



### ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад №174

СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Технологические карты из Сборника технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях

(Методические рекомендации и технические документы)

(3-7 лет) 10,5 часов

1 день, неделя первая ПОНЕДЕЛЬНИК		Пищевые вещества и витамины				Витамин
Номер рецептуры	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	
		Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	<b>Завтрак</b>					
7.127	Каша пшеничная молочная со слив. маслом	3	4	11	99	
7.118	Чай с молоком	1	1	7	50	
7.035	Батон с маслом сливочным	7	12	47	292	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>11,00</b>	<b>17,00</b>	<b>65,00</b>	<b>441,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Обед</b>					
7.26/1	Салат из отварной свеклы с черносливом и раст.маслом (с 01.03 по 01.05) или	1	7	22	164	
7.057/1	Салат из моркови с растительным маслом (01.09 до 01.03) или	1,00	4,00	11,00	76,00	
4.6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	1	1	4	33	
7.н070-1	Жаркое по домашнему	7	7	12	156	
7.110/2	Компот из кураги / или изюма	0	0	10	42	
7.003-4	Ржаной хлеб	7	1	49	181	
7.422	Соль	0	0	0	0	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>17,00</b>	<b>20,00</b>	<b>108,00</b>	<b>652,00</b>	<b>0,05</b>
	<b>Полдник</b>					
7.14/5/8	Запеканка из творога с рисом	12,00	18,00	15,00	263,00	
7.403/2	Биокефир/ биойогурт	3	3	4	57	
7.185/4	Повидло	0,00	0,00	28,00	105,00	
7.184	Хлеб пшеничный	8,00	1,00	50,00	231,00	
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>23,00</b>	<b>22,00</b>	<b>97,00</b>	<b>656,00</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>51</b>	<b>59</b>	<b>270</b>	<b>1749</b>	<b>0,05</b>

## ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад №174

СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Технологические карты из Сборника технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях

(Методические рекомендации и технические документы)

(3-7лет) 10,5 часов

2 день, неделя первая ВТОРНИК		Пищевые вещества и витамины				витамины мг/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	
		Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	<b>Завтрак</b>					
7.н091/1	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	2	3	10	78	
7.431	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	3,00	5,00	16,00	116,00	
7.435/2	Сыр	24	25	0	324	
7.30/1	Чай со сгущенным молоком	1,00	1,00	8,00	48,00	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>30,00</b>	<b>34,00</b>	<b>34,00</b>	<b>566,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Обед</b>					
7,055	Салат из белокачанной капусты и моркови с раст. маслом(01.09 по01.03)	2,00	4,00	9,00	71,00	
7.375/3	Кукуруза сладкая (01.03 до 01.04)	2,00	0,00	19,00	98,00	
4.5/2	Свекольник со сметаной	1,00	2,00	7,00	53,00	
7.4/8/1	Плов из мяса говядины/куры	8,00	9,00	15,00	180,00	
7.5/10/1	Компот из чернослива и изюма	0,00	0,00	9,00	34,00	0,05
7.003-4	Ржаной хлеб	7	1	49	181	
7.422	Соль	0	0	0	0	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>20,00</b>	<b>16,00</b>	<b>108,00</b>	<b>448,00</b>	<b>0,05</b>
	<b>Полдник</b>					
7.21/2/3	Суп молочный с лапшой	2,00	2,00	6,00	53,00	
7.184	Хлеб пшеничный	8,00	1,00	50,00	231,00	
7.354/5	Чай с сахаром	0,00	0,00	6,00	25,00	
	Фрукты ( яблоко, груша, апельсин, мандарин, банан)					
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>10</b>	<b>3</b>	<b>62</b>	<b>309</b>	<b>0</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>60</b>	<b>53</b>	<b>204</b>	<b>1323</b>	<b>0,05</b>

## ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад №174

СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Технологические карты из Сборника технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях

(Методические рекомендации и технические документы)

(3-7лет) 10,5 часов

3 день, неделя первая СРЕДА		Пищевые вещества и витамины				витамин мг/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	
		Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	<b>Завтрак</b>					
4.14/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	2,00	3,00	12,00	91,00	
7.189-9	Батон или	7	3	51	235	
7.035/11	Батон с повидлом	6	2	55	236	
7.435/2	Сыр	24	24	0	324	
7.084/2	Кофейный напиток с молоком	2,00	2,00	10,00	68,00	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>39,00</b>	<b>32,00</b>	<b>118,00</b>	<b>886,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Обед</b>					
7.15/1/4	Салат из свежих помидор с растительным маслом (01.04 до 01.09)	1,00	4,00	5,00	52,00	
7.н060	Суп картофельный с макаронными изделиями	1	2	8	56	
7,35	Бигус из мяса кур	10,00	4,00	6,00	103,00	
4,6/10	Компот из сухофруктов	0,00	0,00	9,00	40,00	0,05
7.003-4	Ржаной хлеб	7	1	49	181	
7.422	Соль	0	0	0	0	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>19,00</b>	<b>11,00</b>	<b>77,00</b>	<b>432,00</b>	<b>0,05</b>
	<b>Полдник</b>					
7.н038/1	Омлет натуральный	8,00	10,00	3,00	147,00	
7.184	Хлеб пшеничный	8,00	1,00	50,00	231,00	
7.078/1	Компот из изюма	0,00	0,00	9,00	38,00	
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>16,00</b>	<b>11,00</b>	<b>62,00</b>	<b>416,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Итого за день:</b>	<b>74</b>	<b>54</b>	<b>257</b>	<b>1734</b>	<b>0,05</b>

## ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад №174

СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Технологические карты из Сборника технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях

(Методические рекомендации и технические документы)

(3-7лет) 10,5 часов

4 день, неделя первая ЧЕТВЕРГ		Пищевые вещества и витамины				витамин мг/сут
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	
Номер рецептуры	Наименование блюда	Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	<b>Завтрак</b>					
4.18/4	Каша молочная ассорти (рис, греча) с маслом сливочным	2	3	12	92	
7.035	Батон с маслом	3	5	21	136	
7.14/10/1	Какао с молоком	2,00	2,00	9,00	60,00	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>7,00</b>	<b>10,00</b>	<b>42,00</b>	<b>288,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Обед</b>					
7.014-3	Огурец свежий порционный (01.04. до 01.09)	1	0	4	14	
7.086	Суп гороховый	2	2	8	58	
7.35/8	<i>Суфле из печени или</i>	23,00	8,00	3,00	196,00	
7.9/8/1	<i>Печень по строгановски</i>	13,00	15,00	3,00	218,00	
7.151/1	Макаронные изделия отварные с овощами	4,00	3,00	21,00	143,00	
7.15/10/1	Напиток из шиповника	0,00	0,00	9,00	36,00	0,05
7.34/2/7	Гренки из ржаного хлеба	12	2	76	362	
7.422	Соль	0	0	0	0	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>55,00</b>	<b>30,00</b>	<b>124,00</b>	<b>1027,00</b>	<b>0,05</b>
	<b>Полдник</b>					
7,289	Салат из моркови с яблоком	1,00	5,00	13,00	94,00	
7.103/6	<i>Манник</i>	11	14	65	459	
7.022-3	Чай с лимоном	0,00	0,00	6,00	27,00	
7.184	Хлеб пшеничный	8,00	1,00	50,00	231,00	
7.033/2	Фрукты ( яблоко, груша, апельсин, мандарин, банан) или сок	1,00	0,00	10,00	46,00	
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>11,00</b>	<b>14,00</b>	<b>71,00</b>	<b>486,00</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>73,00</b>	<b>30,00</b>	<b>237,00</b>	<b>1801,00</b>	<b>0,05</b>

## ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад №174

СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Технологические карты из Сборника технических норматив для питания детей в дошкольных организациях

(Методические рекомендации и технические документы)

(3-7 лет) 10,5 часов

5 день, неделя первая ПЯТНИЦА		Пищевые вещества и витамины				витамин мг/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	
		Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	<b>Завтрак</b>					
7.9/5/5	Запеканка из творога	13,00	16,00	13,00	279,00	
7.4/13	Батон с маслом с сыром	9,00	16,00	33,00	288,00	
7.351	Сгущенное молоко	7,00	9,00	57,00	328,00	
2021/30/10	Чай с молоком	3,00	3,00	4,00	59,00	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>32,00</b>	<b>44,00</b>	<b>107,00</b>	<b>954,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Обед</b>					
7.14/1/4	<i>Салат из свежих огурцов с растительным маслом (01.04 до</i>	1,00	3,00	4,00	44,00	
7.425/1	<i>Салат из капусты со сладкой кукурузы</i>	2,00	6,00	12,00	100,00	
7.165-1/1	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	1,00	2,00	7,00	48,00	
7.н163/8	<i>Котлета мясная(свинина говядина)</i>	20,00	17,00	4,00	268,00	
7.142/5	<i>Каша перловая</i>	3,00	4,00	23,00	145,00	
7.1/10/1	Компот из яблок и кураги	0,00	0,00	9,00	36,00	0,05
7.003-4	Ржаной хлеб	7	1	49	181	
7.422	Соль	0	0	0	0	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>31,00</b>	<b>24,00</b>	<b>92,00</b>	<b>678,00</b>	<b>0,05</b>
	<b>Полдник:</b>					
7.013	Салат овощной с горошком	2,00	2,00	12,00	84,00	
7.032	Чай с сахаром или	0,00	0,00	6,00	27,00	
7.308/7	Печенье	10,00	5,00	77,00	458,00	
7.184	Хлеб пшеничный	8,00	1,00	50,00	231,00	
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>2,00</b>	<b>2,00</b>	<b>18,00</b>	<b>111,00</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>63,00</b>	<b>70,00</b>	<b>217,00</b>	<b>1743,00</b>	<b>0,05</b>

## ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад №174

СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Технологические карты из Сборника технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях

(Методические рекомендации и технические документы)

(3-7 лет) 10,5 часов

6 день, неделя вторая ПОНЕДЕЛЬНИК		Пищевые вещества и витамины				витамин мг/сут
		Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	
Номер рецептуры	Наименование блюда	Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	<b>Завтрак</b>					
4.17/4	Каша молочная ассорти (рис+кукуруза) с маслом сливочным или	7,00	10,00	32,00	274,00	
4.14/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	2	3	12	91	
7.431	Хлеб с маслом сливочным	6	15	42	317	
7.084-2	Кофейный напиток с молоком	3,00	3,00	15,00	115,00	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>18,00</b>	<b>31,00</b>	<b>101,00</b>	<b>797,00</b>	
	<b>Обед</b>					
7.20/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	1,00	4,00	5,00	59,00	
7.043с-4	Суп овощной	2,00	6,00	8,00	96,00	
7.073	Гуляш из отварного мяса	9,00	88,00	56,00	153,00	
7.64-1/1	Картофельное пюре	2,00	3,00	18,00	113,00	
7.078/1	Компот из изюма	0,00	0,00	13,00	50,00	0,05
8.104	Хлеб ржаной	1	0	9	44	
7.422	Соль					
	<b>Итого за обед:</b>	<b>15,00</b>	<b>101,00</b>	<b>109,00</b>	<b>515,00</b>	<b>0,05</b>
	<b>Полдник</b>					
7.н038/7	Омлет натуральный	6,00	6,00	10,00	128,00	
7.184	Хлеб пшеничный	2,00	0,00	10,00	47,00	
7.110/2	Компот из кураги	0,00	0,00	6,00	27,00	
7.308/7	Печенье / пряник					
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>8,00</b>	<b>6,00</b>	<b>26,00</b>	<b>202,00</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>41,00</b>	<b>138,00</b>	<b>236,00</b>	<b>1514,00</b>	<b>0,05</b>

## ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад №174

СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Технологические карты из Сборника технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях

(Методические рекомендации и технические документы)

(3-7 лет) 10,5 часов

7 день, неделя вторая ВТОРНИК		Пищевые вещества и витамины				витамин мг/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	
		Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	<b>Завтрак</b>					
8,8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	10,00	10,00	48,00	323,00	
7.189-9	Батон	11	4	75	329	
7.14/10/1	Какао с молоком	3	3	16	115	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>24,00</b>	<b>17,00</b>	<b>139,00</b>	<b>767,00</b>	
	<b>Обед</b>					
4,2/2	Борщ со сметаной	2,00	5,00	13,00	109,00	
7.375/4	Кукуруза консервированная	2,00	0,00	19,00	98,00	
7.6/9/1	<i>Картофельная запеканка с курой</i>	9,00	8,00	20,00	197,00	
7.020	<i>Соус молочный</i>	2	5	7	91	
7,197	Компот из яблок	0,00	0,00	13,00	52,00	0,50
8.104	Хлеб ржаной	2	0	10	45	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>17,00</b>	<b>18,00</b>	<b>82,00</b>	<b>592,00</b>	<b>0,50</b>
	<b>Полдник</b>					
7.31/1/0	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом с маслом раститель	1,00	11,00	6,00	145,00	
7.118/3	Чай с молоком	1,00	1,00	11,00	68,00	
7.184	Хлеб пшеничный	2,00	0,00	10,00	47,00	
	Фрукты (яблоко, груша, апельсин, мандарин, банан)					
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>4,00</b>	<b>12,00</b>	<b>27,00</b>	<b>260,00</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>45,00</b>	<b>47,00</b>	<b>248,00</b>	<b>1619,00</b>	<b>0,50</b>

## ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад №174

СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Технологические карты из Сборника технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях

(Методические рекомендации и технические документы)

(3-7 лет) 10,5 часов

8 день, неделя вторая СРЕДА		Пищевые вещества и витамины				витамин мг/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	
		Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	<b>Завтрак</b>					
4,11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	7,00	8,00	33,00	256,00	
7.189-9	Батон	4	2	28	123	
7.435/2	Сыр или	3	3	0	45	
7.035/11	Батон с повидлом	6	2	55	236	
7.032	Чай с сахаром	0,00	0,00	11,00	45,00	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>20,00</b>	<b>15,00</b>	<b>127,00</b>	<b>705,00</b>	
	<b>Обед</b>					
4.27/2	Суп-пюре из разных овощей	3,00	4,00	11,00	92,00	
7,355	Биточки рыбные или	19,00	8,00	9,00	196,00	
7.61р/1	Суфле рыбное					
7,179	<i>Рис припущенный с овощами</i>	2,00	4,00	18,00	126,00	
7,7/10/1	<i>Компот из сухофруктов и шиповника</i>	0,00	0,00	17,00	74,00	0,50
7.34/2/7	Гренки из ржаного хлеба	1	0	9	44	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>25,00</b>	<b>16,00</b>	<b>64,00</b>	<b>532,00</b>	<b>0,50</b>
	<b>Полдник</b>					
7.19/5	Суфле творожное	13,00	20,00	14,00	330,00	
7.185/4	Повидло или	0,00	0,00	28,00	105,00	
	Сгущенное молоко					
7.184	Хлеб пшеничный	2,00	0,00	10,00	47,00	
7.403/2 7 27	Биокефир/биоюгурт	3	3	4	56	
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>16,00</b>	<b>23,00</b>	<b>18,00</b>	<b>386,00</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>61,00</b>	<b>54,00</b>	<b>209,00</b>	<b>1623,00</b>	<b>0,50</b>

## ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад №174

СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Технологические карты из Сборника технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях

(Методические рекомендации и технические документы)

(3-7лет) 10,5 часов

9 день, неделя вторая ЧЕТВЕРГ		Пищевые вещества и витамины				витамины мг/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	
		Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	<b>Завтрак</b>					
4,4/4	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом или	5,00	7,00	23,00	189,00	
7.21/2/3	Суп молочный с лапшой	2,00	2,00	6,00	53,00	
7.035	Батон с маслом	4	6	27	161	
7.084-2	Кофейный напиток с молоком	3,00	3,00	22,00	143,00	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>14,00</b>	<b>18,00</b>	<b>78,00</b>	<b>546,00</b>	
	<b>Обед</b>					
7.130/12	Салат из свежих помидор с растительным маслом ( 01.05. до 01.09)	1,00	3,00	4,00	47,00	
7.057/1	<i>Салат из моркови с растительным маслом (01.09 до 01.03)или</i>	1,00	2,00	7,00	48,00	
7.23/1	<i>Салат из отварной свеклы с соленым огурцом и растительным маслом (01.03 до 01.05)</i>	1,00	7,00	9,00	111,00	
4.31/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной	2,00	6,00	10,00	111,00	
7.н114	<i>Котлета из мяса курицы или</i>	21	6	5	175	
	<i>Гуляш из курицы</i>					
7.н076/1	Каша гречневая рассыпчатая	3,00	3,00	19,00	111,00	
7,028	Компот из чернослива	1,00	0,00	31,00	130,00	0,50
8.104	Хлеб ржаной	2	0	10	45	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>31,00</b>	<b>24,00</b>	<b>91,00</b>	<b>731,00</b>	<b>0,50</b>
	<b>Полдник</b>					
7.43-2/3/5	Макаронные изделия отварные с сыром	9	7	35	261	
7.022/3	Чай с лимоном	0,00	0,00	13,00	58,00	
7.184	Хлеб пшеничный	2,00	0,00	10,00	47,00	
	Фрукты ( яблоко, груша, апельсин, мандарин, банан)					
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>11,00</b>	<b>7,00</b>	<b>58,00</b>	<b>366,00</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>56,00</b>	<b>49,00</b>	<b>227,00</b>	<b>1643,00</b>	<b>0,50</b>

## ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения - детский сад №174

СанПиН 2.3/2.4.3590-20, в соответствии с нормами физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей возрастных групп

Технологические карты из Сборника технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях  
(Методические рекомендации и технические документы) (3-7лет) 10,5 часов

10 день, неделя вторая ПЯТНИЦА		Пищевые вещества и витамины				витамин мг/сут
Номер рецептуры	Наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	
		Белки, г/сут	Жиры, г/сут	Углеводы, г/сут		
	<b>Завтрак</b>					
4.5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	6	8	26	221	
7.431	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	6,00	15,00	42,00	317,00	
7.435/2	Сыр	24	25	0	324	
7.14/10/1	Какао с молоком	3,00	3,00	16,00	52,00	
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>39,00</b>	<b>51,00</b>	<b>84,00</b>	<b>914,00</b>	
	<b>Обед</b>					
7.30/2	Уха рыбацкая	9,00	4,00	11,00	130,00	
7.н151	<i>Макаронные изделия отварные</i>	3,00	3,00	23,00	139,00	
7.н163/5	Котлета из мяса (свинины)	18,00	15,00	5,00	259,00	
7.248	<i>Кисель из плодвого-ягодного концентрата</i>	0	0	13	59	0,5
8.104	Хлеб ржаной	2	0	10	45	
	<b>Итого за обед:</b>	<b>32,00</b>	<b>22,00</b>	<b>62,00</b>	<b>632,00</b>	<b>0,50</b>
	<b>Полдник</b>					
7.29/1	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с соленым огурцом и луком с раст. маслом	1,00	5,00	7,00	84,00	
7.189-9	Батон	10,00	4,00	75,00	329,00	
4.6/10	<i>Компот из сухофруктов</i>	0	0	13	59	
7.308/7	Печенье/ пряник	10,00	5,00	77,00	458,00	
	<b>Итого за полдник:</b>	<b>11,00</b>	<b>9,00</b>	<b>82,00</b>	<b>413,00</b>	
	<b>Итого за день:</b>	<b>44,00</b>	<b>82,00</b>	<b>228,00</b>	<b>1959,00</b>	<b>0,50</b>

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448730087

Владелец Зотова Наталья Александровна

Действителен с 18.06.2024 по 18.06.2025