



УТВЕРЖДАЮ:  
ВРИО директора Л.Н.Гончарова

подпись \_\_\_\_\_  
расшифровка подписи \_\_\_\_\_  
М.Е.И.Ю  
День 1  
Весна 2026

|                      |     |  |
|----------------------|-----|--|
| НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД | САД |  |
|----------------------|-----|--|

Завтрак

| №<br>п/п  |                       | Пищевая ценность |      |          |              | Выход |  |  |  |  |
|-----------|-----------------------|------------------|------|----------|--------------|-------|--|--|--|--|
|           |                       | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |       |  |  |  |  |
| 1.        | Каша манная<br>жидкая | 6,07             | 8,18 | 27,32    | 207,24       | 200   |  |  |  |  |
| 2.        | Чай с сахаром         | 1,3              | 0    | 10,0     | 39,0         | 200   |  |  |  |  |
| 3.        | Бутерброд с маслом    | 2,6              | 7,6  | 17,5     | 146,0        | 35/7  |  |  |  |  |
| 2 Завтрак |                       |                  |      |          |              |       |  |  |  |  |
| 1.        | Молоко кипяченое      | 5,5              | 6    | 8,6      | 108          | 180   |  |  |  |  |
| 2.        | Печенье сахарное      | 2,3              | 2,9  | 22,3     | 125,1        | 30    |  |  |  |  |

Обед

|    |                                                 |      |      |      |        |     |  |  |  |  |
|----|-------------------------------------------------|------|------|------|--------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Свекольник со<br>сметаной на<br>курином бульоне | 9,2  | 5,8  | 11,9 | 145,00 | 250 |  |  |  |  |
| 2. | Салат из св.капусты                             | 0,96 | 3,06 | 4,62 | 49,8   | 60  |  |  |  |  |
| 3. | Биточки, рубленые<br>из свинины                 | 11,7 | 8,7  | 11,8 | 172    | 75  |  |  |  |  |
|    | Соус сметанный                                  | 0,30 | 3,4  | 1,08 | 30     | 20  |  |  |  |  |
| 4. | Каша гречневая<br>рассыпчатая                   | 8,6  | 7,3  | 36,9 | 240,6  | 150 |  |  |  |  |
| 5. | Компот из<br>сухофруктов                        | 0,6  | 0    | 31,4 | 124    | 200 |  |  |  |  |
| 6. | Хлеб ржано-<br>пшеничный                        | 2,5  | 0,31 | 15,7 | 75,5   | 37  |  |  |  |  |

Полдник

|    |                  |      |       |       |      |        |  |  |  |  |
|----|------------------|------|-------|-------|------|--------|--|--|--|--|
| 1. | Макароны с сыром | 3,29 | 10,01 | 22,71 | 218  | 150/15 |  |  |  |  |
| 2. | Хлеб пшеничный   | 2,7  | 0,2   | 18,3  | 82,8 | 35     |  |  |  |  |
| 3. | Чай с сахаром    | 1,3  | 0     | 10,0  | 39,0 | 200    |  |  |  |  |
| 4. | Яблоко           | 0,5  |       | 12,9  | 62   | 100    |  |  |  |  |

Зав. производством



УТВЕРЖДАЮ:  
ВРИО директора Л.Н. Гончарова

подпись \_\_\_\_\_ расшифровка подписи \_\_\_\_\_

М.Е.Н.Ю

Д е н ь 2

Весна 2026

| НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД | САД |  |
|----------------------|-----|--|
|----------------------|-----|--|

Завтрак

| №<br>п/п |                                 | Пищевая ценность |      |          |              | Выход   |  |  |  |  |
|----------|---------------------------------|------------------|------|----------|--------------|---------|--|--|--|--|
|          |                                 | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |         |  |  |  |  |
| 1.       | Каша ячневая вязкая             | 5,29             | 5,73 | 26,35    | 174,7        | 200     |  |  |  |  |
| 2.       | Кофейный напиток с молоком      | 4,5              | 3,7  | 19,6     | 127,10       | 200     |  |  |  |  |
| 3.       | Хлеб пшеничный с маслом и сыром | 7,9              | 14,3 | 13,04    | 214,5        | 25/25/7 |  |  |  |  |

2 Завтрак

|    |       |      |      |      |       |     |  |  |  |  |
|----|-------|------|------|------|-------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Кефир | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 97,21 | 180 |  |  |  |  |
| 2. | Вафли | 1,4  | 1,7  | 38,7 | 177   | 50  |  |  |  |  |

Обед

|    |                           |      |      |      |       |     |  |  |  |  |
|----|---------------------------|------|------|------|-------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Бульон куриный с гренками | 12,7 | 4,5  | 15,8 | 160,4 | 250 |  |  |  |  |
| 2. | Св.огурец                 | 1,7  |      | 0,8  | 11,4  | 60  |  |  |  |  |
| 3. | Плов с курицей            | 17,2 | 8,4  | 42,8 | 324   | 200 |  |  |  |  |
| 4. | Компот из сухофруктов     | 0,6  | 0    | 31,4 | 124   | 200 |  |  |  |  |
| 5. | Хлеб ржаной               | 2,5  | 0,31 | 15,7 | 75,5  | 37  |  |  |  |  |

Полдник

|    |                           |      |      |      |       |        |  |  |  |  |
|----|---------------------------|------|------|------|-------|--------|--|--|--|--|
| 1. | Твор.запеканка с повидлом | 26,3 | 16,2 | 22,3 | 332,5 | 150/25 |  |  |  |  |
| 2. | Чай с сахаром             | 1,3  | 0    | 10,0 | 39,0  | 200    |  |  |  |  |



УТВЕРЖДАЮ:  
Врио директора Л.Н.Гончарова

М.Е.Н.Ю  
Д е н ь № 3  
Весна 2026г

|                      |     |  |
|----------------------|-----|--|
| НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД | САД |  |
|----------------------|-----|--|

Завтрак

| №<br>п/п |                                 | Пищевая ценность |      |          |              | Выход   |  |  |  |  |
|----------|---------------------------------|------------------|------|----------|--------------|---------|--|--|--|--|
|          |                                 | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |         |  |  |  |  |
| 1.       | Каша геркулесовая               | 4,9              | 5,5  | 22,17    | 165,3        | 200     |  |  |  |  |
| 2.       | Какао с молоком                 | 4,9              | 5    | 32,5     | 190          | 200     |  |  |  |  |
| 3.       | Хлеб пшеничный с маслом и яйцом | 5,04             | 6,3  | 20,6     | 156,3        | 35/20/5 |  |  |  |  |

2 Завтрак

|    |        |     |     |     |      |     |  |  |  |  |
|----|--------|-----|-----|-----|------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Йогурт | 3,5 | 3,1 | 5,6 | 70,6 | 125 |  |  |  |  |
|----|--------|-----|-----|-----|------|-----|--|--|--|--|

Обед

|    |                                |      |      |      |       |     |  |  |  |  |
|----|--------------------------------|------|------|------|-------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Суп овощной на курином бульоне | 5,9  | 6,2  | 11,6 | 127,2 | 250 |  |  |  |  |
| 2. | Салат из свеклы                | 0,8  | 4,4  | 5,1  | 64    | 60  |  |  |  |  |
| 3. | Картофель по-домашнему         | 13,9 | 14,1 | 15,0 | 243,5 | 200 |  |  |  |  |
| 4. | Компот из сухофруктов          | 0,6  | 0    | 31,4 | 124   | 200 |  |  |  |  |
| 5. | Хлеб ржанопшеничный            | 2,5  | 0,31 | 15,7 | 75,5  | 37  |  |  |  |  |

Полдник

|    |                   |      |      |       |      |        |  |  |  |  |
|----|-------------------|------|------|-------|------|--------|--|--|--|--|
| 1. | Оладьи с повидлом | 11,0 | 10,5 | 69,15 | 417  | 150/25 |  |  |  |  |
| 2. | Чай с лимоном     | 0,13 | 0,02 | 11,3  | 45,6 | 200    |  |  |  |  |

Зав. производством



УТВЕРЖДАЮ:  
ВРИО директора Л.Н. Гончарова

подпись МБОУ расшифровка подписи

М Е Н Ю

Ф е н ь № 4

Весна 2026г

|                      |     |  |
|----------------------|-----|--|
| НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД | САД |  |
|----------------------|-----|--|

Завтрак

| №<br>п/п |                         | Пищевая ценность |      |          |              | Выход |  |  |  |  |
|----------|-------------------------|------------------|------|----------|--------------|-------|--|--|--|--|
|          |                         | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |       |  |  |  |  |
| 1.       | Каша тиенная жидкая     | 8,98             | 9,37 | 35,51    | 262,68       | 200   |  |  |  |  |
| 2.       | Чай с сахаром           | 1,3              | 0    | 10,0     | 39,0         | 200   |  |  |  |  |
| 3.       | Хлеб пшеничный с маслом | 2,6              | 7,6  | 17,5     | 146,0        | 35/7  |  |  |  |  |

2 Завтрак

|    |                  |     |     |      |       |     |  |  |  |  |
|----|------------------|-----|-----|------|-------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Молоко кипяченое | 5,5 | 6   | 8,6  | 108   | 180 |  |  |  |  |
| 2. | Печенье сахарное | 2,3 | 2,9 | 22,3 | 125,1 | 30  |  |  |  |  |

Обед

|    |                                  |      |      |      |       |       |  |  |  |  |
|----|----------------------------------|------|------|------|-------|-------|--|--|--|--|
| 1. | Суп гороховый на курином бульоне | 12,1 | 8,9  | 17,5 | 161,6 | 250   |  |  |  |  |
| 2  | Салат из моркови                 | 0,7  | 4,3  | 5,6  | 64,08 | 60    |  |  |  |  |
| 3. | Рис припущенный                  | 5,0  | 8,6  | 53,0 | 315,0 | 150   |  |  |  |  |
| 4. | Гуляш из курицы                  | 9,4  | 6,5  | 2,1  | 132   | 75/40 |  |  |  |  |
| 5. | Компот из сухофруктов            | 0,6  | 0    | 31,4 | 124   | 200   |  |  |  |  |
| 6. | Хлеб ржано-пшеничный             | 2,5  | 0,31 | 15,7 | 75,5  | 37    |  |  |  |  |

Полдник

|    |                   |     |     |      |       |     |  |  |  |  |
|----|-------------------|-----|-----|------|-------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Омлет             | 7,3 | 7,9 | 4,3  | 113,5 | 105 |  |  |  |  |
| 2. | Кисель из повидла | 0,8 | 0   | 22,2 | 89,4  | 200 |  |  |  |  |
| 3  | Хлеб пшеничный    | 2,7 | 0,2 | 18,3 | 82,8  | 35  |  |  |  |  |
| 4. | Яблоко            | 0,5 |     | 12,9 | 62    | 100 |  |  |  |  |

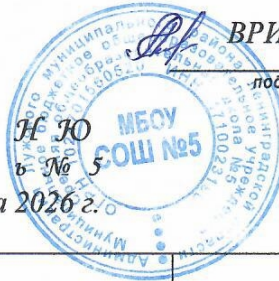
Зав. производством

УТВЕРЖДАЮ:  
ВРИО директора Л.Н.Гончарова

подпись

расшифровка подписи

М Е Н Ю  
Д е н ь № 5  
Весна 2026 г.



|                      |     |
|----------------------|-----|
| НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД | САД |
|----------------------|-----|

Завтрак

| №<br>п/п |                                     | Пищевая ценность |      |          |              | Выход   |  |  |  |  |
|----------|-------------------------------------|------------------|------|----------|--------------|---------|--|--|--|--|
|          |                                     | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |         |  |  |  |  |
| 1.       | Каша гречневая<br>молочная с маслом | 8,98             | 9,37 | 35,51    | 262,68       | 200     |  |  |  |  |
| 2.       | Чай с молоком                       | 2,8              | 3,2  | 14,7     | 95,4         | 200     |  |  |  |  |
| 3.       | Хлеб пшеничный с<br>маслом и сыром  | 7,9              | 14,3 | 13,04    | 214,5        | 25/25/7 |  |  |  |  |

Обед

|    |                                         |      |      |      |       |       |  |  |  |  |
|----|-----------------------------------------|------|------|------|-------|-------|--|--|--|--|
| 1. | Рассольник<br>Ленингр.на<br>кур.бульоне | 8,8  | 9,4  | 16,6 | 150,9 | 250   |  |  |  |  |
| 2. | Салат св.капусты                        | 0,96 | 3,06 | 4,62 | 49,8  | 60    |  |  |  |  |
| 3. | Котлета рыбная с<br>соусом молочным     | 16,6 | 6,9  | 14,6 | 181,5 | 80/30 |  |  |  |  |
| 4. | Пюре<br>картофельное                    | 3,1  | 5,1  | 19,7 | 133,4 | 150   |  |  |  |  |
| 5. | Компот из<br>сухофруктов                | 0,6  | 0    | 31,4 | 124   | 200   |  |  |  |  |
| 6. | Хлеб ржано-<br>пшеничный                | 2,5  | 0,31 | 15,7 | 75,5  | 37    |  |  |  |  |

Полдник

|    |                       |     |     |       |      |     |  |  |  |  |
|----|-----------------------|-----|-----|-------|------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Сдоба<br>обыкновенная | 6,9 | 3,5 | 39,21 | 213  | 75  |  |  |  |  |
| 2. | Кисель из повидла     | 0,8 | 0   | 22,2  | 89,4 | 200 |  |  |  |  |

Зав. производством

УТВЕРЖДАЮ:  
ВРИО директора  
Л.Н.Гончарова

М Е Н Ю  
Д е н ь № 6  
Весна 2026г.



расшифровка подписи

|                      |     |
|----------------------|-----|
| НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД | САД |
|----------------------|-----|

Завтрак

| №<br>п/п |                         | Пищевая ценность |      |          |              | Выход |  |  |  |  |
|----------|-------------------------|------------------|------|----------|--------------|-------|--|--|--|--|
|          |                         | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |       |  |  |  |  |
| 1.       | Каша вязкая «Ассорти»   | 8,98             | 5,56 | 25,76    | 184,7        | 200   |  |  |  |  |
| 2.       | Чай с сахаром           | 1,3              | 0    | 10,0     | 39,0         | 200   |  |  |  |  |
| 3.       | Хлеб пшеничный с маслом | 2,6              | 7,6  | 17,5     | 146,0        | 35/7  |  |  |  |  |

2 Завтрак

|    |       |      |      |      |       |     |  |  |  |  |
|----|-------|------|------|------|-------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Кефир | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 97,21 | 180 |  |  |  |  |
| 2. | Вафли | 1,4  | 1,7  | 38,7 | 177   | 50  |  |  |  |  |

Обед

|    |                                                   |      |       |       |       |       |  |  |  |  |
|----|---------------------------------------------------|------|-------|-------|-------|-------|--|--|--|--|
| 1  | Борщ с капустой б/к, картофелем, мясом и сметаной | 8,6  | 5,7   | 10,2  | 136,4 | 250   |  |  |  |  |
| 2. | Св.огурец                                         | 1,7  |       | 0,8   | 11,4  | 60    |  |  |  |  |
| 3. | Оладьи из печени со сметанным соусом              | 9,78 | 11,66 | 16,41 | 210   | 80/25 |  |  |  |  |
| 4. | Рис припущенный                                   | 5,0  | 8,6   | 53,0  | 315,0 | 150   |  |  |  |  |
| 5. | Компот из сухофруктов                             | 0,6  | 0     | 31,4  | 124   | 200   |  |  |  |  |
| 6. | Хлеб ржано-пшеничный                              | 2,5  | 0,31  | 15,7  | 75,5  | 37    |  |  |  |  |

Полдник

|    |                |      |     |       |       |     |  |  |  |  |
|----|----------------|------|-----|-------|-------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Рагу из овощей | 4,56 | 9   | 17,56 | 171,5 | 200 |  |  |  |  |
| 2. | Чай с сахаром  | 1,3  | 0   | 10,0  | 39,0  | 200 |  |  |  |  |
| 3. | Хлеб пшеничный | 2,7  | 0,2 | 18,3  | 82,8  | 35  |  |  |  |  |
| 4. | Яблоко         | 0,5  |     | 12,9  | 62    | 100 |  |  |  |  |

Зав. производством

УТВЕРЖДАЮ:

ВРИО директора Л.Н.Гончарова

подпись

расшифровка подписи

М Е Н Ю

Д е н ь 7

Весна 2026г.

|                      |     |  |
|----------------------|-----|--|
| НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД | САД |  |
|----------------------|-----|--|

Завтрак

| №<br>п/п |                            | Пищевая ценность |      |          |              | Выход   | Пищевая ценность |      |          |              | Выход |
|----------|----------------------------|------------------|------|----------|--------------|---------|------------------|------|----------|--------------|-------|
|          |                            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |         | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |       |
| 1.       | Каша вязкая «пшеничная»    | 5,29             | 5,73 | 26,35    | 174,7        | 200     |                  |      |          |              |       |
| 2.       | Какао с молоком            | 4,9              | 5    | 32,5     | 190          | 200     |                  |      |          |              |       |
| 3.       | Бутерброд с маслом с сыром | 7,9              | 14,3 | 13,04    | 214,5        | 25/25/7 |                  |      |          |              |       |

Обед

|    |                                    |      |      |      |       |     |  |  |  |  |  |
|----|------------------------------------|------|------|------|-------|-----|--|--|--|--|--|
| 1. | Суп картофельный с мясными фрик-ми | 9,4  | 9,5  | 16,9 | 195,0 | 250 |  |  |  |  |  |
| 2. | Голубцы ленивые                    | 27,1 | 20,7 | 18,8 | 370   | 200 |  |  |  |  |  |
| 3. | Компот из сухофруктов              | 0,6  | 0    | 31,4 | 124   | 200 |  |  |  |  |  |
| 4. | Хлеб ржаной                        | 2,5  | 0,31 | 15,7 | 75,5  | 37  |  |  |  |  |  |

Полдник

|    |                    |      |      |      |      |        |  |  |  |  |  |
|----|--------------------|------|------|------|------|--------|--|--|--|--|--|
| 1. | Сырники с повидлом | 15,3 | 18,6 | 40,2 | 326  | 150/20 |  |  |  |  |  |
| 2. | Чай с лимоном      | 0,13 | 0,02 | 11,3 | 45,6 | 200    |  |  |  |  |  |

Зав. производством

УТВЕРЖДАЮ:  
ВРИО директора Л.Н. Гончарова

подпись расшифровка подписи

М Е Н Ю  
День № 8  
Весна 2026г

|                      |     |  |
|----------------------|-----|--|
| НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД | САД |  |
|----------------------|-----|--|

Завтрак

| №<br>п/п |                                    | Пищевая ценность |      |          |              | Выход   |  |  |  |  |
|----------|------------------------------------|------------------|------|----------|--------------|---------|--|--|--|--|
|          |                                    | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |         |  |  |  |  |
| 1.       | Каша рисовая<br>молочная с маслом  | 8,98             | 9,37 | 35,51    | 262,68       | 200     |  |  |  |  |
| 2.       | Кофейный напиток<br>с молоком      | 4,5              | 3,7  | 19,6     | 127,10       | 200     |  |  |  |  |
| 3.       | Хлеб пшеничный с<br>маслом и яйцом | 5,04             | 6,3  | 20,6     | 156,3        | 35/20/5 |  |  |  |  |

2 Завтрак

|    |                  |     |   |     |     |     |  |  |  |  |
|----|------------------|-----|---|-----|-----|-----|--|--|--|--|
| 1. | Молоко кипяченое | 5,5 | 6 | 8,6 | 108 | 180 |  |  |  |  |
|----|------------------|-----|---|-----|-----|-----|--|--|--|--|

Обед

|    |                                        |      |      |      |       |     |  |  |  |  |
|----|----------------------------------------|------|------|------|-------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Суп-юре из<br>картофеля с<br>зеленками | 10,1 | 10,6 | 21,6 | 222,1 | 250 |  |  |  |  |
| 2  | Салат из моркови                       | 0,7  | 4,3  | 5,6  | 64,08 | 60  |  |  |  |  |
| 3. | Макаронник с<br>мясом                  | 14,3 | 15,8 | 26,2 | 309   | 200 |  |  |  |  |
| 4. | Компот из<br>сухофруктов               | 0,6  | 0    | 31,4 | 124   | 200 |  |  |  |  |
| 5. | Хлеб ржано-<br>пшеничный               | 2,5  | 0,31 | 15,7 | 75,5  | 37  |  |  |  |  |

Полдник

|    |                  |     |       |      |       |       |  |  |  |  |
|----|------------------|-----|-------|------|-------|-------|--|--|--|--|
| 1. | Сложный гарнир   | 3,6 | 28,05 | 16,5 | 118,3 | 75/50 |  |  |  |  |
| 2. | Чай с сахаром    | 1,3 | 0     | 10,0 | 39,0  | 200   |  |  |  |  |
| 3. | Хлеб пшеничный   | 2,7 | 0,2   | 18,3 | 82,8  | 35    |  |  |  |  |
| 4. | Печенье сахарное | 2,3 | 2,9   | 22,3 | 125,1 | 30    |  |  |  |  |

Зав. производством



ВРИО директора Л.Н.Гончарова

подпись расшифровка подписи

М.Е.Н.Ю.

День № 9

Весна 2026 г.

| НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД | САД |  |
|----------------------|-----|--|
|----------------------|-----|--|

Завтрак

| №<br>п/п |                                 | Пищевая ценность |      |          |              | Выход |  |  |  |  |
|----------|---------------------------------|------------------|------|----------|--------------|-------|--|--|--|--|
|          |                                 | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |       |  |  |  |  |
| 1.       | Каша вязкая<br>"Дружба"         | 4,4              | 9,2  | 25,4     | 177,33       | 200   |  |  |  |  |
| 2.       | Бутерброд с маслом<br>сливочным | 2,6              | 7,6  | 17,5     | 146          | 35/7  |  |  |  |  |
| 3.       | Чай с сахаром                   | 1,3              | 0    | 10,0     | 39,0         | 200   |  |  |  |  |

2 Завтрак

|    |       |      |      |      |       |     |  |  |  |  |
|----|-------|------|------|------|-------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Кефир | 5,22 | 4,50 | 7,56 | 97,21 | 180 |  |  |  |  |
| 2. | Вафли | 1,4  | 1,7  | 38,7 | 177   | 50  |  |  |  |  |

Обед

|    |                                                  |       |      |      |       |       |  |  |  |  |
|----|--------------------------------------------------|-------|------|------|-------|-------|--|--|--|--|
| 1. | Щи из св.капусты с<br>картоф. на кур.<br>бульоне | 8,2   | 9,2  | 8,3  | 155,2 | 250   |  |  |  |  |
| 2. | Котлета куриная с<br>соусом молочным             | 16,03 | 11,3 | 15,6 | 219   | 75/30 |  |  |  |  |
| 3. | Каша гречневая<br>рассыпчатая                    | 8,6   | 7,3  | 36,9 | 240,6 | 150   |  |  |  |  |
| 4. | Компот из<br>сухофруктов                         | 0,2   | 0    | 19,5 | 74,5  | 200   |  |  |  |  |
| 5. | Хлеб ржано-<br>пшеничный                         | 2,5   | 0,31 | 15,7 | 75,5  | 37    |  |  |  |  |

Полдник

|    |                            |      |      |      |       |     |  |  |  |  |
|----|----------------------------|------|------|------|-------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Салат из вареных<br>овощей | 3    | 20,2 | 12,6 | 189,0 | 200 |  |  |  |  |
| 2. | Чай с лимоном              | 0,13 | 0,02 | 11,3 | 45,6  | 200 |  |  |  |  |
| 3. | Хлеб пшеничный             | 2,7  | 0,2  | 18,3 | 82,8  | 35  |  |  |  |  |

Зав. производством

|                      |     |  |
|----------------------|-----|--|
| НАИМЕНОВАНИЕ<br>БЛЮД | САД |  |
|----------------------|-----|--|

**Завтрак**

| №<br>п/п         |                         | Пищевая ценность |      |          |              | Выход |  |  |  |  |
|------------------|-------------------------|------------------|------|----------|--------------|-------|--|--|--|--|
|                  |                         | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |       |  |  |  |  |
| 1.               | Вермишель молочная      | 7                | 7,9  | 24,7     | 141          | 200   |  |  |  |  |
| 2.               | Чай с молоком           | 2,8              | 3,2  | 14,7     | 95,4         | 200   |  |  |  |  |
| 3.               | Хлеб пшеничный с маслом | 2,3              | 2,9  | 22,3     | 125,1        | 35/7  |  |  |  |  |
| <b>2 Завтрак</b> |                         |                  |      |          |              |       |  |  |  |  |
| 1.               | Йогурт                  | 3,5              | 3,1  | 5,6      | 70,6         | 125   |  |  |  |  |

**Обед**

|    |                                 |      |       |       |       |       |  |  |  |  |
|----|---------------------------------|------|-------|-------|-------|-------|--|--|--|--|
| 1. | Суп крест .с крупой с мясом     | 8,9  | 10,00 | 12,5  | 140,7 | 250   |  |  |  |  |
| 2. | Рыба отварная с соусом польским | 10,7 | 9,42  | 35,05 | 159   | 80/50 |  |  |  |  |
| 3. | Салат из св капусты             | 0,96 | 3,06  | 4,62  | 49,8  | 60    |  |  |  |  |
| 4. | Пюре картофельное               | 3,1  | 5,1   | 19,7  | 133,4 | 150   |  |  |  |  |
| 5. | Компот из сухофруктов           | 0,6  | 0     | 31,4  | 124   | 200   |  |  |  |  |
| 6. | Хлеб ржано-пшеничный            | 2,5  | 0,31  | 15,7  | 75,5  | 37    |  |  |  |  |

**Полдник**

|    |                     |     |     |       |      |     |  |  |  |  |
|----|---------------------|-----|-----|-------|------|-----|--|--|--|--|
| 1. | Ватрушка с повидлом | 6,9 | 3,5 | 39,21 | 213  | 75  |  |  |  |  |
| 2. | Кисель из варенья   | 0,8 | 0   | 22,2  | 89,4 | 200 |  |  |  |  |
|    | Яблоко              | 0,5 |     | 12,9  | 62   | 100 |  |  |  |  |

Зав. производством