

УТВЕРДАЮ:

Директор ГБОУ СОШ с.Шигоны

_____ А.М. Малых

Приказ №2907 от 30.12.2021г.

**Примерное 10-ти дневное меню
для организации питания детей
в СП «Детский сад №4» ГБОУ СОШ с. Шигоны**

Весенне-летний период

для детей от 1 до 3 лет

МЕНЮ ЯСЛИ 1 ДЕНЬ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---------------------|--|-----------------|----------------------|--------------|---------------|--------------------------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша ячневая молочная с маслом, сахаром | 150,00 | 4,98 | 5,69 | 21,10 | 153,00 | 99 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | сыр | 4,00 | 0,93 | 1,18 | 0,00 | 14,40 | 14 |
| | Напиток кофейный с молоком, с сахаром | 180,00 | 1,44 | 1,44 | 15,50 | 102,20 | 253 |
| | итого за прием | 354,00 | 8,88 | 8,91 | 46,56 | 322,00 | |
| Второй завтрак | Напиток из шиповника | 100,00 | 0,24 | 0,10 | 18,33 | 100,00 | 256 |
| Обед | Салат из свеклы, изюма с растительным маслом | 30,00 | 0,50 | 2,72 | 2,73 | 39,00 | 24 |
| | Суп крестьянский на мясокостном бульоне | 150,00 | 3,46 | 5,03 | 16,39 | 120,00 | 101 |
| | Картофельная запеканка с мясом | 130,00 | 7,11 | 9,36 | 21,93 | 224,73 | 157 |
| | Компот из изюма, кураги, с сахаром, витаминизированный | 150,00 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81,00 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 15,00 | 1,06 | 0,17 | 8,93 | 42,39 | 146 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,30 | 0,90 | 14,94 | 78,60 | 147 |
| | итого за прием | 505,00 | 14,86 | 18,18 | 86,34 | 585,72 | |
| Уплотненный полдник | Булочка "Венская" | 80,00 | 4,40 | 3,28 | 17,52 | 133,44 | 55 |
| | Напиток из свежемороженых ягод | 180,00 | 0,18 | 0,07 | 15,68 | 63,36 | 123 |
| | итого за прием | 260,00 | 4,58 | 3,35 | 33,20 | 196,80 | |
| | итого за день | 1 219,00 | 28,56 | 30,54 | 184,43 | 1 204,52 | |

МЕНЮ ЯСЛИ 2 ДЕНЬ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергитическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|------------------------|---|-----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------------------------|----------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Суп рисовый молочный с маслом, сахаром | 150,00 | 4,32 | 4,97 | 13,71 | 117,00 | 43 |
| | Кисель из ягодного концентрата, с сахаром | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 13,50 | 46,50 | 233 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Сыр | 4,00 | 0,93 | 1,18 | 0,00 | 14,40 | 14 |
| | итого за прием | 354,00 | 6,78 | 6,75 | 37,17 | 230,30 | |
| Второй завтрак | Сок овощной/фруктовый | 100,00 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,00 | 399 |
| | Зеленый горошек порционно | 30,00 | 2,25 | 0,09 | 3,74 | 24,75 | 108 |
| | Щи с рыбными консервами | 150,00 | 7,17 | 7,00 | 11,93 | 139,37 | 149 |
| | Гречка отварная с маслом | 110,00 | 3,81 | 5,41 | 18,53 | 222,53 | 186 |
| | Бефстроганов в томатном соусе | 50,00 | 7,76 | 6,21 | 1,64 | 93,49 | 155 |
| | Напиток из свежезамороженных ягод, витаминизированный | 150,00 | 0,15 | 0,06 | 13,06 | 52,80 | 123 |
| | Хлеб ржаной | 15,00 | 1,06 | 0,17 | 8,93 | 42,39 | 146 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,30 | 0,90 | 14,94 | 78,60 | 147 |
| | итого за прием | 535,00 | 22,25 | 19,84 | 72,77 | 653,93 | |
| Уплотненный полдник | Омлет натуральный | 80,00 | 7,21 | 10,01 | 1,79 | 125,00 | 111 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Кондитерские изделия | 24,00 | 1,50 | 2,36 | 14,88 | 87,20 | 29 |
| | Какао с молоком, с сахаром | 180,00 | 1,20 | 1,30 | 13,00 | 90,00 | 248 |
| | итого за прием | 304,00 | 11,44 | 14,27 | 39,63 | 354,60 | |
| | итого за день | 1 293,00 | 41,37 | 40,86 | 167,75 | 1 314,83 | |

МЕНЮ ЯСЛИ 3 ДЕНЬ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Ценность (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------|---|-----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша молочная "Дружба" с маслом, с сахаром | 150,00 | 4,66 | 5,79 | 20,78 | 150,75 | 84 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Сыр | 4,00 | 0,93 | 1,18 | 0,00 | 14,40 | 14 |
| | Чай с молоком, с сахаром | 180,00 | 0,80 | 1,00 | 13,50 | 56,00 | 261 |
| | итого за прием | 354,00 | 7,92 | 8,57 | 44,24 | 273,55 | |
| Второй завтрак | Фрукты в ассортименте/ Сок овощной/фруктовый | 100,00 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 35,00 | 458 |
| Обед | Свежий огурец порционно/свежий помидор порционно | 30,00 | 0,36 | 0,05 | 1,13 | 6,30 | 70 |
| | Суп по-польски на мясокостном бульоне | 150,00 | 1,85 | 6,19 | 12,34 | 112,47 | 5 |
| | Вермишелевая запеканка с мясом | 130,00 | 16,03 | 10,49 | 27,88 | 212,98 | 28 |
| | Напиток лимонно-апельсиновый, витаминизированный | 150,00 | 0,11 | 0,01 | 18,32 | 72,00 | 282 |
| | Хлеб ржаной | 15,00 | 1,06 | 0,17 | 8,93 | 42,39 | 146 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,30 | 0,90 | 14,94 | 78,60 | 147 |
| | итого за прием | 505,00 | 21,71 | 17,81 | 83,54 | 524,74 | |
| Уплотненный полдник | Ватрушка с творогом | 80,00 | 5,60 | 4,30 | 24,48 | 182,30 | 289 |
| | Компот из сухофруктов | 180,00 | 0,52 | 0,00 | 25,70 | 97,20 | 241 |
| | итого за прием | 260,00 | 6,12 | 4,30 | 50,18 | 279,50 | |
| | итого за день | 1 219,00 | 36,55 | 30,88 | 185,46 | 1 112,79 | |

МЕНЮ ЯСЛИ 4 ДЕНЬ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Ценность (ккал) | № рецептуры |
|---------------------|---|-----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная с маслом, с сахаром | 150,00 | 5,26 | 6,07 | 21,29 | 159,75 | 96 |
| | Кофейный напиток с сахаром | 180,00 | 1,30 | 1,30 | 14,00 | 92,00 | 254 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Сыр | 4,00 | 0,93 | 1,18 | 0,00 | 14,40 | 14 |
| | итого за прием | 354,00 | 9,02 | 9,15 | 45,25 | 318,55 | |
| Второй завтрак | Напиток из свежемороженых ягод | 100,00 | 0,10 | 0,04 | 8,70 | 35,20 | 123 |
| Обед | Салат из свежих помидор с растительным маслом/ Салат из свежих огурцов с растительным маслом | 30,00 | 0,35 | 0,05 | 1,15 | 6,40 | 18 |
| | | 30,00 | 0,25 | 0,05 | 0,75 | 4,25 | 28 |
| | Рассольник на мясокостном бульоне со сметаной | 150,00 | 3,28 | 4,80 | 16,76 | 116,00 | 33 |
| | Котлета рыбная | 50,00 | 7,98 | 4,72 | 3,12 | 87,00 | 248 |
| | Картофельное пюре | 110,00 | 2,44 | 4,19 | 14,45 | 113,00 | 206 |
| | Компот из чернослива с сахаром, витаминизированный | 150,00 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81,00 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 15,00 | 1,06 | 0,17 | 8,93 | 42,39 | 146 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,30 | 0,90 | 14,94 | 78,60 | 147 |
| | итого за прием | 505,00 | 17,49 | 14,78 | 79,62 | 517,99 | |
| Уплотненный полдник | Суп вермишелевый с яйцом, с овощами | 150,00 | 2,50 | 1,87 | 3,71 | 45,62 | 122 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Напиток "Изюминка" | 180,00 | 0,24 | 0,12 | 106,80 | 95,94 | 258 |
| | итого за прием | 350,00 | 4,27 | 2,59 | 120,47 | 193,96 | |
| | итого за день | 1 309,00 | 30,88 | 26,56 | 254,04 | 1 065,70 | |

МЕНЮ ЯСЛИ 5 ДЕНЬ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------------|---|-----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная с маслом | 150,00 | 7,83 | 5,65 | 19,04 | 144,00 | 91 |
| | Какао с молоком, с сахаром | 180,00 | 1,20 | 1,30 | 13,00 | 90,00 | 248 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Сыр | 4,00 | 0,93 | 1,18 | 0,00 | 14,40 | 14 |
| | итого за прием | 354,00 | 11,49 | 8,73 | 42,00 | 300,80 | |
| Второй завтрак | Сок фруктовый/овощной | 100,00 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,00 | 399 |
| Обед | Салат из свежих огурцов, свежих помидор с растительным маслом | 30,00 | 0,30 | 1,55 | 0,90 | 18,80 | 54 |
| | Свекольник на мясокостном бульоне со сметаной | 150,00 | 3,38 | 5,20 | 11,03 | 116,11 | 34 |
| | Зраза мясная | 50,00 | 13,61 | 10,38 | 11,50 | 218,70 | 37 |
| | Капуста тушеная | 110,00 | 2,41 | 4,52 | 8,11 | 87,60 | 208 |
| | Компот из сухофруктов, витаминизированный | 150,00 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81,00 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 15,00 | 1,06 | 0,17 | 8,93 | 42,39 | 146 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,30 | 0,90 | 14,94 | 78,60 | 147 |
| | итого за прием | 505,00 | 23,19 | 21,17 | 75,93 | 624,40 | |
| Уплотненный полдник | Пирожок с картофелем/ Кондитерские изделия | 80,00 | 4,51 | 5,04 | 28,47 | 189,00 | 294 |
| | Компот из свежих яблок, с сахаром/ Кисломолочный продукт | 180,00 | 0,12 | 0,12 | 11,92 | 45,00 | 240 |
| | | 180,00 | 3,91 | 4,32 | 5,40 | 79,65 | 251 |
| | итого за прием | 260,00 | 8,54 | 9,48 | 45,79 | 313,65 | |
| итого за день | | 1 219,00 | 44,12 | 39,38 | 181,90 | 1 314,85 | |

МЕНЮ ЯСЛИ 6 ДЕНЬ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Ценность (ккал) | № рецептуры |
|---------------------|---|-----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Суп вермишелевый молочный с маслом, с сахаром | 150,00 | 4,39 | 4,36 | 14,99 | 116,25 | 44 |
| | Кофейный напиток с сахаром | 180,00 | 1,30 | 1,30 | 14,00 | 92,00 | 254 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Сыр | 4,00 | 0,93 | 1,18 | 0,00 | 14,40 | 14 |
| | итого за прием | 354,00 | 8,15 | 7,44 | 38,95 | 275,05 | |
| Второй завтрак | Напиток из шиповника | 100,00 | 0,24 | 0,10 | 18,33 | 100,00 | 256 |
| Обед | Салат из свеклы с соленым огурцом с растительным маслом | 30,00 | 0,37 | 2,27 | 1,68 | 27,45 | 21 |
| | Щи на мясокостном бульоне со сметаной | 150,00 | 2,95 | 4,80 | 6,87 | 118,00 | 56 |
| | Плов с мясом | 130,00 | 17,30 | 15,09 | 34,80 | 294,37 | 30 |
| | Напиток из чернослива с сахаром, витаминизированный | 150,00 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81,00 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 15,00 | 1,06 | 0,17 | 8,93 | 42,39 | 146 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,30 | 0,90 | 14,94 | 78,60 | 147 |
| | итого за прием | 475,00 | 24,04 | 20,96 | 86,96 | 614,36 | |
| Уплотненный полдник | Булочка домашняя | 80,00 | 3,61 | 6,88 | 23,94 | 129,58 | 274 |
| | Какао с молоком, с сахаром | 180,00 | 1,20 | 1,30 | 13,00 | 90,00 | 248 |
| | итого за прием | 260,00 | 4,81 | 8,18 | 36,94 | 219,58 | |
| | итого за день | 1 189,00 | 37,24 | 36,68 | 181,18 | 1 208,99 | |

МЕНЮ ЯСЛИ 7 ДЕНЬ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Ценность (ккал) | № рецептуры |
|----------------|---|-----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша рисовая молочная с маслом, с сахаром | 150,00 | 4,32 | 4,97 | 19,56 | 144,00 | 173 |
| | Кисель из ягодного концентрата с сахаром | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 13,50 | 46,50 | 233 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Сыр | 4,00 | 0,93 | 1,18 | 0,00 | 14,40 | 14 |
| | итого за прием | 354,00 | 6,78 | 6,75 | 43,02 | 257,30 | |
| Второй завтрак | Напиток из свежемороженых ягод | 100,00 | 0,10 | 0,04 | 8,70 | 35,20 | 123 |
| Обед | Зеленый горошек порционно | 30,00 | 2,25 | 0,09 | 3,74 | 24,75 | 108 |
| | Суп с гречками на мясокостном бульоне | 150,00 | 1,88 | 2,26 | 13,30 | 81,00 | 110 |
| | Мясной гуляш в томатном соусе | 50,00 | 4,50 | 5,70 | 1,85 | 123,60 | 277 |
| | Рожки отварные | 110,00 | 2,03 | 3,49 | 12,04 | 94,67 | 195 |
| | Компот из сухофруктов с сахаром, витаминизированный | 150,00 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81,00 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 15,00 | 1,06 | 0,17 | 8,93 | 42,39 | 146 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,30 | 0,90 | 14,94 | 78,60 | 147 |
| | итого за прием | 535,00 | 14,45 | 12,61 | 76,22 | 526,01 | |
| | Яйцо вареное | 25,00 | 2,54 | 2,3 | 0,14 | 31,5 | 213 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Кондитерские изделия | 24,00 | 1,5 | 2,36 | 14,88 | 87,2 | 29 |
| | Чай яблочный с сахаром | 180,00 | 0,2 | 3,65 | 11,97 | 47,05 | 133 |
| | итого за прием | 249,00 | 5,77 | 8,91 | 36,95 | 218,15 | |
| | итого за день | 1 238,00 | 27,10 | 28,31 | 164,89 | 1 036,66 | |

МЕНЮ ЯСЛИ 8 ДЕНЬ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Ценность (ккал) | № рецептуры |
|---------------------|---|-----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша гречневая молочная с маслом, с сахаром | 150,00 | 5,23 | 7,80 | 18,75 | 167,80 | 47 |
| | Чай с молоком, с сахаром | 180,00 | 0,80 | 1,00 | 13,50 | 56,00 | 261 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Сыр | 4,00 | 0,93 | 1,18 | 0,00 | 14,40 | 14 |
| | итого за прием пищи | 354,00 | 8,49 | 10,58 | 42,21 | 290,60 | |
| Второй завтрак | Фрукт в ассортименте | 100,00 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 35,00 | 458 |
| Обед | Свежий помидор порционно/свежий огурец порционно | 30,00 | 0,36 | 0,05 | 1,13 | 6,30 | 70 |
| | Суп гороховый на мясокостном бульоне | 150,00 | 4,30 | 3,90 | 17,51 | 105,60 | 36 |
| | Пшениная запеканка с мясом | 130,00 | 9,45 | 9,97 | 2,94 | 139,97 | 53 |
| | Компот из чернослива, кураги, с сахаром, витаминизированный | 150,00 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81,00 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 15,00 | 1,06 | 0,17 | 8,93 | 42,39 | 146 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,30 | 0,90 | 14,94 | 78,60 | 147 |
| | итого за прием пищи | 505,00 | 17,90 | 14,99 | 66,87 | 453,86 | |
| Уплотненный полдник | Пирожок с повидлом | 80,00 | 3,39 | 2,13 | 28,50 | 152,80 | 294 |
| | Кисель из ягодного концентрата, с сахаром | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 13,50 | 46,50 | 233 |
| | итого за прием пищи | 260,00 | 3,39 | 2,13 | 42,00 | 199,30 | |
| | итого за день | 1 219,00 | 30,58 | 27,90 | 158,58 | 978,76 | |

МЕНЮ ЯСЛИ 9 ДЕНЬ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Ценность (ккал) | № рецептуры |
|---------------------|--|-----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Каша манная молочная с маслом, с сахаром | 150,00 | 4,66 | 5,60 | 18,82 | 144,00 | 88 |
| | Какао с молоком, с сахаром | 180,00 | 1,20 | 1,30 | 13,00 | 90,00 | 248 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Сыр | 4,00 | 0,93 | 1,18 | 0,00 | 14,40 | 14 |
| | итого за прием | 354,00 | 8,32 | 8,68 | 41,78 | 300,80 | |
| Второй завтрак | Сок овощной/фруктовый | 100,00 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76,00 | 399 |
| Обед | Салат из свежих огурцов с растительным маслом/Салат из свежих помидор с растительным маслом | 30,00 | 0,25 | 0,05 | 0,75 | 4,25 | 28 |
| | | 30,00 | 0,35 | 0,05 | 1,15 | 6,40 | 18 |
| | Суп овощной на мясокостном бульоне со сметаной | 150,00 | 6,48 | 3,24 | 10,44 | 96,75 | 74 |
| | Картофель тушеный с мясом | 130,00 | 10,70 | 12,94 | 12,18 | 185,38 | 226 |
| | Компот из кураги с сахаром, витаминизированный | 150,00 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81,00 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 15,00 | 1,06 | 0,17 | 8,93 | 42,39 | 146 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,30 | 0,90 | 14,94 | 78,60 | 147 |
| | итого за прием | 475,00 | 21,32 | 17,30 | 69,06 | 490,52 | |
| Уплотненный полдник | Лапшевник с творогом со сгущенным молоком/ Запеканка с творогом, рисом со сгущенным молоком | 80,00 | 10,30 | 9,02 | 24,15 | 219,10 | 212 |
| | Напиток "Изюминка" | 180,00 | 0,24 | 0,12 | 106,80 | 95,94 | 258 |
| | итого за прием | 260,00 | 10,54 | 9,14 | 130,95 | 315,04 | |
| | итого за день | 1 189,00 | 41,08 | 35,12 | 259,97 | 1 182,36 | |

МЕНЮ ЯСЛИ 10 ДЕНЬ

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества (г) | | | Ценность (ккал) | № рецептуры |
|---------------------|---|-----------------|----------------------|--------------|---------------|-----------------|-------------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | |
| Завтрак | Суп пшеничный молочный с маслом, с сахаром | 150,00 | 4,32 | 4,97 | 13,71 | 117,00 | 43 |
| | Кисель из ягодного концентрата с сахаром | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 13,50 | 46,50 | 233 |
| | Хлеб пшеничный | 20,00 | 1,53 | 0,60 | 9,96 | 52,40 | 147 |
| | Сыр | 4,00 | 0,93 | 1,18 | 0,00 | 14,40 | 14 |
| | итого за прием | 354,00 | 6,78 | 6,75 | 37,17 | 230,30 | |
| Второй завтрак | Напиток из свежих яблок | 100,00 | 0,08 | 0,08 | 7,95 | 30,00 | 240 |
| Обед | Салат из свежих огурцов, свежих помидор с растительным маслом | 30,00 | 0,30 | 1,55 | 0,90 | 18,80 | 54 |
| | Борщ на мясокостном бульоне со сметаной | 150,00 | 2,82 | 4,79 | 7,83 | 93,69 | 27 |
| | Котлета мясная | 50,00 | 7,03 | 5,73 | 5,11 | 99,38 | 161 |
| | Гороховое пюре | 110,00 | 4,20 | 2,30 | 12,50 | 113,00 | 211 |
| | Компот из изюма, чернослива, с сахаром, витаминизированный | 150,00 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81,00 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 15,00 | 1,06 | 0,17 | 8,93 | 42,39 | 146 |
| | Хлеб пшеничный | 30,00 | 2,30 | 0,90 | 14,94 | 78,60 | 147 |
| | итого за прием | 535,00 | 18,14 | 15,44 | 71,63 | 526,86 | |
| Уплотненный полдник | Булка "Гребешок"/Кондитерские изделия | 80,00 | 5,30 | 4,75 | 29,50 | 183,30 | 417 |
| | Кисломолочный продукт / Чай с сахаром | 180,00 | 3,91 | 4,32 | 5,40 | 79,65 | 251 |
| | | 180,00 | 0,00 | 0,00 | 10,87 | 36,00 | 263 |
| | итого за прием | 260,00 | 9,21 | 9,07 | 34,90 | 262,95 | |
| | итого за день | 1 249,00 | 34,21 | 31,34 | 151,65 | 1 050,11 | |