

Меню с 13.01.2025 по 24.01.2025

ПОНЕДЕЛЬНИК

13.01.2025

САД			ЯСЛИ		
<u>ЗАВТРАК</u>			<u>ЗАВТРАК</u>		
Каша рисовая с мол.	Кк-203,Б6,Ж10,У21	180/5	Каша рисовая с мол.	ккал194,66,ж9,у20	150/5
Кофейный нап. с молоком	Ккал126,Б5,Ж5,У16	180	Кофейный нап. с молоком	ккал122,65,ж5,у15	150
Булка с маслом	Ккал116,Б2,Ж5,У15	30/5	Булка с маслом	ккал103,62,ж5,у13	25/5
<i>Замена</i>			<i>Замена</i>		
Каша рисовая. на воде	кк195,66,ж9,у27	180	Каша рисовая. на воде	кк195,66,ж9,у27	150
Булка с маслом, яйцо	ККал160,Б5,Ж9,У15	30/5/10	Булка с маслом, яйцо	ккал139,64,ж10,у26	25/5/10
Чай	Ккал37,У9	180	Чай	ккал36,62,ж3	150
<u>Второй завтрак</u>			<u>Второй завтрак</u>		
Компот из свеж.яблок	КК39,У10,Б 0,3	100	Компот из сухофруктов	КК39,У10,Б 0,3	100
<i>Замена</i>			<i>Замена</i>		
Компот	Ккал56,У14	100	Компот	ккал50,у12	125
<u>Обед</u>			<u>Обед</u>		
Борщ на м\к б.со смет.	КК198,Б8,Ж12,У14	200/8	Борщ на м\к б.со смет.	кк132,65,ж7,.,у13	180/7
Котлета мясная, соус	Кк404,Б18,Ж19,У39	70/30	Котлета мясная, соус	ккал245,613,ж15,у14	50/30
Макароны отварные	ККал310,Б8,Ж6,У60	120	Макароны отварные	ккал155,64,ж3,у30	90
Компот из изюма	Ккал60,У15	200	Компот из изюма	ккал50,у12	150
Хлеб	Ккал94,Б3,У20	40	Хлеб	ккал71,62,у15	30
<i>Замена</i>			<i>Замена</i>		
Греча			Греча		
<u>Усиленный полдник</u>			<u>Усиленный полдник</u>		
Салат из гор.зел.конс	КК2561,2ж1,1у2,6	40	Салат из отв. моркови	КК3061ж1у4	55
Омлет	КК242610ж13у21	95	Омлет	КК17468ж10у13	80
Чай сладкий	Ккал37,У9	200	Чай сладкий	ккал33,у8	150
Булка	ккал79,62,ж1,у15	30	Булка	ккал66,62,ж1,у13	15
<i>Замена</i>			<i>Замена</i>		
Жаркое по домашнему	кк194610ж11у12	160	Жаркое по домашнему	кк176610ж11у8	140
Итого за день	ккал1992,663,ж71,у274		Итого за день	ккал1575,6 54,ж59,у209	
<u>ЦЕНА</u>		112	<u>ЦЕНА</u>		109



ВТОРНИК**14.01.2025**

САД			ЯСЛИ		
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша пшеничная с мол.	ккал224,68,ж9,у27	180/5	Каша пшеничная с мол.	ккал200,66,ж9,у24	150/5
Чай с молоком	ккал121,64,ж5,у16	180	Чай с молоком	ккал117,64,ж5,у15	150
Булка с маслом, яйцо1/2	ккал129,63,ж5,у18	30/5/0,5	Булка с маслом, яйцо1/2	ккал103,62,ж5,у13	25/5/0,5
Замена .			Замена .		
Каша пшенич. на воде	ккал207,66,ж9,у26	180	Каша пшенич. на воде	ккал207,66,ж9,у26	150
Булка с маслом, яйцо	ккал116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом, яйцо	ккал116,62,ж5,у15	30/5
Второй завтрак			Второй завтрак		
ФРУКТ	кк57,у14	100	ФРУКТ	кк47,у10	95
Замена .			Замена .		
Компот	кк47,у10	100	Компот	кк47,у10	100
Обед			Обед		
Щи со св.кап. на м\к.б. со смет.	кк182,68,ж12,у11	200/8	Щи со св.кап. на м\к.б. со смет.	кк123,65,ж7,у11	180/7
Картоф.запек. с мясом,соус	кк318,612,ж14,у33	160/30	Картоф.запек. с мясом,соус	кк262,611,ж9,у27	130/30
Компот из сухофр.	кк55,у13	200	Компот из сухофр.	кк50,у13	150
Хлеб	кк94,63,у20	40	Хлеб	кк71,,62,у15	30
Замена .			Замена .		
Картофель отв., мясо отвар.			Картофель отв., мясо отвар.		
Усиленный полдник			Усиленный полдник		
Запеканка твор.-морк С мол. соусом	кк390,622,ж13,у47	130/30	Запеканка твор.-морк С мол. соусом	кк338,623,ж11,у36	120/30
Кисель	кк111,у52	200	Кисель	кк90,у35	150
Чай сладкий	ккал37,у8	200	Чай сладкий	ккал33,у8	150
Булка	ккал79,62,ж1,у15	15	Булка	ккал66,62,ж1,у13	15
Замена .			Замена .		
Плов с мясом	кк193610ж11у11	160	Плов с курой	кк17268ж6у20	140
Итого за день	кк1693663ж61у254		Итого за день	кк1478657ж49у213	
ЦЕНА		112	ЦЕНА		109

СРЕДА
15.01.2025

САД			ЯСЛИ		
<u>ЗАВТРАК</u>			<u>ЗАВТРАК</u>		
Каша ассорти (гр.+гер.) с мол.	кк222,67,ж10,у25	180/5	Каша ассорти (гр.+гер.) с мол.	кк201,66,ж9,у22	150/5
Какао с молоком	Ккал126,Б5,Ж5,У16	180	Какао с молоком	ккал122,65,ж5,у15	150
Булка с маслом	кк116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом	кк103,62,ж5,у13	25/5
<u>Замена</u>			<u>Замена</u>		
Каша геркулес. на воде,	кк11863ж5у16	180/10	Каша геркулес. на воде,	кк11262ж4у15	150/10
Чай сладкий, яйцо	кк37,у9	180	Чай сладкий	кк33,у8	150
<u>Второй завтрак</u>			<u>Второй завтрак</u>		
Компот из свежих яблок	кк50,у13	100	Компот из свежих яблок	кк50,у13	100
<u>Обед</u>			<u>Обед</u>		
Суп рыбный со сметаной	кк169,612,ж7,у14	200/8	Суп рыбный со сметаной	кк135,610,ж5,у12	180/7
Ежики мясные, соус		160/30	Ежики мясные, соус		120/30
Салат из отв.свеклы	кк30,61,ж1,у4	60	Салат из отв.свеклы	кк26,61,ж1,у4	50
Компот из изюма	Ккал60,У15	200	Компот из изюма	ккал50,у12	150
Хлеб	Ккал94,Б3,У20	40	Хлеб		
<u>Замена</u>			<u>Замена</u>		
Суп картоф.с перловой кр.			Суп картоф.с перловой кр.		
<u>Уплотненный полдник</u>			<u>Уплотненный полдник</u>		
Рагу овощное			Рагу овощное		
Чай сладкий	кк37,у9	200	Чай сладкий	кк33,у8	150
Булка	кк79,62,ж12,у15	30	Булка	кк66,62,ж1,у13	15
<u>Замена</u>			<u>Замена</u>		
Картофель отварной			Картофель отварной		
Всего за день	кк1666,667,ж56,у219		Всего за день	кк1263,647,ж45,у163	
<u>ЦЕНА</u>		112	<u>ЦЕНА</u>		109



ЧЕТВЕРГ
16.01.2025

САД		
ЗАВТРАК		
Каша ячневая с молоком	кк216,67,ж9,у27	180/5
Кофейный напиток с молоком	кк121,64,ж5,у16	180
Булка с маслом, яйцо	кк116,62,ж5,у15	30/5/1/2
Замена завтрак		
Каша ячневая на воде, яйцо	кк203,66,ж9,у24	180/1шт.
Чай	кк37у9	180
Второй завтрак		
Молоко, печенье	170,67,ж.7у.18	100/12
Замена		
Компот	39,1,60,3,у.10	100
Обед		
Щи с кв. кап. на м\к б.со смет.	ккал201,611,ж11,у14	200/8
Пюре картофельное	кк167,64,ж7,у22	130
Биточки рыбные	кк241,620,ж39у20	70
Компот из свежих яблок	кк60,у15	200
Хлеб	кк94,63,у20	40
Замена		
Пюре картофельное на воде		
Мясо отварное		
Уплотненный полдник		
Пудинг твор.-рис..со сгущ.мол.	кк472,632ж16у50	120/25
Кисель	кк111,у52	200
Булка	кк 79Б2Ж1У15	15
Замена		
Кулеш(греча) с мясом(1а)	кк241612ж8у28	140
Всего за день	кк2000,689ж62у295	
ЦЕНА		112

ЯСЛИ		
ЗАВТРАК		
Каша ячневая с молоком	кк203,66,ж9,у24	150/5
Кофейный напиток с молоком	кк117,64,ж5,у16	150
Булка с маслом, яйцо	кк103,62,ж5,у13	25/5/1/2
Замена		
Каша ячневая на воде, яйцо	кк169,612,ж7,у14	150/1шт.
Чай	кк37у9	150
Второй завтрак		
Молоко, печенье	158,66,2,ж7у,17	100/12
Замена		
Компот	39,1,60,3,у.10	100
Обед		
Суп вермиш. на м\к б.	ккал150,69,ж8,у10	180/7
Пюре картофельное	кк142,64,ж5,у20	110
Биточки рыбные	кк120,69,ж3,у13	50
Компот из свежих яблок	ккал50,у12	150
Хлеб	кк71,62,у15	30
Замена		
Пюре картофельное на воде		
Мясо отварное		
Уплотненный полдник		
Пудинг твор.-рис..со сгущ.мол.	кк338,623ж11у36	110/25
Кисель	кк90,у35	150
Булка	кк 66Б2Ж1У13	15
Замена		
Кулеш(греча) с мясом(1а)	кк17268ж6у20	130
Всего за день	кк1533667ж48у218	
ЦЕНА		109

ПЯТНИЦА
17.01.2025



САД			ЯСЛИ		
<u>ЗАВТРАК</u>			<u>ЗАВТРАК</u>		
Каша кукурузная с молоком	ккал207,68,ж9,у26	180/5	Каша кукурузная с молоком	ккал197,68,ж9,у24	150/5
Чай с молоком	кк126,65,ж5,у16	180	Чай с молоком	кк122,65,ж5,у15	150
Булка с маслом	кк116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом	кк103,62,ж5,у13	25/5
<u>Замена</u>			<u>Замена</u>		
Каша кукурузн. на воде,сыр	кк195,66,ж9,у27	180/10	Каша кукурузн. на воде,сыр	кк195,66,ж9,у27	150/10
Чай сладкий	кк37у9	180	Чай сладкий	кк37у9	150
<u>Второй завтрак</u>			<u>Второй завтрак</u>		
Сок	кк70,у17	100	Сок	кк58,61,у13	125
<u>Замена</u>			<u>Замена</u>		
Компот	кк57,у14	100	Компот	кк57,у14	125
<u>Обед</u>			<u>Обед</u>		
Суп-пюре на к/б с гречками	кк168,66,ж.7,у19	200/25	Суп-пюре на к/б с гречками	кк163,66,ж7,у18	180/20
Плов с курой	ккал234,69,ж16,у14	160	Плов с курой	ккал187,610,ж11,у1	140
Компот из сухофруктов	ккал63,у16	200	Компот из сухофруктов	ккал59,у15	150
Хлеб	ккал94.63,у20	40	Хлеб	ккал71.62,у15	30
<u>Замена</u>			<u>Замена</u>		
Суп-пюре карт. Без молока			Суп-пюре карт. Без молока		
<u>Усиленный полдник</u>			<u>Усиленный полдник</u>		
Салат из отв. моркови	кк41,61,ж1,у9	60	Салат из отв. моркови	кк29,61,у6	50
Пирожок с капустой	кк481,614,ж7,у98	80	Пирожок с капустой	кк438,613,ж7,у80	70
Чай с лимоном	кк53,у12	200	Чай с лимоном	кк48,у11	150
Фрукт	кк47,у10	100	Фрукт	кк91.61,у20	95
<u>Замена</u>			<u>Замена</u>		
Чай сладкий	кк37у9	200	Чай сладкий	кк37у9	150
Булка	79Б2Ж1У15кк	15	Булка	79Б2Ж1У15кк	15
Картофель с курой.	кк499,614,ж9,у91	80	Булочка домашняя(1 а).	кк499,614,ж9,у91	70
Всего за день	кк1795,656,ж45,у284		Всего за день	кк1591,651,ж42,у249	
ЦЕНА		112	ЦЕНА		109

ПОНЕДЕЛЬНИК**20.01.2025**

САД			ЯСЛИ		
<u>ЗАВТРАК</u>			<u>ЗАВТРАК</u>		
Каша манная с молоком	ккал207,68,ж9,у26	180/5	Каша манная с молоком	ккал197,68,ж9,у24	150/5
Какао с молоком	ккал126,64ж5,у17	180	Какао с молоком	ккал122,64,ж5,у16	150
Булка с маслом	ккал129,63,ж5,у18	30/5	Булка с маслом	ккал129,63,ж5,у18	30/5
<u>Замена</u>			<u>Замена</u>		
Каша рисоая на воде	ккал183,64,ж6,у27	180/10	Каша рисоая на воде	ккал183,64,ж6,у27	150/8
Чай сладкий	ккал58,61,у13	180	Чай сладкий	ккал58,61,у13	150
<u>Второй завтрак</u>			<u>Второй завтрак</u>		
Компот	ккал91,у21	100	Компот	ккал58,у13	125
<u>Замена</u>			<u>Замена</u>		
	ккал26,у6	100		ккал26,у6	125
<u>Обед</u>			<u>Обед</u>		
Суп карт.с фрикад.	ккал227,610,ж11,у21	170/30	Суп карт.с фрикад.	ккал183,68,ж9,у18	150/30
Голубцы ленивые	ккал3621,618,ж5,у29	160	Голубцы ленивые	ккал232,613,ж11,у21	140
Компот из изюма	ккал55,у13	200	Компот из изюма	ккал39,у9	150
Хлеб	ккал106 63,у22	40	Хлеб	ккал71,62,у15	30
<u>Замена</u>			<u>Замена</u>		
Суп картоф.на к/б(1а)	ккал156,67,ж10,у10	200	Суп картоф.на к/б(1а)	ккал156,67,ж10,у10	180
Плов с курой(1а)	ккал192,614,ж9,у30	160	Плов с курой(1а)	ккал122,63,ж4,у17	140
<u>Усиленный полдник</u>			<u>Усиленный полдник</u>		
Салат из отв. свеклы	ккал30,61,ж1,у4	60	Салат из отв. свеклы	ккал30,61,ж1,у4	50
Омлет	ккал242,610,ж13,у21	95	Омлет	ккал174,68,ж10,у13	85
Чай сладкий	ккал37,у9	200	Чай сладкий	ккал33,у8	150
Булка	ккал92,63,ж1,у18	30	Булка	ккал66,62,ж1,у13	15
<u>Замена</u>			<u>Замена</u>		
Капуста тушеная с мясом	ккал126,64ж5,у17	160	Капуста тушеная с мясом	ккал126,64ж5,у17	140
Всего за день	ккал1639,661,ж63,у204		Всего за день	ккал1278,646,ж50,у164	
<u>ЦЕНА</u>		112	<u>ЦЕНА</u>		109

ВТОРНИК**21.01.2025**

САД			ЯСЛИ		
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша пшениая с молоком	кк210,66,ж9,у25	180/5	Каша пшениая с молоком	кк203,66,ж9,у24	150/5
Кофейный напиток с молоком	Ккал126,Б5,Ж5,У16	180	Кофейный напиток с молоком	ккал122,65,ж5,у15	150
Булка с маслом, сыр	кк116,62,ж5,у15	30/5/10	Булка с маслом, сыр	кк116,62,ж5,у15	30/5/10
Замена			Замена		
Каша пшениая на воде	ккал207,66,ж9,у26	180	Каша пшениая на воде	ккал207,66,ж9,у26	150
Чай сладкий , яйцо	ккал37,у8	180/10	Чай сладкий , яйцо	ккал33,у8	150/10
Второй завтрак			Второй завтрак		
Фрукт	ккал39,у10	100	Фрукт	ккал39,у10	100
Замена второй завтрак			Замена второй завтрак		
Компот			Компот		
Обед			Обед		
Суп рыбный со сметаной	кк169,612,ж7,у14	200/8	Суп рыбный со сметаной	кк135,610,ж5,у12	180/7
Гуляш из отв. мяса	кк171,69,ж12,у6,4	70	Гуляш из отв. мяса	кк46,68,5,ж9,9,у.5,6	50
Греча рассыпчатая с маслом	кк38,65,ж3,у22,9	130	Греча рассыпчатая с маслом	кк22,64,4,ж2,8,у20	110
Компот из сухофр.	ккал63,у16	200	Компот из сухофр.	ккал50,у12	150
Хлеб		40	Хлеб	ккал71,62,у15	30
Замена			Замена		
Суп картоф. с крупой	ккал137,65,ж6,у15	200	Суп картоф. с крупой	ккал106,64,ж4,у12	180
Рис отварной			Рис отварной		
Усиленный полдник			Усиленный полдник		
Запеканка твор.,соус молочный	кк390,622,ж13,у47	130/30	Запеканка твор.,соус молочный	кк338,623,ж11,у36	120/30
Кисель	кк111,у52	200	Кисель	кк90,у35	150
Булка	ккал79,62,ж1,у15	15	Булка	ккал66,62,ж1,у13	15
Замена			Замена		
Жаркое по домашнему (1а)	ккал224,68,ж9,у27	160	Жаркое по домашнему (1а)	ккал224,68,ж9,у27	140
Всего за день	ккал1705,676,ж58,у217		Всего за день	ккал1399,667,ж44,у185	
ЦЕНА		112	ЦЕНА		109



СРЕДА
22.01.2025



САД		
ЗАВТРАК		
Каша рис+пшено с молоком.	ккал217,66,ж9,у27	180/5
Чай с молоком	ккал126,64,ж5,у17	180
Булка с маслом	ккал116,62,ж5,у15	30/5
Замена		
Каша рисоая на воде	ккал203,66,ж9,у24	180
Чай сладкий.	ккал37,у9	180/10
Второй завтрак		
Ацидобиофилин	ккал57,у14	100
Замена		
Компот	ккал47,у9	100
Обед		
Свекольник на к/б со смет		
Котлета куриная	ккал3056,616,ж19,у17	70
Капуста тушен.		
Картофельное пюре	ккал418611,ж8,у79	120/30
Компот из свеж.яблок	ккал63,у16	200
Хлеб	ккал94,63,у20	40
Замена		
Пре на воде	ккал194,612,ж14,у6	70/130
Уплотненный полдник		
Суфле рыбное	кк281,615,ж18,у16	95
Салат из моркови	ккал41,61,у9	60
Чай сладкий	ккал37,у9	200
Батон	кк79.2.ж1.у15	30
Замена		
Картоф. отв. мясо отв.(1а)	кк249Б7.Ж8.У19.	130/30
Всего за день	ккал1944,664,ж66,у273	
ЦЕНА		112

ЯСЛИ		
ЗАВТРАК		
Каша рис+пшено с молоком.	ккал203,66,ж9,у24	150/5
Чай с молоком	ккал122,64,ж5,у16	150
Булка с маслом	ккал103,62,ж5,у13	25/5
Замена		
Каша рисоая на воде	ккал203,66,ж9,у24	150
Чай сладкий.	ккал33,у8	150/10
Второй завтрак		
Ацидобиофилин	ккал57,у14	100
Замена		
Компот	ккал47,у9	100
Обед		
Свекольник на к/б со смет		
Котлета куриная	ккал203,611,ж11,у17	50
Капуста тушен.		
Картофельное пюре	ккал265612,ж13,у51	90/30
Компот из свеж.яблок	ккал59,у15	150
Хлеб	ккал71,62,у15	30
Замена		
Пре на воде	ккал133,69,ж8,у6	50/110
Уплотненный полдник		
Суфле рыбное	кк192,163,ж12,у13	80
Салат из моркови	ккал29,61,у6	50
Чай сладкий	ккал33,у8	150
Батон	ккал66,62,ж1,у13	30
Замена		
Картоф. отв. мясо отв.(1а)	кк204.Б4.Ж7.У17	130/30
Всего за день	ккал1559,654,ж58,у203	
ЦЕНА		109

ЧЕТВЕРГ
23.01.2025

САД			ЯСЛИ		
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша геркулес. с мол.	кк218,69,ж9,у25	180/5	Каша геркулес. с мол.	кк204,68,ж9,у22	150/5
Какао с молоком	кк126,65,ж5,у16	180	Какао с молоком	кк122,65,ж5,у15	150
Булка с маслом,яйцо	кк116,62,ж5,у15	30/5	Булка с маслом,яйцо	кк103,62,ж5,у13	25/5
Замена			Замена		
Каша геркулес. на воде	кк116,62,ж5,у15	180	Каша геркулес. на воде	кк116,62,ж5,у15	180
Чай сладкий	кк116,62,ж5,у15	180/10	Чай сладкий	кк37,у9	150
Второй завтрак			Второй завтрак		
Молоко, пряник	кк109.у14.64.ж5	100/28	Молоко, пряник	кк109.у14.64.ж5	100/28
Замена второй завтрак			Замена второй завтрак		
Компот	ккал25,у6	100	Компот	ккал25,у6	100
Обед			Обед		
Суп гороховый на м\к бул.	кк245,613ж11,у23	200	Щи со св. кап. на м\к бул.со см.	кк141,66ж5,у16	180
Соус из печени	кк241,620,ж39у20	70	Соус из печени	кк120,69,ж3,у13	50
Макароны отв.	кк167,64,ж7,у22	30/130	Макароны отв.	кк142,64,ж5,у20	30/110
Компот из изюма	кк60,у15	200	Компот из изюма	ккал50,у12	150
Хлеб	кк94,63,у20	40	Хлеб	кк71,62,у15	30
Замена			Замена		
Мясо отв.,рис отварной	к264.613ж14у21	30/130	Мясо отв.,рис отварной	к264.613ж14у21	20/110
Уплотненный полдник			Усиленный полдник		
Пюре картофельное	кк390,622,ж13,у47	130/30	Пюре картофельное	кк338,623,ж11,у36	120/30
Салат из отв.свеклы	кк111,у248	200	Салат из отв.свеклы	кк90,у35	150
Чай сладкий	ккал37,у9	200	Чай сладкий	ккал37,у9	200
Булка	кк79.2.ж1.у15	15	Булка	кк79.2.ж1.у15	15
Замена			Замена		
Пюре карт.на воде	кк238.614ж9у24	160	Пюре карт.на воде	кк238.614ж9у24	140
Всего за день	кк1818,679,ж59,у266		Всего за день	кк1406,658ж44,у203	
ЦЕНА		112	ЦЕНА		109

ПЯТНИЦА
24.01.2025



САД		
ЗАВТРАК		
Каша пшеничная с мол.	ккал216,67,ж9,у27	180/5
Кофейный напиток	ккал126,64,ж5,у17	180
Булка с маслом, сыр	ккал149,65,ж7,у16	30/5/10
Замена		
Каша ячневая на воде, яйцо(4)	ккал229,613,ж13,у14	180/1шт
Второй завтрак		
Сок	ккал91,у21	100
Замена		
КОМПОТ	ккал55,у14	100
Обед		
Рассольник на к/б	ккал161,69,ж8,у14	200/8
Кура тушеная с овощами	ккал234,69,ж16,у14	160
Компот из сухофруктов	ккал63,у16	200
Хлеб	ккал94,63,у20	40
Замена		
Рассольник на к/б без смет.	кк12064жбу10	200
Картофель туш.с курой		
Уплотненный полдник		
Салат из моркови	ккал41,61,у9	60
Булочка домашняя	ккал499,616,ж10,у91	80
Чай сладкий с лимоном	ккал49,у11	200
Фрукт	ккал47,у10	100
Замена		
Жаркое по домашнему(4)	кк268.613ж15у22	160
Чай сладкий	Ккал37,У9	200
Булка	кк79.2.ж1.у15	15
Всего за день	ккал1762,656,ж53,у270	
ЦЕНА		

112

ЯСЛИ		
ЗАВТРАК		
Каша пшеничная с мол.	ккал203,66,ж9,у24	150/5
Кофейный напиток	ккал122,64,ж5,у16	150
Булка с маслом, сыр	ккал149,65,ж7,у16	30/5/10
Замена		
Каша геркул. на воде, яйцо(4)	ккал229,613,ж13,у14	150/1шт
Второй завтрак		
Сок	ккал58,61,у13	125
Замена		
КОМПОТ	ккал55,у14	125
Обед		
Рассольник на к/б	ккал171,610,ж9,у13	180/7
Кура тушеная с овощами	ккал187,610,ж11,у12	140
Компот из сухофруктов	ккал59,у15	150
Хлеб	ккал71,62,у15	30
Замена		
Рассольник на к/б без смет.	кк12064жбу10	180
Картофель туш.с курой		
Уплотненный полдник		
Салат из моркови	ккал29,61,у6	50
Булочка домашняя	ккал439,616,ж8,у83	70
Чай сладкий с лимоном	ккал44,у10	150
Фрукт	ккал91,у20	95
Замена		
Жаркое по домашнему(4)	кк220.610ж11у19	140
Чай сладкий	ккал33,у8	150
Булка	кк79.2.ж1.у15	15
Всего за день	ккал1577,650,ж46,у240	
ЦЕНА		

109