

Меню день 1 дети

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С,мг | Выход блюда, г |
|--------------|--|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 7.н331/1 | Каша пшеничная на концентрированном молоке со слив, маслом | 189.09488 | 5.95019 | 7.93495 | 23.67093 | 0.52 | 200 |
| 7.035 | Батон с маслом | 119.36523 | 3.10505 | 5.32505 | 21.36 | 0 | 45 |
| 7.118/1 | Чай с молоком | 96.48776 | 2.70729 | 2.89654 | 13.48112 | 0.52 | 200 |
| | Итого: | 404.94787 | 11.76253 | 16.15654 | 58.51205 | 1.04 | 445 |
| | Второй завтрак | | | | | | |
| 7.008 | Яблоко 120 гр. | 48.14 | 0.42 | 0.42 | 12.46 | 7.00 | 120.00 |
| | Итого: | 48.13966 | 0.42241 | 0.42241 | 12.4608 | 7 | 100 |
| | Обед | | | | | | |
| 7.32/1/1 | Салат из отвар. картофеля с зел. горошком и растит.масл. 50гр. | 79.63 | 1.43 | 4.97 | 5.42 | 3.86 | 50 |
| 7.47с/5 | Суп-лапша с мясом | 179.07077 | 8.53923 | 8.25967 | 13.80308 | 2.6 | 200 |
| 7.061 | Бигус с мясом | 252.44407 | 21.19374 | 19.07956 | 15.17099 | 10.6 | 230 |
| 7.110 | Компот из кураги | 76.46 | 0.48879 | 0 | 18.7114 | 50.08 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.32673 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9686 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 678.90017 | 35.15176 | 32.84923 | 75.66547 | 67.14 | 735 |
| | Полдник | | | | | | |
| 7.9/5/2 | Суфле творожное 150 гр. | 414.99 | 19.18 | 23.8 | 18.99583 | 0.15 | 150 |
| 7.185 | Повидло | 45.79907 | 0.08065 | 0 | 13.30561 | 0.27 | 20 |
| 7.403/7 | Биокефир 150 г | 76.3348 | 4.2 | 4.8 | 6 | 3.36 | 150 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9686 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | Итого: | 579.09247 | 24.98065 | 28.78 | 48.32144 | 3.78 | 340 |
| | Всего: | 1,711.08 | 72.31735 | 78.20818 | 194.9598 | 78.96 | 1,620.00 |

Меню день 2 дети

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С,мг | Выход блюда, г |
|-----------------------|---|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.162/1 | Каша молочная ассорти (рис, пшено) со сливочным маслом | 191.75688 | 4.95 | 6.43896 | 24.2024 | 0.52 | 200 |
| 7.189-14 | Батон 38 гр. | 75.15766 | 5.47829 | 0.94919 | 16.86396 | 0 | 38 |
| 7.435/5 | Сыр 9 гр | 26.50154 | 2.15279 | 2.21904 | 0 | 0.06 | 9 |
| 7.067 | Кофейный напиток с молоком | 105.28572 | 2.80346 | 2.81596 | 16.86596 | 0.52 | 200 |
| | Итого: | 398.7018 | 15.38454 | 12.42315 | 57.93232 | 0.78 | 447 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 7.031/1 | Сок фруктовый 100г | 41.79808 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 4 | 100 |
| | Итого: | 41.79808 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 4 | 100 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.28/1/1 | Салат из отвар. картофеля,моркови,реп.лукас раст.маслом 60 гр | 65.59 | 0.94 | 3.65 | 7.77 | 2.13 | 50 |
| 7.2/2. | Борщ со сметаной 200гр | 90.16248 | 1.73705 | 4.54607 | 12.14473 | 8.65 | 200 |
| 7.149с-1 | Тефтели рыбные | 147.37142 | 15.01566 | 6.67655 | 7.04327 | 0.51 | 80 |
| 7.н151-1 | Макаронные изделия отварные 130 гр. | 190.22643 | 5.0093 | 4.1237 | 34.7975 | 0 | 130 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов. | 67.77504 | 0.4888 | 0.0264 | 17.0825 | 50.16 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.3399 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.97981 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 652.44508 | 26.69081 | 19.56272 | 101.398 | 61.45 | 715 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.н64-с-1 | Картофельное пюре 130 гр. | 112.49502 | 2.59777 | 3.27098 | 19.18982 | 13.97 | 130 |
| 7.354/4 | Чай с сахаром. | 49.67863 | 0.04232 | 0.00438 | 12.9375 | 0 | 200 |
| 7.11/12/1 | Пирожки печеные из дрожжевого теста с изюмом 80 гр | 207.40126 | 5.42239 | 3.23735 | 41.32513 | 0.04 | 80 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.97981 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| | Итого: | 411.55472 | 9.58248 | 6.69271 | 83.47245 | 14.01 | 430 |
| | Всего: | 1,504.50 | 52.16 | 38.78 | 252.90 | 80.24 | 1,692.00 |

Меню день 3 дети

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С, мг | Выход блюда, г |
|-----------------------|--|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.038 | Омлет натуральный 150 гр. | 200.91588 | 11.80192 | 15.10721 | 3.78808 | 0.2 | 150 |
| 7.175/1 | Батон с маслом с сыром 40/5/9 | 148.2714 | 5.4444 | 7.7364 | 21.36 | 0.06 | 51 |
| 7.285 | Какао с молоком | 101.77452 | 3.2186 | 3.2648 | 15.997 | 0.52 | 200 |
| | Итого: | 450.9618 | 20.46492 | 26.10841 | 41.14508 | 0.78 | 401 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 7.031/1 | Сок фруктовый 100г | 41.79808 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 4 | 100 |
| | Итого: | 41.79808 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 4 | 100 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.29/1/1 | Салат из отвар.карт., свеклы,моркови с реп луком,сол.огурцом и раст. м. 50гр | 84.2811 | 0.64 | 3.698 | 11.43582 | 1.96 | 50 |
| 7.264 | Суп крестьянский со сметаной | 96.0022 | 1.75648 | 4.4907 | 11.5286 | 6.41 | 200 |
| 7.н191 | Тефтели из говядины паровые | 189.14022 | 12.15 | 11.16 | 5.6 | 1.08 | 80 |
| 7.н76с | Капуста тушенная | 108.76044 | 2.93 | 4.82 | 13.91 | 31.3 | 150 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов. | 67.77504 | 0.4888 | 0.0264 | 17.0825 | 50.16 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.3587 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9958 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 637.3135 | 21.46528 | 24.7351 | 82.11692 | 90.91 | 735 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.004 | Сгущеное молоко 15 гр | 44.2368 | 1.1059 | 1.3056 | 8.6016 | 0 | 15 |
| 7.38/3/3 | Запеканка морковная 155 гр. | 156.61548 | 3.8247 | 5.7574 | 30.8771 | 3.27 | 155 |
| 7.270/1/5 | Биойогурт 150 г | 154.0755 | 4.5 | 4.5 | 28.5 | 0.9 | 150 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9958 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| | Итого: | 396.92358 | 10.9506 | 11.743 | 77.9987 | 4.17 | 340 |
| | Всего: | 1,527.00 | 53.3808 | 62.68651 | 211.3607 | 99.86 | 1,576.00 |

Меню день 4 дети

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С,мг | Выход блюда, г |
|-----------------|--|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 7.17/5/1 | Пудинг из творога 150 гр | 425.79198 | 17.5389 | 25.1677 | 32.3363 | 0.22 | 150 |
| 7.185 | Повидло | 45.8325 | 0.0806 | 0 | 13.3056 | 0.2 | 20 |
| 7.189-14 | Батон 38 гр. | 75.15766 | 5.47829 | 0.94919 | 16.86396 | 0 | 38 |
| 7.354/4 | Чай с сахаром | 49.27 | 0 | 0 | 11.806 | 0 | 200 |
| | Итого: | 596.05214 | 23.09779 | 26.11689 | 74.31186 | 0.42 | 408 |
| | Второй завтрак | | | | | | |
| 7.008 | Яблоко 120 гр. | 48.14 | 0.42 | 0.42 | 12.46 | 7.00 | 120.00 |
| | Итого: | 48.13966 | 0.42241 | 0.42241 | 12.4608 | 7 | 120 |
| | Обед | | | | | | |
| 7.3/1/1 | Салат из белокач. капусты с раст.маслом | 50.54 | 0.825 | 3.373 | 6.439 | 22 | 50 |
| 7.44/3/2 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами 130 гр. | 237.45044 | 6.43144 | 6.41444 | 39.87222 | 2.64 | 130 |
| 7.195-1 | Суп картофельный с зел. горошком со сметаной | 61.86473 | 1.20055 | 2.61445 | 7.25618 | 6 | 200 |
| 7.2/9/1 | Мясо индейки отварное в соусе 80 гр | 145.72674 | 9.7117 | 10.7079 | 2.0273 | 0.64 | 80 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов. | 67.77504 | 0.4888 | 0.0264 | 17.0825 | 50.16 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.3587 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9958 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 654.71145 | 22.15749 | 23.67619 | 95.2372 | 81.44 | 715 |
| | Полдник | | | | | | |
| 7.082 | Снежок 150 г | 154.0755 | 4.5 | 4.5 | 28.5 | 0.9 | 150 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9958 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.273 | Запеканка картофельная с овощами | 168.3234 | 4.2261 | 6.2853 | 25.6619 | 6.19 | 150 |
| 7.1/11/2 | Соус молочный (для подачи к блюду) 30 гр | 23.82867 | 0.5514 | 1.5286 | 1.8819 | 0.07 | 30 |
| | Итого: | 388.22337 | 10.7975 | 12.4939 | 66.0638 | 7.16 | 350 |
| | Всего: | 1,687.13 | 56.47519 | 62.70939 | 248.0737 | 96.02 | 1,593.00 |

Меню день 5 дети вариант 1

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С,мг | Выход блюда, г |
|--------------|--|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 7.18/4 | Каша молочная ассорти (рис, греча) со сливочным маслом. | 194.28236 | 6.49071 | 8.13563 | 28.03893 | 0.42 | 200 |
| 7.067 | Кофейный напиток с молоком | 105.25761 | 2.80346 | 2.81598 | 16.86598 | 0.39 | 200 |
| 7.035 | Батон с маслом | 133.92 | 3.105 | 5.325 | 21.36 | 0 | 45 |
| | Итого: | 433.45997 | 12.39917 | 16.27661 | 66.26491 | 0.81 | 445 |
| | Второй завтрак | | | | | | |
| 7.008 | Яблоко 120 гр. | 48.14 | 0.42 | 0.42 | 12.46 | 7.00 | 120.00 |
| | Итого: | 48.13966 | 0.42241 | 0.42241 | 12.4608 | 7 | 120 |
| | Обед | | | | | | |
| 7.23/1/1 | Салат из отвар. свёклы с соленым огурцомс раст. м. 50гр. | 107.99 | 0.62 | 3.72 | 4.49 | 2.29 | 50 |
| 7.н086 | Суп гороховый с мясом | 141.2378 | 7.40824 | 5.11615 | 14.18286 | 4.53 | 200 |
| 7.82р | Запеканка картофельная с печенью | 262.755 | 15.924 | 8.68 | 25.724 | 10.6 | 200 |
| 7.4/11,1 | Соус молочный с овощами 30 гр, | 28.00186 | 0.57673 | 1.85047 | 2.26991 | 0.2 | 30 |
| 7.110 | Компот из кураги | 69.45712 | 0.48879 | 0 | 18.7114 | 50.08 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.32673 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9686 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 700.73711 | 28.51776 | 19.90662 | 87.93817 | 67.7 | 735 |
| | Полдник | | | | | | |
| 7.н132/2 | Макаронные изделия в молоке с маслом . | 118.97421 | 4.29688 | 5.60411 | 13.79116 | 0.38 | 180 |
| 7.354/4 | Чай с сахаром. | 49.67863 | 0.04232 | 0.00438 | 12.9375 | 0 | 200 |
| 7.148/1 | Шанежка с картофелем*1 | 193.15632 | 5.04234 | 7.03664 | 27.73907 | 1.18 | 80 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9686 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| | Итого: | 403.77776 | 10.90154 | 12.82513 | 64.48773 | 1.56 | 480 |
| | Всего: | 1,586.11 | 52.24088 | 49.43077 | 231.1516 | 77.07 | 1,780.00 |

Меню день 5 дети (зима) вариант2

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С, мг | Выход блюда, г |
|-----------------------|--|------------------|-----------------|-----------------|------------------|--------------|-----------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.18/4 | Каша молочная ассорти (рис, греча) со сливочным маслом. | 194.28236 | 6.49071 | 8.13563 | 28.03893 | 0.42 | 200 |
| 7.035 | Батон с маслом | 133.92 | 3.105 | 5.325 | 21.36 | 0 | 45 |
| 7.067 | Кофейный напиток с молоком | 105.25761 | 2.80346 | 2.81598 | 16.86598 | 0.39 | 200 |
| | Итого: | 433.45997 | 12.39917 | 16.27661 | 66.26491 | 0.81 | 445 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 7.008 | Яблоко 120 гр. | 48.14 | 0.42 | 0.42 | 12.46 | 7.00 | 120.00 |
| | Итого: | 48.13966 | 0.42241 | 0.42241 | 12.4608 | 7 | 120 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.23/1/1 | Салат из отвар. свёклы с соленым огурцомс раст. м. 50гр. | 107.99 | 0.62 | 3.72 | 4.49 | 2.29 | 50 |
| 7.н086 | Суп гороховый с мясом | 141.2378 | 7.40824 | 5.11615 | 14.18286 | 4.53 | 200 |
| 7.н64-с-1 | Картофельное пюре 130 гр. | 112.49502 | 2.59777 | 3.27098 | 19.18982 | 13.97 | 130 |
| 7.073 | Гуляш из отварного мяса | 172.46 | 16.91 | 14.608 | 5.64 | 5 | 100 |
| 7.110 | Компот из кураги | 69.45712 | 0.48879 | 0 | 18.7114 | 50.08 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.32673 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9686 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 694.93527 | 31.5248 | 27.25513 | 84.77408 | 75.87 | 735 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.н132/2 | Макаронные изделия в молоке с маслом . | 118.97421 | 4.29688 | 5.60411 | 13.79116 | 0.38 | 180 |
| 7.354/4 | Чай с сахаром. | 49.67863 | 0.04232 | 0.00438 | 12.9375 | 0 | 200 |
| 7.148/1 | Шанежка с картофелем*1 | 193.15632 | 5.04234 | 7.03664 | 27.73907 | 1.18 | 80 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9686 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| | Итого: | 403.77776 | 10.90154 | 12.82513 | 64.48773 | 1.56 | 480 |
| | Всего: | 1,580.31 | 55.24792 | 56.77928 | 227.98752 | 85.24 | 1,780.00 |

Меню день 5 дети (зима) вариант3

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С,мг | Выход блюда, г |
|------------------|---|---------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------|-------------------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 7.18/4 | Каша молочная ассорти (рис, греча) со сливочным маслом | 194.28236 | 6.49071 | 8.13563 | 28.03893 | 0.42 | 200 |
| 7.035 | Батон с маслом | 133.92 | 3.105 | 5.325 | 21.36 | 0 | 45 |
| 7.067 | Кофейный напиток с молоком | 105.25761 | 2.80346 | 2.81598 | 16.86598 | 0.39 | 200 |
| | Итого: | 433.45997 | 12.39917 | 16.27661 | 66.26491 | 0.81 | 445 |
| | Второй завтрак | | | | | | |
| 7.008 | Яблоко 120 гр. | 48.14 | 0.42 | 0.42 | 12.46 | 7.00 | 120.00 |
| | Итого: | 48.13966 | 0.42241 | 0.42241 | 12.4608 | 7 | 120 |
| | Обед | | | | | | |
| 7.23/1/1 | Салат из отвар. свеклы с соленым огурцомс раст. м. 50гр | 107.99 | 0.62 | 3.72 | 4.49 | 2.29 | 50 |
| 7.н086 | Суп гороховый с мясом | 141.2378 | 7.40824 | 5.11615 | 14.18286 | 4.53 | 200 |
| 7.н64-с-1 | Картофельное пюре 130 гр. | 112.49502 | 2.59777 | 3.27098 | 19.18982 | 13.97 | 130 |
| 7.355 | Биточки рыбные | 147.37142 | 15.01566 | 6.67655 | 7.04327 | 0.51 | 80 |
| 7.110 | Компот из кураги | 69.45712 | 0.48879 | 0 | 18.7114 | 50.08 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.32673 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9686 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 669.8467 | 29.63046 | 19.32368 | 86.17735 | 71.38 | 715 |
| | Полдник | | | | | | |
| 7.н132/2 | Макаронные изделия в молоке с маслом . | 118.97421 | 4.29688 | 5.60411 | 13.79116 | 0.38 | 180 |
| 7.354/4 | Чай с сахаром. | 49.67863 | 0.04232 | 0.00438 | 12.9375 | 0 | 200 |
| 7.148/1 | Шанежка с картофелем*1 | 193.15632 | 5.04234 | 7.03664 | 27.73907 | 1.18 | 80 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.9686 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| | Итого: | 403.7778 | 10.90154 | 12.82513 | 64.48773 | 1.56 | 480 |
| | Всего: | 1,555.22 | 53.35358 | 48.84783 | 229.3908 | 80.75 | 1,760.00 |

Меню день 6 дети

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С,мг | Выход блюда, г |
|-----------------------|---|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.н123с-2 | Каша из овсяных хлопьев на конц. мол со слив.маслом | 175.81388 | 5.83268 | 8.57295 | 21.94384 | 0.42 | 200 |
| 7.035 | Батон с маслом | 119.31589 | 3.105 | 5.325 | 21.36 | 0 | 45 |
| 7.067 | Кофейный напиток с молоком | 100.95541 | 2.20179 | 2.24402 | 17.88696 | 0.52 | 200 |
| | Итого: | 396.08518 | 11.13947 | 16.14197 | 61.1908 | 0.94 | 445 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 7.008 | Яблоко 120 гр. | 48.14 | 0.42 | 0.42 | 12.46 | 7.00 | 120.00 |
| | Итого: | 48.13966 | 0.42241 | 0.42241 | 12.4608 | 7 | 120 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.12/1 | Салат из моркови с изюмом и раст.маслом 60 гр. | 58.96173 | 0.71464 | 3.04196 | 10.38143 | 2.21 | 60 |
| 7.н146 | Щи вегетарианские со сметаной . | 65.62819 | 1.68902 | 2.76571 | 8.12946 | 11.11 | 200 |
| 7.070 | Жаркое по-домашнему | 379.81074 | 18.40991 | 18.74777 | 29.16089 | 10.4 | 230 |
| 7.078 | Компот из изюма | 76.27287 | 0.1692 | 0 | 18.37652 | 50.06 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.30634 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.95125 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 671.93112 | 24.48277 | 25.09544 | 88.6083 | 73.78 | 745 |
| 7.403/7 | Биокефир 150 г | 76.302 | 4.2 | 4.8 | 6 | 3.36 | 150 |
| 7.18/5/1 | Пудинг из творога с морковью гр | 231.69696 | 9.79893 | 14.16911 | 16.29554 | 0.93 | 150 |
| 7.004 | Сгущеное молоко 15 гр | 44.22857 | 1.10589 | 1.30563 | 8.60161 | 0 | 15 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.95125 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| | Итого: | 394.17878 | 16.62482 | 20.45474 | 40.91715 | 4.29 | 335 |
| | Всего: | 1,510.33 | 52.66947 | 62.11456 | 203.1771 | 86.01 | 1,645.00 |

Меню день 7 дети

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С,мг | Выход блюда, г |
|-----------------|--|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 7.035 | Батон с маслом | 119.30655 | 3.10504 | 5.32504 | 21.36 | 0 | 45 |
| 7.435/5 | Сыр 9 гр | 26.49345 | 2.15283 | 2.21903 | 0 | 0.06 | 9 |
| 7.038 | Омлет натуральный 150 гр. | 200.91588 | 11.80192 | 15.10721 | 3.78808 | 0.2 | 150 |
| 7.067 | Кофейный напиток с молоком | 105.20586 | 2.80345 | 2.81602 | 16.86593 | 0.52 | 200 |
| | Итого: | 451.92174 | 19.86324 | 25.4673 | 42.01401 | 0.78 | 404 |
| | Второй завтрак | | | | | | |
| 7.031/1 | Сок фруктовый 100г | 41.79808 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 4 | 100 |
| | Итого: | 41.79808 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 4 | 100 |
| | Обед | | | | | | |
| 7.425/1 | Салат из белокач. со сладкой кукурузой с раст.маслом | 62.46256 | 1.175 | 3.12308 | 8.04526 | 22.54 | 60 |
| 7.258 | Свекольник вегетарианский со сметаной | 100.97987 | 1.77602 | 4.10168 | 13.74009 | 5.45 | 200 |
| 7.10/7. | Кнели рыбные | 136.43795 | 9.73577 | 6.67655 | 3.65654 | 0.51 | 80 |
| 7.179 | Рис припущенный с овощами 130 гр | 166.2659 | 3.26442 | 5.76142 | 25.96071 | 2.64 | 130 |
| 7.063 | Напиток из шиповника | 75.16 | 0.31962 | 0 | 18.17449 | 50.16 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.30248 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.94796 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 632.55672 | 19.77083 | 20.20273 | 92.13709 | 81.3 | 725 |
| | Полдник | | | | | | |
| 4/7/2003 | Картофельное пюре с морковью | 116.11387 | 2.79558 | 4.7731 | 18.36425 | 8.2 | 150 |
| 7.354/4 | Чай с сахаром. | 49.67474 | 0.0423 | 0.00442 | 12.93743 | 0.8 | 200 |
| 7.5/12/1 | Ватрушка с творогом 80 гр | 346.444 | 10.943 | 13.46 | 35.989 | 0.04 | 80 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.94796 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| | Итого: | 554.18057 | 15.30088 | 18.41752 | 77.31068 | 9.04 | 450 |
| | Всего: | 1,680.46 | 55.43495 | 64.18755 | 221.5618 | 95.12 | 1,679.00 |

Меню день 8 дети

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С,мг | Выход блюда, г |
|-----------------------|--|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.н119с | Каша пшеничная молочная со сливочным маслом | 177.03056 | 5.38143 | 7.28375 | 22.68357 | 0.42 | 200 |
| 7.175/1 | Батон с маслом с сыром 40/5/9 | 148.11075 | 5.44438 | 7.73634 | 21.36 | 0.06 | 51 |
| 7.285 | Какао с молоком | 101.6636 | 3.21857 | 3.26482 | 15.99688 | 0.52 | 200 |
| | Итого: | 426.80491 | 14.04438 | 18.28491 | 60.04045 | 1 | 451 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 7.031/1 | Сок фруктовый 100г | 41.79808 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 4 | 100 |
| | Итого: | 41.79808 | 0.5 | 0.1 | 10.1 | 4 | 100 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.24/1/1 | Салат из отварн. свеклы с яблоками и раст. маслом50гр. | 72.40669 | 0.67205 | 4.47045 | 8.6308 | 1.86 | 50 |
| 7.071 | Суп-пюре картофельный на мясном бульоне | 131.29197 | 2.61563 | 5.07232 | 16.21134 | 4.85 | 200 |
| 7.н243 | Голубцы ленивые в молочном соусе. | 272.50579 | 19.52438 | 19.15893 | 17.57321 | 3.84 | 230 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов. | 67.69784 | 0.48876 | 0.02637 | 17.08248 | 50.16 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.30634 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.95125 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 635.15988 | 26.80082 | 29.26807 | 82.05783 | 60.71 | 735 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.270/1/5 | Биоюгurt 150 г | 154.01683 | 4.5 | 4.5 | 28.5 | 0.9 | 180 |
| 7.21/3/1 | Биточки(котлеты) картоф. с морковью запечен. 180гр. | 203.69732 | 5.0492 | 5.95679 | 34.86527 | 9.26 | 150 |
| 7.1/11/2 | Соус молочный (для подачи к блюду) 30 гр | 23.81151 | 0.55134 | 1.52857 | 1.8817 | 0.07 | 30 |
| 7.298 | Печенье 25 гр | 103.97009 | 2.6 | 1.3 | 19.2 | 0 | 25 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.95125 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| | Итого: | 527.447 | 14.22054 | 13.46536 | 94.46697 | 10.23 | 405 |
| | Всего: | 1,631.21 | 55.56574 | 246.6653 | 246.6653 | 75.94 | 1,691.00 |

Меню день 9 дети

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С,мг | Выход блюда, г |
|-----------------------|---------------------------------|------------------|-------------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.19/5/1 | Суфле творожное 150 гр | 409.329 | 18.00366 | 27.74911 | 20.43286 | 0.34 | 150 |
| 7.004 | Сгущеное молоко 15 гр | 44.22857 | 1.10589 | 1.30563 | 8.60161 | 0 | 15 |
| 7.035 | Батон с маслом | 119.31589 | 3.105 | 5.325 | 21.36 | 0 | 45 |
| 7.067 | Кофейный напиток с молоком | 105.2141 | 2.80339 | 2.81598 | 16.86589 | 0.52 | 200 |
| Итого: | | 678.08756 | 25.01794 | 37.19572 | 67.26036 | 0.86 | 410 |
| Второй завтрак | | | | | | | |
| 7.008 | Яблоко 120 гр. | 48.14 | 0.42 | 0.42 | 12.46 | 7.00 | 120.00 |
| Итого: | | 48.13966 | 0.42241 | 0.42241 | 12.4608 | 7 | 120 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.367-3 | Огурец консервированный 60 гр | 7.8 | 0.45125 | 0.05277 | 1.36509 | 6 | 60 |
| 7.264 | Суп крестьянский со сметаной. | 98.03975 | 1.81481 | 4.49063 | 11.52835 | 4.53 | 200 |
| 7.8/9. | Суфле из мяса кур паровое 80 гр | 310.00797 | 1692785 | 21.74253 | 3.61557 | 0.36 | 80 |
| 7.180-4 | Рагу из овощей | 143.93937 | 3.75418 | 5.34304 | 18.74215 | 10.61 | 150 |
| 7.110 | Компот из кураги | 69.42841 | 0.48884 | 0 | 18.71143 | 50.08 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.30634 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.95125 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| Итого: | | 720.47309 | 1692795.01 | 32.16897 | 76.52259 | 71.58 | 745 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.082 | Снежокт 150 г | 154.0755 | 4.5 | 4.5 | 28.5 | 0.9 | 150 |
| 7.н162-4 | Каша рисовая мол.со слив.маслом | 127.85135 | 3.97616 | 5.52375 | 16.99893 | 0.39 | 150 |
| 7.015 | Вафли 20 гр | 63.5625 | 0.64 | 0.56 | 16.18 | 0 | 20 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.95125 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| Итого : | | 387.4406 | 10.63616 | 10.76375 | 71.69893 | 1.29 | 340 |
| Всего: | | 1,834.14 | 1692831.1 | 80.55085 | 227.9427 | 80.73 | 1,615.00 |

Меню день 10 дети вариант 1

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С,мг | Выход блюда г |
|------------------|--|------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 7.н080-1 | Каша гречневая молочная со сливочным маслом. | 194.28236 | 6.49071 | 8.13563 | 28.03893 | 0.42 | 200 |
| 7.035 | Батон с маслом | 119.31589 | 3.105 | 5.325 | 21.36 | 0 | 45 |
| 7.435/5 | Сыр 9 гр | 26.47543 | 2.15277 | 2.21902 | 0 | 0.06 | 9 |
| 7.285 | Какао с молоком | 101.6636 | 3.21857 | 3.26482 | 15.99688 | 0.52 | 200 |
| | Итого: | 441.73728 | 14.96705 | 18.94447 | 65.39581 | 1 | 454 |
| | Второй завтрак | | | | | | |
| 7.008 | Яблоко 120 гр. | 48.14 | 0.42 | 0.42 | 12.46 | 7.00 | 120.00 |
| | Итого: | 48.13966 | 0.42241 | 0.42241 | 12.4608 | 7 | 120 |
| | Обед | | | | | | |
| 7.27/1/1 | Салат из отвар. картофеля, кукурузы и реп. лука с раст. м. 50гр. | 75.62043 | 1.1364 | 3.7145 | 9.5035 | 1.96 | 50 |
| 7.355 | Биточки рыбные из горбуши. | 162.17066 | 15.05342 | 6.70855 | 7.04553 | 0.4 | 80 |
| 7.037с | Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной. | 160.46373 | 7.61634 | 7.82982 | 16.26464 | 5.37 | 200 |
| 7.н64-с-1 | Картофельное пюре 130 гр. | 112.49502 | 2.59777 | 3.27098 | 19.18982 | 13.97 | 130 |
| 7.063 | Напиток из шиповника | 71.05 | 0.48 | 0 | 17.27 | 50.16 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.30634 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.95125 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 673.05743 | 30.38393 | 22.06385 | 91.83349 | 71.86 | 715 |
| | Полдник | | | | | | |
| 7.н132/2 | Макаронные изделия в молоке с маслом . | 118.97421 | 4.29688 | 5.60411 | 13.79116 | 0.38 | 180 |
| 7.354/4 | Чай с сахаром. | 49.67863 | 0.04232 | 0.00438 | 12.9375 | 0 | 200 |
| 7.9/12/1 | Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью 80 гр | 164.29733 | 5.05696 | 3.67045 | 29.09054 | 0.41 | 80 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.95125 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| | Итого: | 374.90142 | 10.91616 | 9.45894 | 65.8392 | 0.79 | 480 |
| | Всего: | 1,537.84 | 56.68955 | 50.88967 | 235.5293 | 80.65 | 1,769.00 |

Меню день 10 дети вариант2

| № тех. карты | Блюдо | Энерг. цен. ккал | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | С,мг | Выход блюда, г |
|-----------------|--|---------------------|-----------------|-----------------|-----------------|--------------|-----------------|
| | Завтрак | | | | | | |
| 7.н080-1 | Каша гречневая молочная со сливочным маслом. | 194.28236 | 6.49071 | 8.13563 | 28.03893 | 0.42 | 200 |
| 7.035 | Батон с маслом | 119.31589 | 3.105 | 5.325 | 21.36 | 0 | 45 |
| 7.435/5 | Сыр 9 гр | 26.47543 | 2.15277 | 2.21902 | 0 | 0.06 | 9 |
| 7.285 | Какао с молоком | 101.6636 | 3.21857 | 3.26482 | 15.99688 | 0.52 | 200 |
| | Итого: | 441.73728 | 14.96705 | 18.94447 | 65.39581 | 1 | 454 |
| | Второй завтрак | | | | | | |
| 7.008 | Яблоко 120 гр. | 48.14 | 0.42 | 0.42 | 12.46 | 7.00 | 120.00 |
| | Итого: | 48.13966 | 0.42241 | 0.42241 | 12.4608 | 7 | 120 |
| | Обед | | | | | | |
| 7.27/1/1 | Салат из отвар. картофеля, кукурузы и реп. лука с раст. м. 50гр. | 75.62043 | 1.1364 | 3.7145 | 9.5035 | 1.96 | 50 |
| 7.064 | Биточки рыбные из горбуши. | 157.61652 | 17.92598 | 7.59045 | 5.00607 | 0.4 | 50 |
| 7.037с | Рассольник Ленинградский с мясом со сметаной. | 160.46373 | 7.61634 | 7.82982 | 16.26464 | 5.37 | 200 |
| 7.113 | Свекла, тушенная со сметаной | 107.296 | 2.397 | 3.91 | 16.793 | 13.97 | 150 |
| 7.063 | Напиток из шиповника | 71.05 | 0.48 | 0 | 17.27 | 50.16 | 200 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной 30 гр. | 49.30634 | 1.98 | 0.36 | 12.54 | 0 | 30 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.95125 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| 7.044 | Соль | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 5 |
| | Итого: | 663.3043 | 33.05572 | 23.58477 | 87.39721 | 71.86 | 705 |
| | Полдник | | | | | | |
| 7.н132/2 | Макаронные изделия в молоке с маслом . | 118.97421 | 4.29688 | 5.60411 | 13.79116 | 0.38 | 180 |
| 7.354/4 | Чай с сахаром. | 49.67863 | 0.04232 | 0.00438 | 12.9375 | 0 | 200 |
| 7.9/12/1 | Пирожки печеные из дрожжевого теста с морковью 80 гр | 164.29733 | 5.05696 | 3.67045 | 29.09054 | 0.41 | 80 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный 20 гр | 41.95125 | 1.52 | 0.18 | 10.02 | 0 | 20 |
| | Итого: | 374.9014 | 10.91616 | 9.45894 | 65.8392 | 0.79 | 480 |
| | Всего: | 1,528.08 | 59.36134 | 52.41059 | 231.093 | 80.65 | 1,759.00 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 98160421728937443086516107854325912870385464142

Владелец Страшкова Анна Сергеевна

Действителен с 25.10.2023 по 24.10.2024