

## Меню 1,5-3 НОВОЕ, 1ин

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

134	Каша рисовая вязкая на молоке	кКал-200.36, Белки-3.8, Жиры-5.25, Угл-34.32
5	Масло сливочное	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
8	Сыр (порциями)	кКал-28, Белки-2.1, Жиры-2.13
30	Батон нарезной	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99

Итого за Завтрак1 кКал-353.36, Белки-8.34, Жиры-11.31,  
Угл-54.68

### Завтрак2

120	Яблоко	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84
-----	--------	---

Итого за Завтрак2 кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84

### Обед

155	Щи из свежей капусты со сметаной	кКал-58.24, Белки-1.26, Жиры-3.3, Угл-5.72
50	Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ)	кКал-133.39, Белки-7.72, Жиры-10.59, Угл-1.9
123	Каша гречневая вязкая с маслом	кКал-112.23, Белки-3.8, Жиры-3.17, Угл-17.17
150	Кисель плодово-ягодный	кКал-25.34, Белки-0.08, Жиры-0.06, Угл-6.4
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
25	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5

Итого за Обед кКал-449.2, Белки-16.86, Жиры-17.62,  
Угл-56.44

### Полдник у.

120	Макаронные изделия с тертым сыром	кКал-186.94, Белки-6.52, Жиры-5.95, Угл-26.71
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11

Итого за Полдник у. кКал-258.89, Белки-8.12, Жиры-6.15, Угл-42.7

Итого за день кКал-1 143.05, Белки-33.8, Жиры-35.56,  
Угл-172.66

*Лиса*



## Меню 3-7 НОВОЕ, 1пп

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

134	<i>Каша рисовая вязкая на молоке</i>	кКал-200.36, Белки-3.8, Жиры-5.25, Угл-34.32
5	<i>Масло сливочное</i>	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
30	<i>Батон нарезной</i>	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-27.93, Угл-6.99

**Итого за Завтрак1** кКал-333.34, Белки-6.24, Жиры-9.18,  
Угл-56.68

### Завтрак2

180	<i>Сок фруктовый</i>	кКал-82.8, Белки-0.9, Жиры-0.18, Угл-18.18
-----	----------------------	--

**Итого за Завтрак2** кКал-82.8, Белки-0.9, Жиры-0.18, Угл-18.18

### Обед

25	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания</i>	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
25	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5
205	<i>Щи из свежей капусты со сметаной</i>	кКал-74.96, Белки-1.64, Жиры-4.15, Угл-7.57
70	<i>Гуляш из мяса птицы (филе ЦБ)</i>	кКал-167.18, Белки-9.39, Жиры-13.12, Угл-2.99
134	<i>Каша гречневая вязкая с маслом</i>	кКал-126.54, Белки-4.13, Жиры-3.97, Угл-18.61
200	<i>Кисель плодово-ягодный</i>	кКал-34.75, Белки-0.1, Жиры-0.08, Угл-8.77

**Итого за Обед** кКал-523.43, Белки-19.26, Жиры-21.82,  
Угл-63.19

### Полдник у.

150	<i>Макаронные изделия с тертым сыром</i>	кКал-237.09, Белки-8.32, Жиры-7.81, Угл-33.21
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-27.93, Угл-6.99
25	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания</i>	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75

**Итого за Полдник у.** кКал-330.02, Белки-10.32, Жиры-8.06,  
Угл-53.95

**Итого за день** кКал-1 269.59, Белки-36.72, Жиры-39.24,  
Угл-192



## Меню 1,5-3 НОВОЕ, 1ср

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

134	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	кКал-173.67, Белки-5.24, Жиры-6.57, Угл-23.29
5	Масло сливочное	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
30	Батон нарезной	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99

**Итого за Завтрак1** кКал-298.67, Белки-7.68, Жиры-10.5, Угл-43.65

### Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
-----	--	---------------------------------------

**Итого за Завтрак2** кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1

### Обед

40	Маринад овощной без томата	кКал-53.63, Белки-0.63, Жиры-4.06, Угл-3.54
155	Свекольник со сметаной	кКал-77.68, Белки-1.54, Жиры-3.36, Угл-10.25
120	Плов из мяса птицы	кКал-285.62, Белки-11.47, Жиры-15.44, Угл-25.15
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2

**Итого за Обед** кКал-532.88, Белки-16.84, Жиры-23.26, Угл-64.13

### Полдник у.

150	Суп молочный с макаронными изделиями	кКал-99.19, Белки-3.62, Жиры-3.47, Угл-13.2
50	Булочка молочная	кКал-147.4, Белки-4.9, Жиры-1.36, Угл-28.9
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
120	Яблоко	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84

**Итого за Полдник у.** кКал-413.14, Белки-11, Жиры-5.56, Угл-79.68

**Итого за день** кКал-1 322.69, Белки-38.72, Жиры-42.52, Угл-196.56





## Меню 3-7 НОВОЕ, 1ср

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

134	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	кКал-173.67, Белки-5.24, Жиры-6.57, Угл-23.29
30	Батон нарезной	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
200	Чай с сахаром	кКал-27.93, Угл-6.99

Итого за Завтрак1 кКал-273.6, Белки-7.64, Жиры-6.87, Угл-45.58

### Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
-----	--	---------------------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1

### Обед

40	Маринад овощной без томата	кКал-53.63, Белки-0.63, Жиры-4.06, Угл-3.54
205	Свекольник со сметаной	кКал-100.86, Белки-2, Жиры-4.23, Угл-13.62
150	Плов из мяса птицы	кКал-356.62, Белки-14.33, Жиры-19.29, Угл-31.36
200	Чай с сахаром	кКал-27.93, Угл-6.99
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
25	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5

Итого за Обед кКал-659.04, Белки-20.96, Жиры-28.08, Угл-80.76

### Полдник у.

50	Булочка молочная	кКал-147.4, Белки-4.9, Жиры-1.36, Угл-28.9
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
180	Суп молочный с макаронными изделиями	кКал-118.61, Белки-4.35, Жиры-4.14, Угл-15.8
200	Чай с сахаром	кКал-27.93, Угл-6.99

Итого за Полдник у. кКал-358.94, Белки-11.25, Жиры-5.75, Угл-65.44

Итого за день кКал-1 369.58, Белки-43.05, Жиры-43.9, Угл-200.88



## Меню 1,5-3 НОВОЕ, 1чт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

134	Каша манная молочная вязкая с маслом	кКал-168.32, Белки-4.68, Жиры-5.1, Угл-25.78
5	Масло сливочное	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
30	Батон нарезной	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99

Итого за Завтрак1 кКал-293.32, Белки-7.12, Жиры-9.03,  
Угл-46.14

### Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
-----	--	---------------------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1

### Обед

40	Винегрет овощной	кКал-40.91, Белки-0.57, Жиры-2.6, Угл-3.79
150	Суп-лапша	кКал-85.82, Белки-2.02, Жиры-3.26, Угл-12.05
60	Мясо птицы, припущенное с овощами	кКал-160.94, Белки-9.56, Жиры-11.94, Угл-3.83
123	Макаронные изделия отварные с маслом	кКал-164.98, Белки-5.06, Жиры-2.89, Угл-29.65
150	Компот из свежих плодов	кКал-40.35, Белки-0.12, Жиры-0.12, Угл-9.7
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2

Итого за Обед кКал-589, Белки-20.53, Жиры-21.21, Угл-79.22

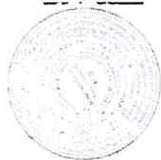
### Полдник у.

103	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	кКал-140.48, Белки-4.11, Жиры-3.95, Угл-21.33
90	Омлет натуральный	кКал-136.61, Белки-9.46, Жиры-10.21, Угл-1.69
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11

Итого за Полдник у. кКал-349.04, Белки-15.17, Жиры-14.36,  
Угл-39.01

Итого за день кКал-1 309.36, Белки-46.02, Жиры-47.8,  
Угл-173.47

*Лиса*



## Меню 3-7 НОВОЕ, 1чт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

134	<i>Каша манная молочная вязкая с маслом</i>	кКал-168.32, Белки-4.68, Жиры-5.1, Угл-25.78
30	<i>Батон нарезной</i>	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-27.93, Угл-6.99

Итого за Завтрак1 кКал-268.25, Белки-7.08, Жиры-5.4, Угл-48.07

### Завтрак2

100	<i>Кисломолочный продукт для детского питания</i>	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
-----	---	---------------------------------------

Итого за Завтрак2 кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1

### Обед

40	<i>Винегрет овощной</i>	кКал-40.91, Белки-0.57, Жиры-2.6, Угл-3.79
60	<i>Мясо птицы, припущенное с овощами</i>	кКал-160.94, Белки-9.56, Жиры-11.94, Угл-3.83
180	<i>Суп-лапша</i>	кКал-101.6, Белки-2.38, Жиры-3.91, Угл-14.18
134	<i>Макаронные изделия отварные с маслом</i>	кКал-183.69, Белки-5.49, Жиры-3.67, Угл-32.13
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-27.93, Угл-6.99
25	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания</i>	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
25	<i>Хлеб ржано-пшеничный для детского питания</i>	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5

Итого за Обед кКал-635.07, Белки-22, Жиры-22.62, Угл-86.17

### Полдник у.

103	<i>Каша пшеничная молочная вязкая с маслом</i>	кКал-140.48, Белки-4.11, Жиры-3.95, Угл-21.33
90	<i>Омлет натуральный</i>	кКал-136.61, Белки-9.46, Жиры-10.21, Угл-1.69
200	<i>Чай с сахаром</i>	кКал-27.93, Угл-6.99
25	<i>Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания</i>	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75

Итого за Полдник у. кКал-370.02, Белки-15.57, Жиры-14.41, Угл-43.76

Итого за день кКал-1 351.34, Белки-47.85, Жиры-45.63, Угл-187.1





## Меню 1,5-3 НОВОЕ, 1пт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

134	Каша молочная "Дружба"	кКал-159.63, Белки-4.23, Жиры-5.59, Угл-22.92
5	Масло сливочное	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
30	Батон нарезной	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99

Итого за Завтрак1 кКал-284.63, Белки-6.67, Жиры-9.52,  
Угл-43.28

### Завтрак2

120	Яблоко	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84
-----	--------	---

Итого за Завтрак2 кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84

### Обед

150	Суп картофельный с горохом	кКал-88.66, Белки-3.67, Жиры-2.79, Угл-12.18
60	Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	кКал-170.8, Белки-8.2, Жиры-5.1, Угл-22.2
120	Картофельное пюре	кКал-127.52, Белки-3.02, Жиры-4.24, Угл-19.29
150	Компот из смеси сухофруктов	кКал-57.45, Белки-0.33, Жиры-0.07, Угл-14.86
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11
20	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-44, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-9.2

Итого за Обед кКал-540.43, Белки-18.42, Жиры-12.6,  
Угл-88.73

### Полдник у.

120	Плов из мяса птицы	кКал-285.62, Белки-11.47, Жиры-15.44, Угл-25.15
150	Чай с сахаром	кКал-19.95, Угл-4.99
20	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-52, Белки-1.6, Жиры-0.2, Угл-11

Итого за Полдник у. кКал-357.57, Белки-13.07, Жиры-15.64,  
Угл-41.14

Итого за день кКал-1264.23, Белки-38.64, Жиры-38.24,  
Угл-191.99

*Лиса*



## Меню 3-7 НОВОЕ, 1пт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

### Завтрак1

134	Каша молочная "Дружба"	кКал-159.63, Белки-4.23, Жиры-5.59, Угл-22.92
5	Масло сливочное	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
30	Батон нарезной	кКал-72, Белки-2.4, Жиры-0.3, Угл-15.3
200	Чай с сахаром	кКал-27.93, Угл-6.99

Итого за Завтрак1 кКал-292.61, Белки-6.67, Жиры-9.52,  
Угл-45.28

### Завтрак2

120	Яблоко	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84
-----	--------	---

Итого за Завтрак2 кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84

### Обед

180	Суп картофельный с горохом	кКал-106.58, Белки-4.4, Жиры-3.37, Угл-14.62
70	Рыба запеченная с овощами (филе минтая)	кКал-80.44, Белки-7.37, Жиры-4.49, Угл-2.53
130	Картофельное пюре	кКал-138.52, Белки-3.27, Жиры-4.63, Угл-20.9
200	Чай с сахаром	кКал-27.93, Угл-6.99
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75
25	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	кКал-55, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-11.5

Итого за Обед кКал-473.47, Белки-19.04, Жиры-12.99,  
Угл-70.29

### Полдник у.

150	Плов из мяса птицы	кКал-356.62, Белки-14.33, Жиры-19.29, Угл-31.36
200	Чай с сахаром	кКал-27.93, Угл-6.99
25	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	кКал-65, Белки-2, Жиры-0.25, Угл-13.75

Итого за Полдник у. кКал-449.55, Белки-16.33, Жиры-19.54,  
Угл-52.1

Итого за день кКал-1 297.23, Белки-42.52, Жиры-42.53,  
Угл-186.51

