

"Согласовано"

Директор

*Зав. МДОУ*



МЕНЮ НА 29 января 2024 г.  
1 день

"Утверждаю"

Генеральный директор  
ООО "Комбинат питания №1"  
Н.С. Зубавленко



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
КАША "ДРУЖБА"	150	4,65	7,50	20,10	188,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,00	8,84	35,55
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>365</b>	<b>6,99</b>	<b>12,50</b>	<b>46,20</b>	<b>339,55</b>
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,50</b>
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
ИКРА ОВОЩНАЯ	30	0,32	1,34	1,75	20,38
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	7,14	2,80	10,93	90,41
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	19,15	14,66	29,64	391,10
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,12	0,12	12,53	52,38
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>28,05</b>	<b>19,10</b>	<b>65,33</b>	<b>595,06</b>
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
КЕФИР	170	5,10	0,17	6,80	52,70
БАТОН	20	3,75	1,45	28,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>190</b>	<b>8,85</b>	<b>1,62</b>	<b>35,50</b>	<b>183,70</b>
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,51	2,00	2,72	29,82
ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА с картофелем	100	7,19	7,36	14,20	144,14
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	170	0,08	0,00	9,86	40,01
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>8,18</b>	<b>9,76</b>	<b>36,58</b>	<b>260,97</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>52,82</b>	<b>43,13</b>	<b>198,46</b>	<b>1443,78</b>

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
КАША "ДРУЖБА"	180	5,58	9,00	24,12	225,60
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,06	0,00	8,84	35,55
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>6,80</b>	<b>14,60</b>	<b>44,16</b>	<b>361,10</b>
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	69,02
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>160</b>	<b>0,80</b>	<b>0,16</b>	<b>15,89</b>	<b>69,02</b>
<b>Обед 3-7 лет</b>					
ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,98	4,05	11,89	106,01
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	5,63	3,90	15,90	197,80
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	23,81	18,22	36,84	446,88
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	15,04	62,85
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	15,72	61,19
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>32,55</b>	<b>26,57</b>	<b>95,39</b>	<b>874,73</b>
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
КЕФИР	200	6,02	0,20	8,02	62,19
БАТОН	20	3,75	1,45	28,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>220</b>	<b>9,77</b>	<b>1,65</b>	<b>36,72</b>	<b>193,19</b>
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,81	3,01	4,25	88,00
ПИРОЖКИ СДОБНЫЕ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА с картофелем	100	7,19	7,36	14,20	144,14
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,09	0,00	11,82	47,88
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>8,49</b>	<b>10,77</b>	<b>40,07</b>	<b>327,02</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>58,41</b>	<b>53,75</b>	<b>232,23</b>	<b>1825,06</b>

Технолог



"Согласовано"

Директор

*Зав. МДОУ*



МЕНЮ НА 30 января 2024 Г.

2 день

Утверждаю

Генеральный директор  
ООО "Комбинат питания №1"  
Н.С. Зубавленко



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	
<b>Завтрак 1.5-3 года</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5,78	4,71	23,37	180,57
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,66	3,03	14,66	101,71
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	350	14,01	11,56	55,25	397,28
<b>II Завтрак 1.5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Обед 1.5-3 года</b>					
КУКУРУЗА (ПОРЦИОННО)	30	0,90	0,06	1,89	11,64
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	1,31	4,48	7,64	74,48
СУФЛЕ РЫБНОЕ	50	10,60	6,60	1,50	107,00
СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0,53	2,24	2,20	31,35
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	110	2,67	2,79	28,01	147,74
КИСЕЛЬ	150	0,08	0,08	20,93	84,75
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
Итого за прием пищи:	530	18,74	16,60	83,13	538,54
<b>Полдник 1.5-3 года</b>					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	5,03	3,39	37,11	170,10
КЕФИР	170	5,10	0,17	6,80	52,70
Итого за прием пищи:	220	10,13	3,56	43,91	222,80
<b>Ужин 1.5-3 года</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	40	0,57	1,04	3,33	24,88
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,51	14,79	2,96	195,20
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	13,50	54,00
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	400	6,93	7,99	60,76	313,44
Всего за день:		50,56	39,86	257,90	1536,56
<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	6,96	5,68	28,16	217,55
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,16	3,42	16,34	113,94
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	400	15,69	12,92	61,72	446,49
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	90,02
Итого за прием пищи:	160	0,80	0,16	15,89	90,02
<b>Обед 3-7 лет</b>					
КУКУРУЗА (ПОРЦИОННО)	50	1,50	0,10	3,15	19,40
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,57	5,36	9,19	89,49
СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	14,84	9,24	2,10	149,80
СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,80	3,36	3,30	47,03
КАША РАССЫПЧАТАЯ РИСОВАЯ	130	3,15	3,65	33,12	177,90
КИСЕЛЬ	180	0,10	0,10	25,12	101,70
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
Итого за прием пищи:	680	24,61	22,16	96,94	666,90
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	6,98	6,84	52,11	257,48
КЕФИР	180	5,41	0,18	7,21	55,86
Итого за прием пищи:	250	12,39	7,02	59,32	313,34
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0,70	2,05	4,09	86,54
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	11,32	12,13	2,87	175,93
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	14,99	59,94
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	450	14,47	15,15	39,17	401,01
Всего за день:		67,96	57,41	273,04	1917,76

Технолог

*[Handwritten signature]*



"Согласовано"

Директор

*МДОУ*  
*№ 145*



МЕНЮ НА 31 января 2024 Г.

**3 день**

"Утверждаю"  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат питания №1"  
Н.С. Зубавленко



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,50	6,20	28,60	193,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	15,43	93,29
БАТОН	25	1,88	0,73	14,35	65,50
Итого за прием пищи:	360	10,24	13,24	58,42	389,19
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	30	0,24	0,03	0,75	4,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,79	2,28	15,39	74,66
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,22	14,35	18,65	255,89
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	150	0,23	0,00	24,60	100,50
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
Итого за прием пищи:	530	17,80	16,84	69,87	476,04
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
КИСЕЛЬ	180	0,09	0,09	25,11	101,70
Итого за прием пищи:	210	2,34	0,96	42,33	180,30
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	16,80	14,61	62,34	397,75
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	5,37	6,26	40,93	209,19
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,09	0,00	10,48	42,80
Итого за прием пищи:	410	22,26	20,87	113,75	649,74
Всего за день:		53,39	52,06	299,22	1759,77

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,60	7,44	34,32	231,60
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	15,43	93,29
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
Итого за прием пищи:	400	11,73	18,74	67,05	478,29
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	90,02
Итого за прием пищи:	160	0,80	0,16	15,89	90,02
<b>Обед 3-7 лет</b>					
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ	30	0,24	0,03	0,75	4,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,18	4,41	18,51	104,92
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	10,30	11,23	19,16	220,43
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180	0,28	0,00	29,52	120,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
Итого за прием пищи:	630	15,65	16,02	88,90	531,73
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	20,28	81,12
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00
Итого за прием пищи:	250	3,75	1,45	48,98	212,12
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170/30	18,75	16,19	68,03	437,67
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	5,37	6,26	40,93	209,19
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,09	0,00	11,82	47,88
Итого за прием пищи:	450	24,21	22,45	120,78	694,74
Всего за день:		56,14	58,82	341,60	2006,90

Технолог

*[Handwritten signature]*



"Согласовано"  
Директор

Зав. МДОУ № 145

*Смирнов*



Меню на 1 февраля 2024 Г.  
4 день

"Утверждаю"  
Генеральный директор  
ООО "Комбинат питания №1"  
Н.С. Зубавленко



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	6,20	7,90	25,70	199,00
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	13,50	54,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>355</b>	<b>7,91</b>	<b>12,70</b>	<b>50,72</b>	<b>342,80</b>
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,50</b>
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,51	2,00	2,72	29,82
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	4,59	4,48	12,99	101,52
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	6,14	2,48	6,80	72,05
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,79	2,63	12,78	84,71
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	150	0,12	0,05	14,93	60,99
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>510</b>	<b>15,47</b>	<b>11,82</b>	<b>60,70</b>	<b>389,88</b>
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
РЯЖЕНКА	170	5,10	1,70	7,14	68,00
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	40	1,59	4,71	21,42	129,64
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>210</b>	<b>6,69</b>	<b>6,41</b>	<b>28,56</b>	<b>197,64</b>
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	40	0,56	2,03	3,47	34,69
КОТЛЕТЫ И БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	50	8,54	8,20	8,25	132,54
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	110	12,29	3,26	25,69	181,29
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,09	0,00	10,48	42,80
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>23,73</b>	<b>14,36</b>	<b>65,11</b>	<b>469,92</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>54,55</b>	<b>45,44</b>	<b>219,94</b>	<b>1464,74</b>

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180	7,44	9,48	30,84	238,80
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	14,99	59,94
БАТОН	20	1,50	0,58	11,48	52,40
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>405</b>	<b>9,17</b>	<b>14,29</b>	<b>57,35</b>	<b>388,54</b>
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	69,02
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>160</b>	<b>0,80</b>	<b>0,16</b>	<b>15,89</b>	<b>69,02</b>
<b>Обед 3-7 лет</b>					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,79	3,01	4,23	95,75
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	4,59	6,42	12,99	118,96
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	8,58	4,17	9,51	106,98
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,29	3,85	15,12	107,02
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	180	0,15	0,06	17,92	73,20
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>	<b>20,05</b>	<b>17,86</b>	<b>80,73</b>	<b>583,49</b>
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
РЯЖЕНКА	200	6,02	2,01	8,43	80,24
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	45	1,61	4,71	24,72	142,92
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>245</b>	<b>7,63</b>	<b>6,72</b>	<b>33,15</b>	<b>223,16</b>
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,75	2,96	5,48	51,98
КОТЛЕТЫ И БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	70	11,95	11,48	11,55	185,56
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ С МАСЛОМ	130	14,52	3,84	30,36	214,24
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,09	0,00	10,48	42,80
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>460</b>	<b>29,56</b>	<b>19,15</b>	<b>75,09</b>	<b>573,18</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>67,21</b>	<b>58,18</b>	<b>262,21</b>	<b>1837,39</b>

Технолог

*Смирнов*



"Согласовано"  
Директор

Зав. МДОАУ

Лиса



МЕНЮ НА 2 февраля 2024 Г.

5 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак 1,5-3 года</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧКОЙ	150	5,64	4,94	13,83	123,25
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	15,43	93,29
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>350</b>	<b>9,63</b>	<b>12,72</b>	<b>40,46</b>	<b>316,49</b>
<b>II Завтрак 1,5-3 года</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	14,85	64,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,50</b>
<b>Обед 1,5-3 года</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ	30	0,42	3,03	2,40	38,41
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	150	1,38	4,50	6,79	70,59
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	50	8,99	10,02	7,44	153,84
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,54	2,94	2,16	36,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,33	3,23	35,38	146,67
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	10,48	40,79
КИСЕЛЬ	150	0,08	0,08	20,93	84,75
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>540</b>	<b>17,06</b>	<b>23,98</b>	<b>85,58</b>	<b>571,65</b>
<b>Полдник 1,5-3 года</b>					
КЕФИР	170	5,10	0,17	6,80	52,70
БАТОН	30	2,25	0,87	17,22	78,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>200</b>	<b>7,35</b>	<b>1,04</b>	<b>24,02</b>	<b>131,30</b>
<b>Ужин 1,5-3 года</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	40	0,36	2,98	4,57	46,95
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/30	22,86	16,09	43,35	401,24
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,00	8,84	35,55
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>23,28</b>	<b>19,07</b>	<b>56,76</b>	<b>483,74</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>58,07</b>	<b>56,96</b>	<b>221,67</b>	<b>1567,68</b>

<b>Завтрак 3-7 лет</b>					
СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	180	6,93	7,42	17,96	167,35
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	15	1,13	1,47	11,16	62,55
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,01	2,43	12,48	84,44
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>400</b>	<b>11,10</b>	<b>15,45</b>	<b>41,64</b>	<b>351,74</b>
<b>II Завтрак 3-7 лет</b>					
СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	15,89	69,02
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>160</b>	<b>0,80</b>	<b>0,16</b>	<b>15,89</b>	<b>69,02</b>
<b>Обед 3-7 лет</b>					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЧЕСНОКОМ	50	0,75	1,05	4,36	29,80
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	180	1,61	5,50	8,07	85,07
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ	70	12,57	14,99	10,42	224,10
СОУС ТОМАТНЫЙ	30	0,54	2,94	2,16	36,60
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,11	4,58	41,82	180,25
КИСЕЛЬ	180	0,00	0,00	17,77	71,07
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	20,96	81,58
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>680</b>	<b>23,23</b>	<b>29,41</b>	<b>105,56</b>	<b>708,47</b>
<b>Полдник 3-7 лет</b>					
КЕФИР	200	6,02	0,20	8,02	62,19
БАТОН	50	3,75	1,45	28,70	131,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>250</b>	<b>9,77</b>	<b>1,65</b>	<b>36,72</b>	<b>193,19</b>
<b>Ужин 3-7 лет</b>					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	50	0,46	1,05	4,34	29,38
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170/30	25,62	17,88	46,52	441,63
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,07	0,00	9,82	39,51
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>450</b>	<b>26,15</b>	<b>18,93</b>	<b>60,68</b>	<b>510,52</b>
<b>Всего за день:</b>		<b>71,05</b>	<b>65,60</b>	<b>260,49</b>	<b>1832,94</b>

Технолог