



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ
«Детский сад
№23» г.Перми
г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 1

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)

на 22.04.2024г.

Наименование блюда	Выход	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
--------------------	-------	-----	-----	-----	--------

ЗАВТРАК

КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ (150)	150	5,66	5,02	27,81	179,05
КАКАО С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(170)	170	3,10	2,51	21,31	120,28
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)	40	2,29	0,87	21,92	104,67

2-ой ЗАВТРАК

СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30
-----------	-----	------	------	-------	-------

ОБЕД

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (40)	40	0,77	2,15	5,97	46,25
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	180	2,02	2,14	14,95	87,13
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(160)	160	12,71	10,17	11,30	187,61
СОУС ТОМАТНЫЙ (ПОРЦ)(30)	30	0,39	1,10	2,48	21,38
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	10,44	43,32
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98

ПОЛДНИК

СУШКА ГОРЧИЧНАЯ(30)	30	3,21	0,36	21,36	101,52
КЕФИР(180)	180	5,22	4,50	7,20	90,18

УЖИН

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	11,41	4,68	6,05	111,98
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ(110)	110	1,97	4,78	10,90	94,52
ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180	0,00	0,00	9,01	36,06
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)	95	0,38	0,38	9,31	42,18



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ
«Детский сад № 23» г.Перми
г.Перми

Е.Л.Новоселова

День 1

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)

на 22.04.2024г.

Наименование блюда	Выход	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
--------------------	-------	-----	-----	-----	--------

ЗАВТРАК

КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ(165)	165	5,98	5,51	30,88	197,10
КАКАО С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	3,53	2,95	15,01	100,69
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)	40	2,29	0,87	21,92	104,67

2-ой ЗАВТРАК

СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30
-----------	-----	------	------	-------	-------

ОБЕД

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ (50)	50	0,96	2,68	7,46	57,81
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,25	2,37	16,61	96,81
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(200)	200	15,89	12,71	14,13	234,53
СОУС ТОМАТНЫЙ(ПОРЦ)	50	0,64	1,84	4,13	35,63
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)	180	0,14	0,14	12,53	51,98
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	25	1,40	0,28	12,35	57,48

ПОЛДНИК

СУШКА ГОРЧИЧНАЯ (30)	30	3,21	0,36	21,36	101,52
КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100)	100	0,40	0,40	9,80	44,40

УЖИН

КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ(70)	70	13,03	2,38	8,17	106,28
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ(130)	130	2,33	5,65	12,88	111,71
ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,00	0,00	10,04	40,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	25	1,90	0,20	12,30	58,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	25	1,40	0,28	12,35	57,48



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад №23» г.Пермь

Е.Л.Новоселова

День 2

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)

на 23.04.2024г.

Наименование блюда	Выход	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
--------------------	-------	-----	-----	-----	--------

ЗАВТРАК

КАША "ДРУЖБА"(140)	140	3,63	4,75	19,55	135,47
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАР)170	170	2,80	2,38	12,66	83,26
БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/10)	45	4,67	7,54	15,49	148,45

2-ой ЗАВТРАК

СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30
-----------	-----	------	------	-------	-------

ОБЕД

САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	0,26	1,83	0,79	20,65
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (180)	180	1,56	4,89	6,74	77,17
БИТОЧКИ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРЫ(60)	60	10,77	5,38	6,23	116,44
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ(110)	110	2,16	4,65	13,60	104,94
НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,61	0,29	15,04	65,18
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ(60)	60	9,08	4,14	28,03	185,64
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	3,75	7,05	78,75

УЖИН

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАР.ИЗДЕЛИЯМИ(180)	180	5,04	4,61	17,64	132,27
ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180	0,00	0,00	9,06	36,26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

«Детский сад №23» г.Пермь

Е.Л.Новоселова

День 2

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)

на 23.04.2024г.

Наименование блюда	Выход	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
--------------------	-------	-----	-----	-----	--------

ЗАВТРАК

КАША "ДРУЖБА"(165)	165	4,29	5,55	23,09	159,46
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАР)200	200	3,29	2,80	14,90	97,96
БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/15)	50	5,86	9,06	15,49	166,88

2-ой ЗАВТРАК

СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30
-----------	-----	------	------	-------	-------

ОБЕД

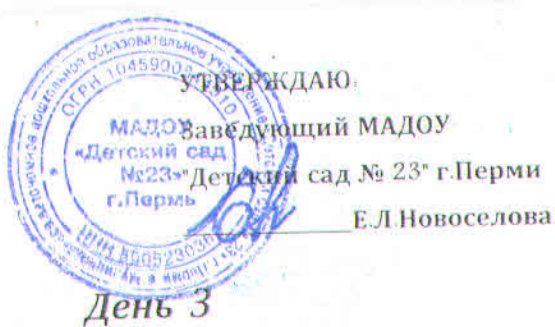
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,43	3,05	1,30	34,39
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (200)	200	1,65	5,43	7,41	85,08
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ(200)	200	20,59	16,42	16,94	297,96
НАПИТОК МОРКОВНО-ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,61	0,29	15,04	65,18
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	25	1,40	0,28	12,35	57,48

ПОЛДНИК

ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	10,57	4,77	32,73	216,15
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,40	105,00

УЖИН

СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАР.ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,60	5,13	19,65	147,14
ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(200)	200	0,00	0,00	10,07	40,28
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	25	1,90	0,20	12,30	58,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	25	1,40	0,28	12,35	57,48



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)
на 24.04.2024г.

Наименование блюда	Выход	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>					
ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ (140)	140	11,36	16,10	5,52	212,39
ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(180)	180	1,31	1,13	15,60	77,76
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)	35	2,30	4,50	15,49	111,62
<u>2-ой ЗАВТРАК</u>					
СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30
<u>ОБЕД</u>					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	30	0,48	3,03	0,98	33,06
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(180)	180	1,64	4,84	9,85	89,56
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ(60)	60	17,81	17,93	6,32	257,85
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ(110)	110	2,52	4,46	16,80	117,43
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(180)	180	0,29	0,13	17,53	72,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98
<u>ПОЛДНИК</u>					
ПЕЧЕНЬЕ(20)	20	1,50	1,96	14,88	83,16
ЙОГУРТ ПОРЦ.(180)	180	7,20	4,50	21,60	155,70
<u>УЖИН</u>					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ(160)	160	20,83	12,08	23,13	284,57
СОУС МОЛОЧНЫЙ К БЛЮДАМ (1 ВАР)(20)	20	0,67	1,24	1,86	21,26
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)	150	0,05	0,01	11,36	45,67
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)	95	0,38	0,38	9,31	42,18



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)
на 24.04.2024г.

Наименование блюда	Выход	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>					
ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	180	14,60	20,70	7,10	273,07
ЧАЙ С МОЛОКОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ) (200)	200	1,40	1,25	12,38	66,39
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ(30/5)	35	2,30	4,50	15,49	111,62
<u>2-ой ЗАВТРАК</u>					
СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30
<u>ОБЕД</u>					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ(50)	50	0,80	5,05	1,63	55,11
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ(200)	200	1,83	5,38	10,95	99,52
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ (70)	70	20,77	20,92	7,37	300,83
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (150)	150	3,26	6,03	21,51	153,38
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,29	0,13	17,53	72,41
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	25	1,40	0,28	12,35	57,48
<u>ПОЛДНИК</u>					
ПЕЧЕНЬЕ(35)	35	2,63	3,43	26,04	145,53
ЙОГУРТ ПОРЦ.	200	8,00	5,00	24,00	173,00
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<u>УЖИН</u>					
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ(130)	130	24,57	20,41	8,78	317,07
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ(130)	130	3,12	4,64	32,49	184,26
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (2-ОЙ ВАРИАНТ)(180)	180	0,06	0,01	9,22	37,15
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	25	1,90	0,20	12,30	58,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	25	1,40	0,28	12,35	57,48



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

Детский сад № 23 г.Перми

г.Перми Е.Л.Новоселова

День 4

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)

на 25.04.2024г.

Наименование блюда	Выход	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
--------------------	-------	-----	-----	-----	--------

ЗАВТРАК

КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ.	130	5,13	5,07	24,12	162,63
ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180	0,00	0,00	9,03	36,13
БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/10)	45	4,66	7,54	15,49	148,39

2-ой ЗАВТРАК

СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30
-----------	-----	------	------	-------	-------

ОБЕД

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ (30)	30	0,33	1,85	3,21	30,82
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(180)	180	1,59	4,18	8,16	76,63
СУФЛЕ РЫБНОЕ (60)	60	13,20	5,01	3,90	113,45
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(110)	110	4,03	4,01	27,41	161,82
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(180)	180	0,00	0,00	8,98	35,93
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА "НЕЖНАЯ"(50)	50	3,88	8,05	29,71	206,79
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	3,75	7,05	78,75

УЖИН

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(110)	110	23,45	9,58	16,84	247,33
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ФЛОВОДОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(35)	35	0,00	0,00	1,75	6,99
ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180	1,31	1,13	11,21	60,17
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)	95	0,38	0,38	9,31	42,18



УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ

Детский сад № 23 г.Перми

г.Перми Е.Л.Новоселова

День 4

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)

на 25.04.2024г.

Наименование блюда	Выход	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
--------------------	-------	-----	-----	-----	--------

ЗАВТРАК

КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ(150)	150	5,84	5,85	27,24	184,93
ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,00	0,00	10,04	40,14
БУТЕРБРОД С СЫРОМ(30/5/15)	50	5,86	9,06	15,49	166,88

2-ой ЗАВТРАК

СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30
-----------	-----	------	------	-------	-------

ОБЕД

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ(50)	50	0,55	3,08	5,33	51,26
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(200)	200	1,96	5,31	10,82	98,93
СУФЛЕ РЫБНОЕ(70)	70	15,39	5,84	4,55	132,36
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ(130)	130	4,66	4,73	31,68	187,91
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ(180)	180	0,00	0,00	9,00	36,00
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98

ПОЛДНИК

БУЛОЧКА "НЕЖНАЯ"(50)	50	3,88	8,05	29,71	206,79
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,40	105,00

УЖИН

ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА(150)	150	31,97	12,96	22,75	335,50
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ФЛОВОДОГО ИЛИ ЯГОДНОГО(50)	50	0,02	0,00	7,93	31,79
ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(200)	200	1,40	1,25	12,42	66,53
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	25	1,90	0,20	12,30	58,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	25	1,40	0,28	12,35	57,48



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ
"Детский сад № 23" г.Перми
Е.Л.Новоселова

День 5

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ)
на 26.04.2024г.

Наименование блюда	Выход	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,36	4,86	28,54	179,38
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ.	180	4,39	3,75	15,60	113,70
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)	40	2,29	0,87	21,92	104,67
<u>2-ой ЗАВТРАК</u>					
СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30
<u>ОБЕД</u>					
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ЗЕЛ.ГОРОШЕК)	30	0,90	1,07	1,88	20,77
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ(180)	180	1,93	2,50	12,04	78,39
ШНИЦЕЛЯ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	60	10,77	5,38	6,23	116,44
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (110)	110	2,93	3,91	12,48	96,84
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	150	0,20	0,16	11,33	47,52
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.(10)	10	0,76	0,08	4,92	23,44
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98
<u>ПОЛДНИК</u>					
ПРЯНИК(20)	20	1,18	0,94	15,00	73,18
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	3,75	7,05	78,75
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(95)	95	0,38	0,38	9,31	42,18
<u>УЖИН</u>					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ(180)	180	5,64	7,49	34,68	228,67
ЧАЙ С САХАРОМ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)(180)	180	0,00	0,00	9,06	36,26
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ (20)	20	1,12	0,22	9,88	45,98



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ
"Детский сад № 23" г.Перми
Е.Л.Новоселова

День 5

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (3-7 ЛЕТ)
на 26.04.2024г.

Наименование блюда	Выход	Б,г	Ж,г	У,г	К,ккал
<u>ЗАВТРАК</u>					
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ(165)	165	5,90	5,38	31,44	197,80
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК ИЗ ЦИКОРИЯ С МОЛОКОМ	200	4,98	4,23	17,38	127,49
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ(30/10)	40	2,29	0,87	21,92	104,67
<u>2-ой ЗАВТРАК</u>					
СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30
<u>ОБЕД</u>					
ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (ЗЕЛ.ГОРОШЕК).	50	1,50	1,76	3,13	34,40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ(200)	200	2,12	2,69	13,38	86,20
ШНИЦЕЛЯ ПРИПУЩЕННЫЕ ИЗ КУРЫ	70	12,58	6,27	7,34	136,15
КАПУСТА ТУШЕНАЯ (130)	130	3,45	4,61	14,72	114,21
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ(180)	180	0,24	0,19	13,60	57,02
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ. (20)	20	1,52	0,16	9,84	46,88
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	25	1,40	0,28	12,35	57,48
<u>ПОЛДНИК</u>					
ПРЯНИК	40	2,36	1,88	30,00	146,36
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	5,00	9,40	105,00
ПЛОДЫ СВЕЖИЕ(100)	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<u>УЖИН</u>					
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ В МОЛОКЕ(200)	200	6,27	8,32	38,53	254,08
ЧАЙ С САХАРОМ (2-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,00	0,00	10,04	40,14
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	25	1,90	0,20	12,30	58,60
ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	25	1,40	0,28	12,35	57,48