

**10-ти ДНЕВНОЕ**

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования посещаемого бюджетного дошкольного образовательного учреждения городского округа-город Казань  
2025г./124,30руб./

1-3г. Зима-осень 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 1</b>					
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ И МАСЛОМ	130	3,4	15,41	9,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
	ПОВИДЛО	20	0,08	0	8
		350	0	0	0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5
		100	0	0	0
Обед	СУП С КАРТОФЕЛЕМ И С КЛЕЦКАМИ	150	3,916	6,18	8,5
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	130	10,57	6,94	7,956
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,65	1,75	4,25
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	13,35
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64
		545	0	0	0
Полдник	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ	150	8,654	11,06	11,82
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	18	4,5	104,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
Ужин		320	0	0	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	ЯЙЦО ВАРЕНое	40	5,12	4,64	0,28
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		240	0	0	0
<b>Итого за 1 день:</b>	<b>белки-42,07 жиры-47,84 угл</b>	<b>1555</b>	<b>61,39</b>	<b>52,61</b>	<b>279,02</b>

1-3г. Зима-осень 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 2</b>					
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	3,31	3,45	13,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		350	0	0	0

<b>II Завтрак</b>	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1
		<b>100</b>	0	0	0
<b>Обед</b>	СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ	150	6,3	6	12,3
	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ В СОУСЕ №355	75	8,9	15,7	6,29
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,75	4,62	16,17
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	12,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
		<b>555</b>	0	0	0
<b>Полдник</b>	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,8	5,4	7,2
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,05	2,65	27,45
		<b>200</b>	0	0	0
<b>Ужин</b>	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	60	7,26	2,76	16,86
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,7	3,6	9,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
		<b>360</b>	0	0	0
<b>Итого за 2 день:</b>	<b>белки-42,41 жиры-47,68 угл</b>	<b>1565</b>	<b>48,71</b>	<b>45,73</b>	<b>233,43</b>

1-3г. Зима-осень 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 3</b>					
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	3,45	2,55	32,55
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ /Батон/	50	2,58	18,36	16,6
<b>II Завтрак</b>		<b>380</b>	0	0	0
<b>Обед</b>	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8
		<b>100</b>	0	0	0
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	6,6	3,6	13,35
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПО КУПЕЧЕСКИ С КУРИЦЕЙ	130	10,4	3,25	17,81
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	0,7	1,2	2,6
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64
		<b>570</b>	0	0	0
<b>Полдник</b>	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА	70	0,42	1,55	5,3
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		<b>270</b>	0	0	0
<b>Ужин</b>	БЛИНЧИКИ	100	5	7	22

	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	20	1,44	1,7	11,2
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	0	0	15,66
		300	0	0	0
<b>Итого за 3 день:</b>	<b>белки-41,98 жиры-47,78 угл</b>	<b>1620</b>	<b>37,66</b>	<b>40,86</b>	<b>230,29</b>

1-3г. Зима-осень 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 4</b>					
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,72	3,36	31,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10	0,08	0,25	0,13
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		360	0	0	0
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8
		100	0	0	0
ОБЕД	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,7	4,35	8,1
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	7,41	13,13	14,3
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64
		550	0	0	0
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	50	2,1	6,45	12,8
		230	0	0	0
Ужин	ЗРАЗА РЫБНАЯ С СОУСОМ №348	90	5,243	9,88	4,267
	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	50	1,08	0,1	4,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
		340	0	0	0
<b>Итого за 4 день:</b>	<b>белки-42,28 жиры-46,99 угл</b>	<b>1580</b>	<b>38,13</b>	<b>39,52</b>	<b>193,76</b>

1-3г. Зима-осень 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 5</b>					
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	6,06	5,7	4,05
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4

	СЫР	10			
		<b>360</b>	0	0	0
<b>II Завтрак</b>	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>
		<b>100</b>	0	0	0
<b>Обед</b>	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	4,71	7	8,78
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	110	8,01	8,182	5,12
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20			
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>26,1</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	<b>1,98</b>	<b>0,33</b>	<b>12,3</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>
		<b>500</b>	0	0	0
<b>Полдник</b>	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>
	ВИНЕГРЕТ	80	5,44	4,56	43,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>
		<b>280</b>	0	0	0
<b>Ужин</b>	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ №354	95	9,13	15,18	26,87
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15,66</b>
		<b>275</b>	0	0	0
<b>Итого за 5 день:</b>	<b>белки-41,93 жиры-47,09 угл</b>	<b>1515</b>	<b>42,85</b>	<b>42,57</b>	<b>211,74</b>

1-3г. Зима-осень 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 6</b>					
<b>Завтрак</b>	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И САХАРОМ	150	5,63	6,538	4,953
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>15,66</b>
	БАТОН	30	<b>1,6</b>	<b>0,58</b>	<b>10,4</b>
		<b>360</b>	0	0	0
<b>II Завтрак</b>	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>26,1</b>
		<b>100</b>	0	0	0
<b>Обед</b>	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,302	8,12	5,05
	ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ №348 /60/15г./	75	8,01	8,182	25,12
	КАША ПШЕНИЧНАЯ	110	1,86	4,913	5,485
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>26,1</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	<b>1,98</b>	<b>0,33</b>	<b>13,35</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>
		<b>575</b>	0	0	0

<b>Полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №354	100	4,83	10,49	11,73
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	<b>36,45</b>	<b>22,5</b>	<b>15,3</b>
		<b>250</b>	0	0	0
<b>Ужин</b>	РАГУ ОВОЩНОЕ	100	5,54	7,43	15,98
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>
		<b>320</b>	0	0	0
<b>Итого за 6 день:</b>	<b>белки-42,54,жиры-47,00,угле</b>	<b>1605</b>	<b>77,20</b>	<b>69,70</b>	<b>214,50</b>

1-3г. Зима-осень 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 7</b>					
<b>Завтрак</b>	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,38	7,917	2,08
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	<b>36,45</b>	<b>22,5</b>	<b>15,3</b>
	БАТОН	20	<b>1,6</b>	<b>0,58</b>	<b>10,4</b>
		<b>320</b>	0	0	0
<b>II Завтрак</b>	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>14,5</b>
		<b>100</b>	0	0	0
<b>Обед</b>	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	3,163	4,337	9,76
	КОТЛЕТА ИЗ КУРИЦЫ	60	4,46	14,379	5,37
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	10	0,54	2,91	1,65
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	1,1	6	5,405
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>26,1</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	<b>1,98</b>	<b>0,33</b>	<b>12,3</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>
		<b>570</b>	0	0	0
<b>Полдник</b>	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	<b>4,95</b>	<b>4,25</b>	<b>16,5</b>
		<b>230</b>	0	0	0
<b>Ужин</b>	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ №348	70	8,5	6,475	9,875
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2	0,4	9
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>
		<b>390</b>	0	0	0
<b>Итого за 7 день:</b>	<b>белки-42,66 жиры-47,36 угл</b>	<b>1610</b>	<b>74,94</b>	<b>70,72</b>	<b>187,50</b>

1-3г. Зима-осень 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 8</b>					

<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	150	<b>4,95</b>	<b>6,3</b>	<b>18,15</b>
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>
	БАТОН	30	<b>1,6</b>	<b>0,58</b>	<b>10,4</b>
	СЫР	10	<b>2,6</b>	<b>2,65</b>	<b>0,35</b>
		<b>370</b>	0	0	0
<b>II Завтрак</b>	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>
		<b>100</b>	0	0	0
<b>Обед</b>	СУП ПШЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	<b>2,55</b>	<b>4,5</b>	<b>5,25</b>
	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	<b>8,52</b>	<b>6,84</b>	<b>7,8</b>
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	<b>8,03</b>	<b>0,55</b>	<b>15,73</b>
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	30	<b>0,51</b>	<b>0,06</b>	<b>2,4</b>
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>26,1</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	<b>1,98</b>	<b>0,33</b>	<b>12,3</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>
		<b>590</b>	0	0	0
<b>Полдник</b>	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	<b>18</b>	<b>4,5</b>	<b>104,4</b>
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	6,15	3,653	17,55
		<b>200</b>	0	0	0
<b>Ужин</b>	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ В СОУСЕ № 355	110	6,14	22,125	7,095
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>
		<b>310</b>	0	0	0
<b>Итого за 8 день:</b>	<b>белки-42,86 жиры-47,15 угл</b>	<b>1570</b>	<b>66,95</b>	<b>53,13</b>	<b>286,59</b>

1-3г. Зима-осень 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 9</b>					
<b>Завтрак</b>	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	6,808	8,532	1,33
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>
	БАТОН	30	<b>1,6</b>	<b>0,58</b>	<b>10,4</b>
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10	2,43	0,3	14,64
		<b>305</b>	0	0	0
<b>II Завтрак</b>	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>14,5</b>
		<b>100</b>	0	0	0
<b>Обед</b>	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	5,96	8,367	10,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	120	4,31	4,967	9,08
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>26,1</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	<b>1,98</b>	<b>0,33</b>	<b>12,3</b>

	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64
		510	0	0	0
<b>полдник</b>	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10	2,84	3,79	2,11
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	2,64	0,66	15,09
		240	0	0	0
<b>Ужин</b>	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,38	7,917	2,08
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	0	0	15,66
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		350	0	0	0
<b>Итого за 9 день:</b>	белки-42,63 жиры-47,1 углеводы-203,06 к/кал.- 1400,82	1505	37,938	36,363	178,81

1-3г. Зима-осень 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 10</b>					
<b>Завтрак</b>	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,82	9,55	3,04
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		350	0	0	0
<b>II Завтрак</b>	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8
		100	0	0	0
<b>Обед</b>	ЩИ ПО УРАЛЬСКИ	150	6,27	14,425	14,608
	ОЛАДЫ ПЕЧЕНОЧНЫЕ	60	8,64	12,06	6,12
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	2,75	4,62	16,17
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	13,35
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
		530	0	0	0
<b>Полдник</b>	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40	0,32	0,32	27,9
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	0	0	15,66
		220	0	0	0
<b>Ужин</b>	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,12	4,64	0,28
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	90	1,7	3,6	9,8
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
		330	0	0	0
<b>Итого за 10 день:</b>	белки-42,52 жиры-47,93 угле	1530	37,29	51,45	198,25

Меню разработано на основании Сборника рецептов 2011г. блюд

и кулинарных изделий в дошкольных организациях редактор Могильный М.П.

<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>		
белки-42,3 жиры-47,6 углеводы-203,5 к/кал.-1400,3		
<b>ЗНАЧЕНИЕ ПО НОРМАМ СанПина 2.3/2.4.3590-20</b>		
белки-42 жиры-47 углеводы-203 к/кал-1400		

--	--	--	--

## 10-ти ДНЕВНОЕ :

для детей дошкольного возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования посещающих дошкольное образовательное учреждение городского округа-город Камышин / весна-л

1-3г. Весна-лето 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 1</b>					
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ И МАСЛОМ	130	3,4	15,41	9,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
	ПОВИДЛО	20	0,08	0	8
		350	0	0	0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5
		100	0	0	0
Обед	СУП С КАРТОФЕЛЕМ И С КЛЕЦКАМИ	150	3,916	6,18	8,5
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	130	10,57	6,94	7,956
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	25	0,65	1,75	4,25
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	13,35
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64
		545	0	0	0
Полдник	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ	150	8,654	11,06	11,82
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	18	4,5	104,4
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
Ужин		320	0	0	0
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	ЯЙЦО ВАРЕНое	40	5,12	4,64	0,28
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		240	0	0	0
<b>Итого за 1 день:</b>	<b>белки-42,07 жиры-47,84 угл</b>	<b>1555</b>	<b>61,39</b>	<b>52,61</b>	<b>279,02</b>

1-3г. Весна-лето 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 2</b>					
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	3,31	3,45	13,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		350	0	0	0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1
		100	0	0	0
Обед	СУП ЛАПША С КУРИЦЕЙ	150	6,3	6	12,3

	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ В СОУСЕ №355	75	8,9	15,7	6,29
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2,75	4,62	16,17
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	12,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
		555	0	0	0
Полдник	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,8	5,4	7,2
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,05	2,65	27,45
		200	0	0	0
Ужин	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С МОРКОВЬЮ	70	7,26	2,76	16,86
	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	1,7	3,6	9,8
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
		380	0	0	0
<b>Итого за 2 день:</b>	<b>белки-42,41 жиры-47,68 угл</b>	<b>1585</b>	<b>48,71</b>	<b>45,73</b>	<b>233,43</b>

1-Зг. Весна-лето 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 3</b>					
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	3,45	2,55	32,55
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ /Батон/	50	2,58	18,36	16,6
II Завтрак		380	0	0	0
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8
Обед		100	0	0	0
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	6,6	3,6	13,35
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПО КУПЕЧЕСКИ С КУРИЦЕЙ	130	10,4	3,25	17,81
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50	0,7	1,2	2,6
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64
		570	0	0	0
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	СВЕКОЛЬНАЯ ИКРА	70	0,42	1,55	5,3
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		270	0	0	0
Ужин	БЛИНЧИКИ	100	5	7	22
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	20	1,44	1,7	11,2
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	0	0	15,66
		300	0	0	0
<b>Итого за 3 день:</b>	<b>белки-41,98 жиры-47,78 угл</b>	<b>1620</b>	<b>37,66</b>	<b>40,86</b>	<b>230,29</b>

1-Зг. Весна-лето 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У

День 4					
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,72	3,36	31,2
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10	0,08	0,25	0,13
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		360	0	0	0
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8
		100	0	0	0
ОБЕД	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,7	4,35	8,1
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	7,41	13,13	14,3
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64
		550	0	0	0
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	50	2,1	6,45	12,8
		230	0	0	0
Ужин	ЗРАЗА РЫБНАЯ С СОУСОМ №348	90	5,243	9,88	4,267
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	1,08	0,1	4,6
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
		400	0	0	0
<b>Итого за 4 день:</b>	<b>белки-42,28 жиры-46,99 угл</b>	<b>1640</b>	<b>38,13</b>	<b>39,52</b>	<b>193,76</b>

1-3г. Весна-лето 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
День 5					
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	6,06	5,7	4,05
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
	СЫР	10			
		360	0	0	0
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8
		100	0	0	0
Обед	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	4,71	7	8,78
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	110	8,01	8,182	5,12
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20			
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	12,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
		500	0	0	0
Полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	ВИНЕГРЕТ	80	5,44	4,56	43,4

	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
		280	0	0	0
Ужин	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ №354	95	9,13	15,18	26,87
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	0	0	15,66
		275	0	0	0
<b>Итого за 5 день:</b>	<b>белки-41,93 жиры-47,09 угл</b>	<b>1515</b>	<b>42,85</b>	<b>42,57</b>	<b>211,74</b>

1-3г. Весна-лето 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 6</b>					
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И САХАРОМ	150	5,63	6,538	4,953
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	0	0	15,66
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4
		360	0	0	0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,54	0	26,1
		100	0	0	0
Обед	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,302	8,12	5,05
	ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ №348 /60/15г./	75	8,01	8,182	25,12
	КАША ПШЕНИЧНАЯ	110	1,86	4,913	5,485
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	13,35
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64
		575	0	0	0
Полдник	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ №354	100	4,83	10,49	11,73
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	36,45	22,5	15,3
		250	0	0	0
Ужин	РАГУ ОВОЩНОЕ	100	5,54	7,43	15,98
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,43	0,3	14,64
		320	0	0	0
<b>Итого за 6 день:</b>	<b>белки-42,54,жиры-47,00,угле</b>	<b>1605</b>	<b>77,20</b>	<b>69,70</b>	<b>214,50</b>

1-3г. Весна-лето 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход 09.январь	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 7</b>					
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,38	7,917	2,08
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	36,45	22,5	15,3
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		320	0	0	0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5

		<b>100</b>	0	0	0
<b>Обед</b>	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	150	3,163	4,337	9,76
	КОТЛЕТА ИЗ КУРИЦЫ	60	4,46	14,379	5,37
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	10	0,54	2,91	1,65
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	1,1	6	5,405
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>26,1</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	<b>1,98</b>	<b>0,33</b>	<b>12,3</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>
		<b>570</b>	0	0	0
<b>Полдник</b>	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	2,64	0,66	15,09
		<b>230</b>	0	0	0
<b>Ужин</b>	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ №348	70	8,5	6,475	9,875
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2	0,4	9
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>
		<b>390</b>	0	0	0
<b>Итого за 7 день:</b>	<b>белки-42,66 жиры-47,36 угл</b>	<b>1610</b>	<b>72,63</b>	<b>67,13</b>	<b>186,09</b>

1-3г. Весна-лето 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 8</b>					
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	150	<b>4,95</b>	<b>6,3</b>	<b>18,15</b>
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	<b>0,06</b>	<b>0,02</b>	<b>9,99</b>
	БАТОН	30	<b>1,6</b>	<b>0,58</b>	<b>10,4</b>
	СЫР	10	<b>2,6</b>	<b>2,65</b>	<b>0,35</b>
		<b>370</b>	0	0	0
<b>II Завтрак</b>	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>
		<b>100</b>	0	0	0
<b>Обед</b>	СУП ПШЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	<b>2,55</b>	<b>4,5</b>	<b>5,25</b>
	БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	60	<b>8,52</b>	<b>6,84</b>	<b>7,8</b>
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	<b>8,03</b>	<b>0,55</b>	<b>15,73</b>
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	30	<b>0,51</b>	<b>0,06</b>	<b>2,4</b>
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	<b>0,54</b>	<b>0</b>	<b>26,1</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	<b>1,98</b>	<b>0,33</b>	<b>12,3</b>
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	<b>2,43</b>	<b>0,3</b>	<b>14,64</b>
		<b>590</b>	0	0	0
<b>Полдник</b>	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	<b>18</b>	<b>4,5</b>	<b>104,4</b>
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	6,15	3,653	17,55
		<b>200</b>	0	0	0
<b>Ужин</b>	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ В СОУСЕ № 355	110	6,14	22,125	7,095
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64

	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
		310	0	0	0
<b>Итого за 8 день:</b>	<b>белки-42,86 жиры-47,15 угл</b>	<b>1570</b>	<b>66,95</b>	<b>53,13</b>	<b>286,59</b>

1-Зг. Весна-лето 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	выход	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 9</b>					
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	6,808	8,532	1,33
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	БАТОН	30	1,6	0,58	10,4
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	10	2,43	0,3	14,64
		305	0	0	0
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	0,3	0	14,5
		100	0	0	0
Обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	5,96	8,367	10,5
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ ПТИЦЫ	125	4,31	4,967	9,08
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	1,98	0,33	12,3
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,43	0,3	14,64
		515	0	0	0
полдник	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10	2,84	3,79	2,11
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	2,64	0,66	15,09
		240	0	0	0
Ужин	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,38	7,917	2,08
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	0	0	15,66
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		350	0	0	0
<b>Итого за 9 день:</b>	<b>белки-42,63 жиры-47,1 углеводы-203,06 к/кал.- 1400,82</b>	<b>1510</b>	<b>37,938</b>	<b>36,363</b>	<b>178,81</b>

1-Зг. Весна-лето 2025г. 124,30 р.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (Г)		
			Б	Ж	У
<b>День 10</b>					
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,82	9,55	3,04
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
		350	0	0	0
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,4	0,4	9,8
		100	0	0	0
Обед	ЩИ ПО УРАЛЬСКИ	150	6,27	14,425	14,608
	ОЛАДЬИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ	60	8,64	12,06	6,12
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	100	2,75	4,62	16,17
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,54	0	26,1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	1,98	0,33	13,35

	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,43	0,3	14,64
		530	0	0	0
Полдник	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ПОВИДЛОМ	40	0,32	0,32	27,9
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	0	0	15,66
		220	0	0	0
Ужин	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,12	4,64	0,28
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	90	1,7	3,6	9,8
	БАТОН	20	1,6	0,58	10,4
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,06	0,02	9,99
		330	0	0	0
<b>Итого за 10 день:</b>	<b>белки-42,52 жиры-47,93 угле</b>	<b>1530</b>	<b>37,29</b>	<b>51,45</b>	<b>198,25</b>

Меню разработано на основании Сборника рецептур 2011г. блюд и кулинарных изделий в дошкольных организациях редактор Могильный М.П.

<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>			
<b>белки-42,3 жиры-47,8 углеводы-203,4 к/кал-1400,52</b>			
<b>ЗНАЧЕНИЕ ПО НОРМАМ СанПина 2.3/2.4.3590-20</b>			
<b>белки-42 жиры-47 углеводы-203 к/кал.-1400</b>			

# МЕНЮ

щающих Муниципальное  
амышин / зима-осень

124,30р.

Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
107,5	0,03	№206
40	2,46	№392
49,2	0	сб.2011
38	0	сб.2011
0	0	
55,6	0,34	№376
0	0	
170,5	0,36	№85
134,5	7,34	№302
48	0,5	ГТК-2024
100,08	0,34	№376
61,8	0	сб.2011
72,6	0	сб.2011
0	0	
133,1	1,27	№168
40	0,03	№395
72,6	0,01	сб.2011
0	0	
40	2,46	№392
63,48	0	№213
49,2	0	сб.2011
0	0	
1276,16	15,14	

энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
171	0,7	№168
40	0,03	№392
49,2	0	сб.2011
0	0	

<b>100,08</b>	0,34	№376
0	0	
<b>127,5</b>	5,34	№86
<b>115</b>	0,5	№308
<b>116,6</b>	0,2	№321
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011
<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>96</b>	1	№400
<b>150,5</b>		№466
0	0	
<b>121,08</b>	0,24	№253
<b>80</b>		№45
<b>40</b>	0,03	№392
<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>1514,04</b>	<b>8,72</b>	

<b>Энерг. к/кал.</b>	<b>Витамин С</b>	<b>№ рецептур</b>
<b>166,5</b>	0,5	№93
<b>40</b>	0,03	№392
<b>256,86</b>	0,13	№3
0	0	
<b>42</b>	2	№399
0	0	
<b>99</b>	5,94	№81
<b>142,35</b>	0,56	ТТК-96
<b>23,7</b>	0,34	№36
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011г.
<b>72,6</b>	0	сб.2011г.
0	0	
<b>40</b>	0,03	№392
<b>36,75</b>	14	№54
<b>49,2</b>		сб.2011г.
0	0	
<b>170</b>	0,05	№447

<b>64</b>		сб.2011г.
<b>62,46</b>		1 №591/96
0	0	
<b>1427,30</b>	<b>24,92</b>	

<b>Знерг. к/кал.</b>	<b>Витамин С</b>	<b>№ рецептур</b>
<b>179,04</b>	0,7	№168
<b>40</b>	0,03	№392
<b>66,1</b>	0	сб.2011г
<b>49,2</b>	0	сб.2011г
0	0	
<b>42</b>	1	№399
0	0	
<b>160,9</b>	4,18	№57
<b>196,3</b>	11	№304
<b>3,3</b>		сб.2011г
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011г
<b>72,6</b>	0	сб.2011г
0	0	
<b>40</b>	0,03	№392
<b>117,5</b>	0,2	№454
0	0	
<b>112,9</b>	0,25	№265
<b>26,4</b>	<b>0</b>	№20
<b>40</b>	0,03	№392
<b>72,6</b>	0	сб.2011г
0	0	
<b>1380,72</b>	<b>17,76</b>	

<b>Знерг. к/кал.</b>	<b>Витамин С</b>	<b>№ рецептур</b>
138,5	1,3	№94
<b>40</b>	0,03	№392
<b>49,2</b>	0	сб.2011

		сб.2011
0	0	
<b>42</b>	1	№399
0	0	
130,36	14,3	№82
120,3	5,97	№276
		сб.2011
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011
<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>40</b>	0,03	№392
255,2	0,13	№45
<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
145,6	0,12	№236
<b>62,46</b>	1	№591/96
0	0	
<b>1330,70</b>	<b>24,22</b>	

Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
145,9	0,03	ТТК-16г
<b>62,46</b>	1	№591/96
<b>49,2</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>100,08</b>	0,34	№376
0	0	
143,4	5,94	№67
120,3	5,97	№287
67,6	15,446	№314
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011
<b>72,6</b>	<b>0</b>	сб.2011
0	0	

133,21	0,77	№237
<b>433,5</b>	0,03	№397
0	0	
140	0,58	№344
<b>40</b>	0,03	№392
<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>1742,73</b>	<b>30,48</b>	

Знерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
119,5	0,7	№168
<b>433,5</b>	0,03	№394
<b>49,2</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>55,6</b>	0,34	№376
0	0	
110,6	8,4	№80
84,8	0	№305
34,47	0,02	№355
65,003	0	№317
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011
<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>40</b>	0,03	№392
<b>124</b>		№460
0	0	
136,33	0,29	№261
62	0,1	№313
<b>40</b>	0,03	№392
<b>72,6</b>	0,01	сб.2011
0	0	
<b>1662,08</b>	<b>10,29</b>	

Знерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур

<b>146,4</b>	1,02	№94
<b>40</b>	0,03	№392
<b>49,2</b>	0	сб.2011
<b>35,5</b>		сб.2011
0	0	
<b>42</b>	1	№399
0	0	
<b>71,4</b>	7,6	№80
<b>127,8</b>	0,5	№282
<b>139,6</b>	15,446	№317
<b>13,2</b>		сб.2011
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011
<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>40</b>	0,03	№395
147,7	0,02	№458
0	0	
108,395	0,5	№133-2011
72,6	0	сб.2011
<b>40</b>	0,03	№392
0	0	
<b>1308,28</b>	<b>26,52</b>	

<b>Энерг. к/кал.</b>	<b>Витамин С</b>	<b>№ рецептур</b>
133,08	0	№215
<b>40</b>	0,03	№392
<b>49,2</b>	0	
72,6	0	сб.2011г
0	0	0
<b>55,6</b>	0,34	№376
0	0	
157,34	5,94	№76
145,81	3,87	№336
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011г





## МЕНЮ

Муниципальное бюджетное  
еого 2025г./124,30руб./

124,30р.

Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
107,5	0,03	№206
40	2,46	№392
49,2	0	сб.2011
38	0	сб.2011
0	0	
55,6	0,34	№376
0	0	
170,5	0,36	№85
134,5	7,34	№302
48	0,5	ГТК-2024
100,08	0,34	№376
61,8	0	сб.2011
72,6	0	сб.2011
0	0	
133,1	1,27	№168
40	0,03	№395
72,6	0,01	сб.2011
0	0	
40	2,46	№392
63,48	0	№213
49,2	0	сб.2011
0	0	
1276,16	15,14	

энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
171	0,7	№168
40	0,03	№392
49,2	0	сб.2011
0	0	
100,08	0,34	№376
0	0	
127,5	5,34	№86

<b>115</b>	0,5	№308
<b>116,6</b>	0,2	№321
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011
<b>72,6</b>	0	сб.2011
<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>96</b>	1	№400
<b>150,5</b>		№466
<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>121,08</b>	0,24	№253
<b>80</b>		№168
<b>40</b>	0,03	№392
<b>72,6</b>	0	сб.2011
<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>1514,04</b>	<b>8,72</b>	

<b>Знерг. к/кал.</b>	<b>Витамин С</b>	<b>№ рецептур</b>
<b>166,5</b>	0,5	№93
<b>40</b>	0,03	№392
<b>256,86</b>	0,13	№3
<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>42</b>	2	№399
<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>99</b>	5,94	№81
<b>142,35</b>	0,56	ТТК-96
<b>23,7</b>	0,34	сб.2011г.
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011г.
<b>72,6</b>	0	сб.2011г.
<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>40</b>	0,03	№392
<b>36,75</b>	14	№54
<b>49,2</b>		сб.2011г.
<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>170</b>	0,05	№447
<b>64</b>		сб.2011г.
<b>62,46</b>	1	№591/96
<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>1427,30</b>	<b>24,92</b>	

<b>Знерг. к/кал.</b>	<b>Витамин С</b>	<b>№ рецептур</b>
--------------------------	----------------------	-----------------------

<b>179,04</b>	0,7	№168
<b>40</b>	0,03	№392
<b>66,1</b>	0	сб.2011г
<b>49,2</b>	0	сб.2011г
0	0	
<b>42</b>	1	№399
0	0	
<b>160,9</b>	4,18	№57
<b>196,3</b>	11	№304
<b>3,3</b>		сб.2011г
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011г
<b>72,6</b>	0	сб.2011г
0	0	
<b>40</b>	0,03	№392
<b>117,5</b>	0,2	№454
0	0	
<b>112,9</b>	0,25	№265
<b>26,4</b>	<b>0</b>	№317,204
<b>40</b>	0,03	№392
<b>72,6</b>	0	сб.2011г
0	0	
<b>1380,72</b>	<b>17,76</b>	

<b>Энерг. к/кал.</b>	<b>Витамин С</b>	<b>№ рецептур</b>
138,5	1,3	№94
<b>40</b>	0,03	№392
<b>49,2</b>	0	сб.2011
		сб.2011
0	0	
<b>42</b>	1	№399
0	0	
130,36	14,3	№82
120,3	5,97	№276
		сб.2011
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011
<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>40</b>	0,03	№392
255,2	0,13	№45

<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
145,6	0,12	№236
<b>62,46</b>	1	№591/96
0	0	
<b>1330,70</b>	<b>24,22</b>	

Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
145,9	0,03	ТТК-16г
<b>62,46</b>	1	№591/96
<b>49,2</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>100,08</b>	0,34	№376
0	0	
143,4	5,94	№67
120,3	5,97	№287
67,6	15,446	№314
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011
<b>72,6</b>	<b>0</b>	сб.2011
0	0	0
133,21	0,77	№237
<b>433,5</b>	0,03	№397
0	0	
140	0,58	№344
<b>40</b>	0,03	№392
<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>1742,73</b>	<b>30,48</b>	

Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
119,5	0,7	№168
<b>433,5</b>	0,03	№394
<b>49,2</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>55,6</b>	0,34	№376

0	0	
110,6	8,4	№80
84,8	0	№305
34,47	0,02	№355
65,003	0	№317
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011
<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>40</b>	0,03	№392
77,1	0	№460
0	0	
136,33	0,29	№261
62	0,1	№313
<b>40</b>	0,03	№392
<b>72,6</b>	0,01	сб.2011
0	0	
<b>1615,18</b>	<b>10,29</b>	

Энерг. к/кал.	Витамин С	№ рецептур
<b>146,4</b>	1,02	№94
<b>40</b>	0,03	№392
<b>49,2</b>	0	сб.2011
<b>35,5</b>		сб.2011
0	0	
<b>42</b>	1	№399
0	0	
<b>71,4</b>	7,6	№80
<b>127,8</b>	0,5	№282
<b>139,6</b>	15,446	№317
<b>13,2</b>		сб.2011
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011
<b>72,6</b>	0	сб.2011
0	0	
<b>40</b>	0,03	№395
147,7	0,02	№458
0	0	
108,395	0,5	№133-2011
72,6	0	сб.2011

<b>40</b>	0,03	№392
0	0	
<b>1308,28</b>	<b>26,52</b>	

<b>Энерг. к/кал.</b>	<b>Витамин С</b>	<b>№ рецептур</b>
133,08	0	№215
<b>40</b>	0,03	№392
<b>49,2</b>	0	
72,6	0	сб.2011г
0	0	0
<b>55,6</b>	0,34	№376
0	0	
157,34	5,94	№76
145,81	3,87	№336
<b>100,08</b>	0,34	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011г
<b>72,6</b>	0	сб.2011г
0	0	
<b>40</b>	0,03	№392
79	0,13	сб.2011г
77,1	0	№466
0	0	
119,5	0,7	№185
<b>62,46</b>	1	№591/96
<b>49,2</b>	0	сб.2011г
0	0	
<b>1315,37</b>	<b>12,38</b>	

<b>Энерг. к/кал.</b>	<b>Витамин С</b>	<b>№ рецептур ы</b>
139,4	0,9	№168
<b>40</b>	0,03	№392
<b>49,2</b>	0	сб.2011г
0	0	
<b>42</b>	1	№399
0	0	
141,25	13,3	№72
87,36	0	425-96г
<b>116,6</b>	0,2	№321
<b>100,08</b>	0,3	№376
<b>61,8</b>	0	сб.2011г

