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1		6.2	25
Итого		20.9	20.4	42.4	436
Всего		59.7	51.1	171.4	1391

Врач _____



Руководитель
Детский сад № 39
/Панина Л.Г./

МЕНЮ

15 августа 2025 г.

Безмолочники ясли

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)	110	4.9	4.6	30	181
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	22	2.7	2.5	0.2	34
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1.6	0.6	17.6	81
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	170/10	0.2		6.2	27
Итого		9.4	7.7	54	323
II Завтрак					
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1		5.2	21
Итого		1.6	0.6	15.5	73
Обед					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	40	0.4	0.1	1.5	10
РАССОЛЬНИК С МЯСОМ	180	3.6	7.6	9.1	120
МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ	160	20.2	12.7	31.2	338
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.5	0.6	10.3	52
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	150	0.1	0.1	8.1	34
Итого		27.1	21.3	68.7	595
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	15.7	15.7	13.6	259
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.3	0.2	8.5	41
СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	150	0.8	0.2	15.2	65
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	95	0.4	0.4	9.3	45
Итого		18.2	16.5	46.6	410
Всего		56.3	46.1	184.8	1401

Врач _____