

Меню с 06.05.2024 по 17.05.2024

ПОНЕДЕЛЬНИК

06.05.2024

САД			ЯСЛИ		
ЗАВТРАК		примерный выход	ЗАВТРАК		примерный выход
Каша рисовая с мол.	ккал211,69,ж9,у24	180/5	Каша рисовая с мол.	ккал20468ж9у22	150/3
Кофейный напиток	ккал126,64,ж5,у17	180	Кофейный напиток	ккал12264ж5у16	150
Булка с маслом	ккал116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом	ккал103,62,ж5,у13	25/5
Замена завтрак			Замена завтрак		
Каша рисовая на воде	кк12764ж4у17	180	Каша рисовая на воде	кк12064ж4у16	150.
Чай сладкий	ккал37,у9	180	Чай сладкий	ккал33у8	150
яйцо	ккал1,60,11,ж0,09,	1шт	яйцо	кк1	1шт
Булка с маслом	ккал116,62,ж5у15	30/5	Булка с маслом	ккал103,62,ж5,у13	25/5
Второй завтрак			Второй завтрак		
Компот из яблок	ккал31,у8	100	Компот из яблок	ккал23у5	100
Обед			Обед		
Щи на м\к б.со смет.	ккал12965,ж8,у9	200/8	Щи на м\к б.со смет.	ккал11264ж6у9	180/7
Гуляш из оварного мяса	ккал171,69ж12,у6	70	Гуляш из оварного мяса	ккал14669ж10у6	50
Греча рассыпчатая	ккал176,66ж6,у26	130	Греча рассыпчатая	ккал15365ж5у23	110
Компот из изюма	ккал57,у14	200	Компот из изюма	ккал50у12	150
Хлеб	ккал94,63,у20	40	Хлеб	ккал7162у15	30
Замена обед			Замена обед		
Суп картоф. на м\к.бул.	ккал137,65,ж6,у15	200	Суп картоф. на м\к.бул.	ккал12965ж6у13	180
мясо отварное	кк131610ж10у1	70	мясо отварное	кк9868ж7у1	50
рис отварной	ккал84,61,ж4,у10	130	рис отварной	кк6461ж3у9	110
Компот из изюма	ккал57,у14	200	Компот из изюма	ккал50у12	150
Хлеб	ккал94,63,у20	40	Хлеб	ккал7162у15	30
Полдник усиленный			Полдник усиленный		
Салат из оварной свеклы	ккал30,61,ж1,у4	65	Салат из оварной свеклы	ккал2661ж1у4	40
Омлет,	ккал80,62,ж7,у3	95	Омлет,	ккал11867ж9у3	80
чай сладкий	ккал37,у9	200	чай сладкий	ккал33у8	150
Булка	ккал79,62,ж1,у15	30	Булка	ккал6662ж1у13	25
Замена полдника усиленного			Замена полдника усиленного		
Жаркое по домашнему	ккал282612ж13у28	180	Жаркое по домашнему	ккал 230611ж11у23	150
Чай сладкий	ккал37,у9	200	Чай сладкий	ккал33у8	150
Булка	ккал79,62,ж1,у15	30	Булка	ккал6662ж1у13	25
Итого за день	КК2519Б85Ж97У323		Итого за день	КК2225Б79Ж88У280	
ЦЕНА		112	ЦЕНА		109

ВТОРНИК
07.05.2024

САД			ЯСЛИ		
ЗАВТРАК		примерны й выход	ЗАВТРАК		пример ный выход
Каша пшеничная с молоком	ккал209,67,ж9,у26	180/5	Каша пшеничная с молоком	ккал20366ж9у24	150/5
Какао с молоком	ккал126,65,ж5,у16	180	Какао с молоком	ккал12265ж5у15	150
Булка с маслом	ккал116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом	ккал10362ж5у13	25/5
Яйцо 1/2	ккал1,60,11,ж0,09,	1/2	Яйцо 1/2	ккал1	
<u>Замена завтрак</u>			<u>Замена завтрак</u>		
Каша ячневая на воде,	ккал126,62,ж4,у19	180	Каша ячневая на воде,	ккал11962ж4у18	150.
Чай сладкий	ккал37,у9	180	Чай сладкий	ккал33у8	150
Яйцо	ккал1,60,11,ж0,09,	1шт	Яйцо	ккал1	1шт
булка	ккал116,62,ж5,у15	30/5	булка	ккал10362ж5у13	25/5
<u>Второй завтрак</u>			<u>Второй завтрак</u>		
фрукт	ккал47,у10	100	фрукт	ккал47,у10	100
<u>Обед</u>			<u>Обед</u>		
суп рыбный.со смет.	ккал176,612,ж8,у14	200/8	суп рыбный.со смет.	ккал137611ж5у11	180/7
рагу из овощей с отварным	ккал16264ж6,у22	180	рагу из овощей с отварным	ккал12864ж4у19	110
мясом	ккал131,610,ж10,у1		мясом	ккал9868ж7у1	50
Компот из сухофруктов	ккал63,у16	200	Компот из сухофруктов	ккал59у15	150
Хлеб	ккал94,63,у20	40	Хлеб	ккал7162у15	30
<u>Замена обед</u>			<u>Замена обед</u>		
суп картофельный с крупой.	ккал14465,ж6,у16	200	суп картофельный с крупой.	ккал12965ж6у13	180
Картофель отварной	ккал138,63,ж5,у21	130	Картофель отварной	ккал12262ж5у18	110
Мясо отварное	ккал131,610,ж10,у1	70	Мясо отварное	ккал9868ж7у1	50
Компот из сухофруктов	ккал55,у13	200	Компот из сухофруктов	ккал59у15	150
Хлеб	ккал94,63,у20	40	Хлеб	ккал7162у15	30
<u>Полдник усиленный</u>			<u>Полдник усиленный</u>		
Творожная запеканка	ккал223,623,ж9,у12	140	Творожная запеканка	ккал201621ж9у10	130
соус молочный	ккал62,61,ж2,у10	30	соус молочный	ккал5561ж2у8	30
Кисель	ккал111,у48	200	Кисель	ккал90у35	150
Булка	ккал79,62,ж12,у15	15	Булка	ккал6662ж1у13	15
<u>Замена полдника усиленного</u>			<u>Замена полдника усиленного</u>		
Кулеш(рис) с мясом	ккал239,614,ж10,у25	180	Кулеш(рис) с мясом	ккал171610ж7у18	160
Чай сладкий	ккал37,у9	180	Чай сладкий	ккал33у8	150
Булка	ккал79,62,ж12,у15	30	Булка	ккал6662ж1у13	25
Итого за день	КК2797Б110Ж118У372		Итого за день	КК2386Б95Ж82У329	
<u>ЦЕНА</u>			<u>ЦЕНА</u>		109

СРЕДА
08.05.2024

САД			ЯСЛИ		
ЗАВТРАК		примерн ый выход	ЗАВТРАК		примерн ый выход
Каша греча+геркулес с мол.	ккал215,67,ж10,у24	180/5	Каша греча+геркулес с мол.	ккал20266ж9у22	150/5
Чай с молоком	ккал124,64,ж6,у16	180	Чай с молоком	ккал11764ж5у15	150
Булка с маслом	ккал116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом	ккал10362ж5у13	25/5
Замена завтрак			Замена завтрак		
Каша геркул. на воде.	ккал118,62,ж5,у14	180	Каша геркул. на воде.	ккал11362ж5у14	150.
Чай сладкий	кК37.У9.	180	Чай сладкий	ккал33у8	150
Булка с маслом	ккал116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом	ккал10362ж5у13	25/5
Яйцо	ккал1,60,11,ж0,09	1шт	Яйцо	кК1	1шт
Второй завтрак			Второй завтрак		
ацидобифилин	ккал45,64,ж2у5	100	ацидобифилин	ккал4564ж2у5	100
Замена второй завтрак			Замена второй завтрак		
Компот	ккал31,у8	100	Компот	ккал23у5	100
Обед			Обед		
Борщ на м/к б.со сметано	ккал132,65,ж7,у13	200/8	Борщ на м/к б.со сметано	16869ж10у11	180
Макароны отварные	ккал179,65,ж4,у34	130	Макароны отварные	ккал15564ж3у30	110
котлета мясная	ккал186,612,ж13,у6	70	котлета мясная	ккал13369ж8у6	50
Соус белый	ккал41,61,ж2,у5	30	Соус белый	ккал4361ж2у6	30
Компот из яблок	ккал43,у10	200	Компот из яблок	ккал39у9	150
Хлеб	ккал94,63,у20	40	Хлеб	ккал7162у15	30
Замена обед			Замена обед		
Борщ на м/к.бул.без смет,	ккал13265ж7у12	200	Борщ на м/к.бул.без смет,	ккал11665ж6у11	180
котлета мясная	ккал186,612,ж13,у6	70	котлета мясная	ккал13369ж8у6	110
Рис оварной	ккал84,61,ж4,у10	130	Рис оварной	ккал6461ж3у9	30
Соус белый	ккал41,61,ж2,у5	30	Соус белый	ккал4361ж2у6	30
Хлеб	ккал94,63,у20	40	Хлеб	ккал39у9	30
Компот из яблок	ккал43,у10	200	Компот из яблок	ккал7162у15	150
Полдник усиленный			Полдник усиленный		
Пюре розовое.	Ккал127.64.ж4.у20.	130	Пюре розовое.	Кк11563ж4у17	110
Огурец	ккал5,у1	35	Огурец	ккал4у1	30
Чай сладкий	кК37.У9.	180	Чай сладкий	ккал33у8	150
Булка	ккал79,62,ж1,у15	30	Булка	ккал6662ж1у13	25
Замена полдника усиленного			Замена полдника усиленного		
Пюре на воде	Кк134.63.ж5.у20.	130	Пюре на воде	Кк11262ж4у17	110
Огурец	ккал5,у1	35	Огурец	ккал4у1	30
Чай сладкий	кК37.У9.	180	Чай сладкий	ккал33у8	150
Булка	ккал79,62,ж1,у15	30	Булка	ккал6662ж1у13	25
Итого за день	КК2106Б80Ж96У347		Итого за день	КК2248Б74Ж83У306	
ЦЕНА		112	ЦЕНА		109

ПОНЕДЕЛЬНИК

13.05.2024

САД		
ЗАВТРАК		примерны й выход
Каша геркулес с молоком	ккал203,66,ж10,у21	185
чай с молоком	ккал121,64,ж5,у16	180
Булка с маслом.Яйцо	ккал160,65,ж9у15	30/5 12
Замена завтрак		
Каша геркулес.на воде сыр	ккал162,6,5,ж9,у14	180/12
Булка с маслом	ккал116,62,ж5,у15	30/5
Чай сладкий	ккал37,у9	180
Второй завтрак		
Компот	ккал31,у8	100
Обед		
Суп картоф. с мяс. фрик .	ккал175,68,ж10,у13	170/30
Ленивые голубцы с мясом	ккал190,69,ж10,у16	150
Компот из сухофруктов	ккал63,у16	200
Хлеб	ккал94,63,у20	40
Полдник усиленный		
Салат из зел.горошка	ккал25,61,ж1,у3	40
Омлет,	ккал80,62,ж7,у3	95
Чай сладкий	ккал37,у9	200
Булка	ккал79,62,ж1,у15	30
Замена полдника усиленного		
Капуста туш. С мясом	ккал194,610,ж11,у12	160
Чай сладкий	ккал37,у9	200
Булка	ккал79,62,ж1,у15	30
Итого за день	кк1883.659.ж79.у229	
ЦЕНА		112

ЯСЛИ		
ЗАВТРАК		примерн ый выход
Кашагеркулесовая с молоком	ккал197.66.ж10.у20	155
чай с молоком	ккал117.64.ж5.у15	150
Булка с маслом.сыр	ккал147.65.ж9.у13	25/5/10
Замена завтрак		
Каша геркулес. на воде,сыр	ккал113.62.ж5.у14	150/12.
Булка с маслом	ккал103.62,ж5,у13	25/5
Чай сладкий	ккал33,у8	150
Второй завтрак		
Компот	ккал31,у8	100
Обед		
Суп картоф. с мяс. фрик .	ккал212,613,ж13,у11	150/30
Ленивые голубцы с мясом	ккал155,68,ж8,у12	130
Компот из сухофруктов	ккал59,у15	150
Хлеб	ккал71,62,у15	30
Полдник усиленный		
Салат из отв.моркови	ккал30.61.ж1.у4	50
Омлет,	ккал118,67,ж9,у3	80
Чай сладкий	ккал33,у8	150
Булка	ккал66,62,ж1,у13	15
Замена полдника усиленного		
Капуста туш. С мясом	ккал226,610,ж10,у22	140
Чай сладкий	ккал33,у8	150
Булка	ккал66,62,ж1,у13	15
Итого за день	Кк1810.664.ж77.у215	
ЦЕНА		109

ВТОРНИК

14.05.2024

САД			ЯСЛИ		
ЗАВТРАК		приме рный выход	ЗАВТРАК		приме рный выход
Каша рис-пшено с молоком	ккал21168ж9у24	180/5	Каша рис-пшено с молоком	ккал21168ж9у24	150/5
Кофейный напиток с мол.	ккал126,64,ж5,у17	180	Кофейный напиток с мол.	ккал122,64,ж5,у16	150
Булка с маслом.	ккал117,62,ж5,у15	30/5.	Булка с маслом.	ккал117,62,ж5,у15	30/5.
Замена завтрак			Замена завтрак		
Каша рисовая на воде, яйцо	ккал128,64,ж4,у14	180/1шт.	Каша рисовая на воде, яйцо	ккал12164ж4у16	150/1шт.
Чай сладкий	ккал37,у9	180	Чай сладкий	ккал33,у8	150
Булка с маслом	ккал116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом	ккал103,62,ж5,у13	25/5
Второй завтрак			Второй завтрак		
Компот из изюма	ккал25,у6	100	Компот из изюма	ккал25,у6	100
Обед			Обед		
Суп картоф.с вермиш. на м\к б	ккал145.66.ж6.у16	200	Суп картоф.с вермиш. на м\к б	ккал13566ж6у14	180
Капуста тушеная	ккал67,63,ж2,у9	130	Капуста тушеная	ккал6662ж3у7	110
котлета мясная	ккал186.612.ж13.у6	70	котлета мясная	ккал13369ж8у6	50
Компот из яблок	ккал43,у10	200	Компот из яблок	ккал39у9	150
Хлеб	ккал94,63,у20	40	Хлеб	ккал71,62,у15	30
Замена обед			Замена обед		
Суп картолф. на м\к бул	ккал137.65.ж6.у15	200	Суп картолф. на м\к бул	ккал10664ж5у12	180
Капуста тушеная	ккал67.63.ж2.у9	130	капуста тушеная	ккал6662ж3у7	110
котлета мясная	ккал186.612.ж13.у6	70	котлета мясная	ккал13369ж8у6	50
Компот из яблок	ккал43,у10	200	Компот из яблок	ккал39у9	150
Хлеб	ккал94,63,у20	40	Хлеб	ккал71,62,у15	30
Полдник уплотненный			Полдник уплотненный		
Творожно-рисовый пудинг	ккал237,620,ж11,у14	130	Творожно-рисовый пудинг	ккал275621ж9у27	110/24
со сгущённым молоком		25	со сгущённым молоком		
Кисель	ккал111,у48	200	Кисель	ккал90у35	150
Булка	ккал79,62,ж12,у15	15	Булка	ккал66,62,ж1,у13	15
Замена полдника уплотненного			Замена полдника уплотненного		
Кулеш с мясом	ккал239614ж10у25	180	Кулеш с мясом	ккал171610ж7у18	160
Чай сладкий	ккал37,у9	200	Чай сладкий	ккал33,у8	150
Булка	ккал79,62,ж1,у15	15	Булка	ккал79,62,ж1,у15	15
Итого за день	кк26046105ж104у361		Итого за день	кк2239Б91ж76у312	
ЦЕНА		112	ЦЕНА		109

СРЕДА
15.05.2024

САД			ЯСЛИ		
ЗАВТРАК		примерный выход	ЗАВТРАК		примерный выход
Каша вязкая пшеничная с молоком	ккал209,67,ж9,у25	180/5	Каша вязкая пшеничная с молоком	ккал20366ж9у24	150/5
Чай с молоком	ккал121,64,ж5,у16	180	Чай с молоком	ккал11764ж5у15	150
Булка с маслом,	ккал116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом,	ккал10362ж5у13	25/5
всего за завтрак	ккал476,615,ж23,у54		всего за завтрак	ккал447,614,ж22,у50	
Замена завтрак			Замена завтрак		
Каша ячневая на воде,	кК 125,62,ж4,у19	180	Каша ячневая на воде,	кК11962ж4у18	150
чай	ккал37, у9	180	чай	ккал33у8	150
булка	ккал116,62,ж5,у15	30/5	булка	ккал10362ж5у13	25/2
яйцо	ккал1,60,11,ж0,09,	1шт	яйцо	ккал1	1шт
сыр	ккал44,63,ж4		сыр	ккал36,62,ж3	
Второй завтрак			Второй завтрак		
Фрукт	ккал47, у10	100	Фрукт	ккал47у10	100
всего за завтрак 2	ккал47,у10		всего за завтрак 2	ккал47,у10	
Обед			Обед		
Салат из св.овощей с раст.м.		30	Салат из св.овощей с раст.м.		30
Свекольник к/б. со смет.	ккал173,610,ж10,у10	200/9	Свекольник к/б. со смет.	ккал16069ж8у12	180/8
котлета куриная	ккал146,616,ж6,у6	70	котлета куриная	ккал107612ж4у6	50
макаронь отварные	ккал179,65,ж4,у34	130	макаронь отварные	ккал15564ж3у30	110
соус белый	ккал41,61,ж2,у5	30	соус белый	ккал4361ж2у6	30
Компот из изюма	ккал57, у14	200	Компот из изюма	ккал50у12	150
Хлеб	ккал94,63,у20	40	Хлеб	ккал7162у15	30
итого за обед	ккал584,627,ж25,у64		итого за обед	ккал492,623,ж21,у51	
Замена обед			Замена обед		
Салат из св.овощей с раст.м.			Салат из св.овощей с раст.м.		
Свекольник на к/б. без смет.	ккал14465ж8у13	200/8	Свекольник на к/б. без смет.	ккал12965ж7у12	180/7
картофель отварной	ккал138,63,ж5,у21	130	картофель отварной	ккал12262ж5у18	110
котлета куриная	ккал146,616,ж6,у6	70	котлета куриная	ккал107612ж4у6	50
соус	ккал41,61,ж2,у5	30	соус	ккал4361ж2у6	30
Компот	ккал57, у14	200	Компот	ккал50у12	150
хлеб	ккал94,63,у20	40	хлеб	ккал7162у15	30
Полдник усиленный			Полдник усиленный		
суфле рыбное	ккал154,613,ж8,у8	85	суфле рыбное	ккал11769ж6у8	70
салат из моркови	ккал30,61,ж1,у14	60	салат из моркови	ккал3061ж1у4	50
чай	ккал37,у9	180	чай	ккал33у8	150
булка	ккал79,62,ж12,у15	30	булка	ккал66,62,ж1,у13	25
Замена полдник.			Замена полдник.		
жаркое по-домашнему с мясом	ккал282,612,ж13,у28	180	жаркое по-домашнему с мясом	ккал230610ж11у23	150
чай	ккал37,у9	180	чай	ккал33у8	150
Булка	ккал79,62,ж1,у15		Булка	ккал66,62,ж1,у13	
Чай с сахаром	ккал37,у9		Чай с сахаром	ккал33,у8	
итого за полдник усиленный	ккал367,616,ж6,у61		итого за полдник усиленный	ккал323,616,ж11,у40	
Замена полдника усиленного			Замена полдника усиленного		
Жаркое по домашнему	ккал248,611,ж12,у23		Жаркое по домашнему	ккал226,610,ж11,у22	
Чай сладкий	ккал37,у9		Чай сладкий	ккал33,у8	
Булка	ккал79,62,ж1,у15		Булка	ккал66,62,ж1,у13	
Итого за день	ккал1523,660,ж55,у200		Итого за день	ккал1358,655,ж55,у162	
Булка	ккал79,62,ж12,у15	30	Итого за день	ккал1920675ж63у264	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	ккал249786110ж99у321		ИТОГО ЗА ДЕНЬ		
ЦЕНА		112	ЦЕНА		109

ЧЕТВЕРГ

16.05.2024

САД			ЯСЛИ		
ЗАВТРАК		примерный выход	ЗАВТРАК		примерный выход
Каша пшённая с молоком	ккал210,66,ж9,у25	180/5	Каша пшённая с молоком	ккал12662ж5у18	150/5
Кофейный напиток с молоком	ккал126,64,ж5,у17	180	Кофейный напиток с молоком	ккал12264ж5у16	150
Булка с маслом	ккал116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом	ккал10362ж5у13	
яйцо 1/2	ккал1,60,11,ж0,09,	1/2	яйцо 1/2	ккал1	1/2
Замена завтрак			Замена завтрак		
Каша пшённая на воде	ккал129,62,ж5,у19	180	Каша пшённая на воде	ккал12662ж5у18	150/5
Чай сладкий	ккал37,у9	180	Чай сладкий	ккал33у8	150
яйцо	ккал1,60,11,ж0,09,	1шт	яйцо	ккал1	1шт
Булка с маслом	ккал116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом	ккал10361ж5у13	25/5
Второй завтрак			Второй завтрак		
молоко.		100	молоко.	ккал11064ж4у14	
кондит.изделие	ккал11064ж4,у14	12	кондит.изделие		100/10
Замена			Замена		
компот	ккал26, у6	100	компот	ккал39у10	100
Обед			Обед		
Суп рыбный со сметаной	ккал176,612,ж6,у14	200/5	Суп рыбный со сметаной	ккал137611ж5у11	180/7
Рис отварной	ккал 8461,ж4,у10	130	Рис отварной	ккал6461ж3у9	110
соус из печени	ккал118,610,ж5,у10	70	соус из печени	ккал10268ж4у8	50
Компот из сухофруктов	ккал55,у13	200	Компот из сухофруктов	ккал59у15	180
Хлеб	ккал94,63,у10	40	Хлеб	ккал7162у15	30
Замена обед			Замена обед		
Суп картоф. с крупой на м/к бул.	ккал144,65,ж6,у16	200	Суп картоф. с крупой на м/к бул.	ккал10664ж5у12	180
Рис	ккал84,61,ж4,у10	130	Рис	ккал6461ж3у9	110
соус	ккал118,610,ж5,у10	70	соус	ккал10268ж4у8	50
компот	ккал55,,у13	200	компот	ккал59у15	180
хлеб	ккал94,63,у10	40	хлеб	ккал7162у15	30
Полдник усиленный			Полдник усиленный		
Салат из отв. свеклы	кк 30.61.ж1.у4.	65	Салат из отв. свеклы	кк 3061ж1у4	50
Картоф. пюре с мол.	кк167.64.ж7.у22.	130	Картоф. пюре с мол.	кк14264ж5у20	110
Чай	ккал37,у9	180	Чай	ккал33у8	150
Булка	ккал79,62,ж12,15	30	Булка	ккал6662ж1у13	25
Замена полдника усиленного			Замена полдника усиленного		
Картоф. пюре на воде	кк134.63.ж5.у20.	130	Картоф. пюре на воде	кк.11262ж4у17	110
Чай	ккал37,у9	180	Чай	ккал33у8	150
Булка	ккал79,62,ж12,у15	30	Булка	ккал6662ж1у13	25
Салат	ккал30,61,ж1,у4	65	Салат	кк 3061ж1у4	50
Итого за день	КК2487Б77Ж101У334		Итого за день	КК2111Б62Ж66У134	
ЦЕНА		112	ЦЕНА		109

ПЯТНИЦА

17.05.2024

САД			ЯСЛИ		
ЗАВТРАК		примерный выход	ЗАВТРАК		примерный выход
Каша кукурузная с молоком	ккал206,66,ж9,у26	185	Каша кукурузная с молоком	ккал20066ж9у24	150/5
Какао с молоком	ккал126,65,ж5,у16	180	Какао с молоком	ккал12265ж5у15	150
Булка с маслом.яйцо	ккал116,62,ж5,у15	30/5 1/2	Булка с маслом.яйцо	ккал10462ж5у13	25/5 1/2
Замена завтрак			Замена завтрак		
Каша кукурузная на воде	ккал123,62,ж4,у19	180	Каша кукурузная на воде	ккал11962ж4у18	150
чай	ккал37,у9	180	чай	ккал10462ж5у13	150
Булка с маслом.	ккал116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом.	ккал1	25/5
яйцо	ккал1,60,11,ж0,09,	1шт	яйцо	ккал33у8	1шт
Второй завтрак			Второй завтрак		
сок яблочный	ккал91,у21	100	сок яблочный	ккал5861у13	100
Замена второй завтрак			Замена второй завтрак		
компот	кка25у6	100	компот	кка25у6	100
Обед			Обед		
Рассольник на к/ б.со сметаной	ккал20069,ж11,у16	200/8	Рассольник на к/ б.со сметаной	ккал15667ж9у11	180/7
картофель отварной	ккал13863,ж5,у21	130	картофель отварной	ккал12262ж5у18	110
Кура тушеная	ккал168610ж11у7	70	Кура тушеная	ккал14868ж10у6	50
Компот из изюма	ккал57, у14	200	Компот из изюма	ккал50у12	150
Хлеб	ккал94,63,у20	40	Хлеб	ккал7162у15	30
Замена обед			Замена обед		
Рассольник на к/ б. без сметаны	ккал120,64,ж6,10	200	Рассольник на к/ б. без сметаны	ккал15667ж9у11	180
картофель отварной	ккал138,63,ж5,у21	130	картофель отварной	ккал12262ж5у18	110
Кура тушеная	ккал168610ж11у7	70	Кура тушеная	ккал14868ж10у6	50
Компот	ккал57, у14	200	Компот	ккал50у12	150
Хлеб	ккал94,63,у20	40	Хлеб	ккал7162у15	30
Полдник усиленный			Полдник усиленный		
Салат из моркови		ккал30,61,ж1,у4	Салат из моркови		ккал
Пирожок с капустой	ккал32969,ж8,у54	80	Пирожок с капустой	ккал28068ж6у48	70
Чай сладкий с лимоном	ккал49,у11	200	Чай сладкий с лимоном	ккал44у10	150
Фрукт	ккал47, у10	100	Фрукт	ккал47у10	100
Замена полдника усиленного			Замена полдника усиленного		
Салат из моркови		ккал30,61,ж1,у4	Салат из св.. моркови		ккал
плов с курой	ккал206611ж12у14	180	Фрукт	ккал47у10	100
Чай сладкий	ккал37,у9	180	плов с курой	ккал187610ж11у12	160
Фрукт	ккал47, у10	100	Чай сладкий	ккал10462ж5у13	150
Итого за день		КК2850Б84Ж100У116	Итого за день		КК2569Б76Ж122У337
ЦЕНА		112	ЦЕНА		109