

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "18" марта 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины С	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.		
<b>1 ДЕНЬ</b>							
<i>Завтрак</i>							
Яйцо вареное	1шт	5,1	4,6	0,3	63	0	10,4
Икра кабачковая	60	0,9	2,74	3,7	43,02	1,77	16,13
Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	15,9	80	0	2,56
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
Чай с сахаром, лимоном	200/10/	0,3	0,1	9,5	40	1	3,25
Итого завтрак		9,07	12,02	29,45	263,52	2,77	37,19
<i>2-ой завтрак</i>							
Сок фруктовый в ассортименте	180	1	0	21,2	88	2	23,18
Итого 2 завтрак		1	0	21,2	88	2	23,18
<i>Обед</i>							
Борщ вегетарианский мелкошинкованный со сметаной	200	2,19	4,76	10,94	95,4	14,22	10,21
Котлета "Пермская"	80	12,8	12,4	9,6	202,4	0	51,88
Картофель отварной с маслом	150/5	3	5,1	18,5	132,6	5,6	17,46
Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	25,2	127,2	0	4,0
Компот из сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0,18	4,32
Итого обед		24,43	23,15	103,53	721,2	22	111,04
<i>Полдник</i>							
Молоко кипяченое	180	5,76	6	10,68	93,6	2,76	14,73
Печенье сдобное	40	0,39	0,28	32,3	234,6	0	10,47
Итого полдник		6,15	6,28	42,98	328,2	2,76	25,2
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>30,58</b>	<b>29,43</b>	<b>146,51</b>	<b>1049,4</b>	<b>24,76</b>	<b>136,24</b>

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с. Легокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "18" марта 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины С	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.		
<b>2 ДЕНЬ</b>							
<i>Завтрак</i>							
Каша вязкая молочная рисовая	200/5	6	6,7	50,9	333	0	17,71
Сыр российский	15	3,9	4	0	52,9	0,08	11,90
Хлеб пшеничный	40	3,3	0,5	16,8	84,6	0	2,66
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
Чай с сахаром	200/10	0,2	0,1	9,3	38	0	1,85
Итого завтрак:		13,65	15,5	86,35	584	0,08	40,39
<i>2-ой завтрак</i>							
Яблоки свежие	75	0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
Итого 2 завтрак		0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
<i>Обед</i>							
Суп картофельный с лапшой домашней	200	2,1	4,4	19,36	132	0	6,92
Биточки из птицы	80	13,6	14,88	15,36	254,4	0	27,28
Рагу из овощей	150	2,29	11	14,44	166	8,67	13,86
Хлеб пшеничный	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
Кисель из яблок свежих	180	0,18	0,18	21,42	88,2	0,72	5,89
Итого обед:		20,56	26,82	75,36	632,2	9,39	50,95
<i>Полдник</i>							
Чай с молоком	200	1,4	1,6	10,7	91	0	5,72
Булочка "Домашняя"	50	3,75	6,6	30,4	196	0	4,76
Итого полдник		5,15	8,2	41,1	287	0	10,48
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>41,49</b>	<b>54,82</b>	<b>220,75</b>	<b>1627,8</b>	<b>15,1</b>	<b>116,25</b>

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "19" марта 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины С	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.		
<b>3 ДЕНЬ</b>							
<i>Завтрак</i>							
Запеканка из творога со сгущеным молоком	120/10	24,048	10,08	39,6	348	0	59,34
Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,6	0,63	10,05
Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	15,9	80	0	2,56
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
<b>Итого завтрак:</b>		<b>29,79</b>	<b>17,27</b>	<b>67,97</b>	<b>550,1</b>	<b>0,63</b>	<b>76,8</b>
<i>2-ой завтрак</i>							
Напиток овощной в ассортименте	180	0,6	0	31	82	12	22,77
<b>Итого 2 завтрак</b>		<b>0,6</b>	<b>0</b>	<b>31</b>	<b>82</b>	<b>12</b>	<b>22,77</b>
<i>Обед</i>							
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	200/5	2,88	4,08	16,16	113,2	9,6	10,2
Котлеты из говядины	80	15,82	17,77	18,08	265,43	0	50,14
Макароны отварные с маслом	130	3,8	4,6	31,7	195	0	9,9
Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	25,2	127,2	0	3,99
Компот из свежих яблок	180	0,18	0	32,22	122,4	4,86	6,62
<b>Итого обед:</b>		<b>25,12</b>	<b>23,21</b>	<b>140,58</b>	<b>838,43</b>	<b>40,72</b>	<b>80,68</b>
<i>Полдник</i>							
Напиток из плодов шиповника	180	0,18	0	27	122,4	9	5,02
Булочка "Умница" йод	50	1,75	2,8	14,7	91	0	11,52
<b>Итого полдник</b>		<b>1,93</b>	<b>2,8</b>	<b>41,7</b>	<b>213,4</b>	<b>9</b>	<b>16,54</b>
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>59,90</b>	<b>47,32</b>	<b>264,03</b>	<b>1668,7</b>	<b>36,09</b>	<b>196,96</b>

УТВЕРЖДАЮ  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с. Девюкумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "20" марта 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины С	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.		
<b>4 ДЕНЬ</b>							
<i>Завтрак</i>							
Каша манная молочная жидкая	200/5	9,1	11,3	43,4	410	0	14,82
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
Хлеб пшеничный	40	3,3	0,5	16,8	84,6	0	2,66
Чай с лимоном и сахаром	200/7/1	0,3	0,1	9,5	40	1	3,25
<b>Итого завтрак:</b>		<b>7,25</b>	<b>5,3</b>	<b>52,65</b>	<b>286,7</b>	<b>2</b>	<b>14,83</b>
<i>2-ой завтрак</i>							
Яблоки свежие	75	0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
<b>Итого 2 завтрак</b>		<b>0,23</b>	<b>0</b>	<b>7,88</b>	<b>30,42</b>	<b>5,63</b>	<b>8,93</b>
<i>Обед</i>							
Суп картофельный с бобовыми	200	6,4	4,4	18,56	137	0,8	7,63
Тефтели рыбные с соусом	80/50	11,4	9,4	14,6	184	0,7	32,56
Рис припущенный	150	3,64	4,3	32	200	0	10,42
Хлеб пшеничный	60	60	4,9	0,8	25,2	0,018	0,66
Напиток из плодов шиповника	180	0,18	0	27	122,4	9	5,02
<b>Итого обед:</b>		<b>75,5</b>	<b>18,66</b>	<b>75,36</b>	<b>537</b>	<b>10,918</b>	<b>53,94</b>
<i>Полдник</i>							
Молоко кипяченое	180	5,76	6	10,68	93,6	2,76	14,73
Пряники в ассортимен.	40	2,36	1,88	24	146,4	0	8,17
<b>Итого полдник</b>		<b>8,12</b>	<b>7,88</b>	<b>34,68</b>	<b>240</b>	<b>2,76</b>	<b>22,9</b>
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>83,62</b>	<b>26,54</b>	<b>110,04</b>	<b>777</b>	<b>13,678</b>	<b>76,84</b>

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) "21" марта 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины С	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.		
<b>5 ДЕНЬ</b>							
<i>Завтрак</i>							
Сырники из творога со сгущенным молоком	100/10	15,26	9,8	23,2	179	4,8	48,71
Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	15,9	80	0	2,56
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	1,85
<b>Итого завтрак:</b>		<b>18,23</b>	<b>14,48</b>	<b>48,45</b>	<b>334,5</b>	<b>4,8</b>	<b>57,97</b>
<i>2-ой завтрак</i>							
Яблоки свежие	75	0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
<b>Итого 2 завтрак</b>		<b>0,23</b>	<b>0</b>	<b>7,88</b>	<b>30,42</b>	<b>5,63</b>	<b>8,93</b>
<i>Обед</i>							
Суп картофельный с вермишелью	200	2,15	2,26	13,71	83,8	6,6	6,94
Котлета из говядины	200/5	15,82	17,77	18,08	265,43	0	50,14
Каша пшеничная рассыпчатая	150/5	6,8	4,9	42,6	224	0	8,3
Хлеб пшеничный	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
Компот из сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0,18	3,76
<b>Итого обед:</b>		<b>27,65</b>	<b>23,52</b>	<b>103,87</b>	<b>688,63</b>	<b>1,38</b>	<b>71,4</b>
<i>Полдник</i>							
Кефир	180	5	5,8	7,4	101,7	1,26	17,95
Крендель сахарный	50	3,5	5,6	29,4	182	0	6,07
<b>Итого полдник</b>		<b>8,5</b>	<b>11,4</b>	<b>36,8</b>	<b>283,7</b>	<b>1,26</b>	<b>24,02</b>
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>56,76</b>	<b>51,66</b>	<b>209,775</b>	<b>1421,1</b>	<b>18,47</b>	<b>164,54</b>

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Лёвокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) 29 марта 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины С	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.		
<b>6 ДЕНЬ</b>							
<i>Завтрак</i>							
Омлет натуральный с маслом сливочным	106/5	10,6	21,2	16,4	279,9	0	31,88
Хлеб пшеничный	40	3,3	0,5	16,8	84,6	0	2,66
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
Чай с сахаром и лимоном	200/10/	0,3	0,1	9,5	40	1	3,25
Итого завтрак:		14,25	25,9	42,75	442	2,28	42,64
<i>2-ой завтрак</i>							
Мандарины свежие	75	0,78	0	20,4	76	0,8	10,8
Итого 2 завтрак		0,78	0	20,4	76	0,8	10,8
<i>Обед</i>							
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/5	1,39	3,91	6,78	67,8	14,77	8,05
Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом	80/50	10,91	12,53	13,79	212	0,61	48,6
Каша гречневая	150/5	6,7	10,6	49,8	312	0	9,91
Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	25,2	127,2	0	3,99
Кисель из яблок свежих	180	0,18	0,18	21,42	88,2	0,72	5,89
Итого обед:		24,08	28,02	116,9	807,2	16,1	76,44
<i>Полдник</i>							
Чай с молоком	200	1,4	1,6	10,7	91	0	5,72
Печенье сдобное	40	0,39	0,28	32,3	234,6	0	10,47
Итого полдник		1,79	1,88	43	325,6	0	16,19
ИТОГО за день:		40,9	55,8	223,14	1650,8	19,18	146,07

УТВЕРЖДАЮ  
 заведующая МБДОУ детского сада №  
 18 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателенская  
 приказ № Г-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) 25 марта 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины С	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.		
<b>7 ДЕНЬ</b>							
<i>Завтрак</i>							
Суп молочный с макаронными изделиями	200/3	3,4	3,82	16,56	114,2	2,28	16,06
Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	15,9	80	0	2,56
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
Чай с сахаром	180	0,2	0,1	9,3	38	0	1,85
Итого завтрак:		6,37	8,5	41,81	269,7	0	1,85
<i>2-ой завтрак</i>							
Яблоки свежие	75	0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,9
Итого 2 завтрак		0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
<i>Обед</i>							
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,36	3,92	11,68	88	0	9,01
Зразы рыбные рубленые с яйцом	80	12,2	14,93	8,8	204	2,43	26,04
Картофель отварной с	150/5	3	5,1	18,5	132,6	5,6	17,46
Хлеб пшеничный	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
Компот из сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0,18	4,32
Итого обед:		21,59	24,8	81,21	623,8	8,21	60,75
<i>Полдник</i>							
Молоко кипяченое	180	5,76	6	10,68	93,6	2,76	14,73
Сдоба обыкновенная	50	4	2,6	24	148	0	3,35
Итого полдник		9,76	8,6	34,68	241,6	2,76	18,08
ИТОГО за день:		37,95	41,9	165,58	1165,5	18,88	113,8



УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) 26 марта 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины С	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.		
<b>8 ДЕНЬ</b>							
<i>Завтрак</i>							
Каша пшеничная молочная вязкая с маслом и сахаром	200/5	8,6	8,2	45	300	0	15,62
Хлеб пшеничный	40	3,3	0,5	16,8	84,6	0	2,66
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	0	1,85
Итого завтрак:		12,15	12,9	71,15	460,1	0	24,98
<i>2-ой завтрак</i>							
Напиток овощной в ассортименте	180	0,6	0	31	82	12	22,77
Итого 2 завтрак		0,6	0	31	82	12	22,77
<i>Обед</i>							
Суп из овощей	200	1,4	3,94	11,4	86,6	9	7,82
Плов из птицы	80/160	21,9	24,35	45,85	459	0,06	43,2
Хлеб пшеничный	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
Компот из свежих яблок	180	0,18	0	32,22	122,4	4,86	6,62
Итого обед:		27,58	28,99	110,47	774	13,92	60,97
<i>Полдник</i>							
Кефир	180	5	5,8	7,4	101,7	1,26	17,95
Пирожок печеный с повидлом	50	3,53	4,8	48,67	81,3	0	5,34
Итого полдник		8,53	10,6	56,07	183	1,26	23,29
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>48,86</b>	<b>52,49</b>	<b>268,69</b>	<b>1499,1</b>	<b>27,18</b>	<b>132,1</b>



УТВЕРЖДАЮ  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) 27 марта 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины С	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.		
<b>9 ДЕНЬ</b>							
<i>Завтрак</i>							
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом	200/5	8,6	11,4	47,1	325	0	15,94
Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	15,9	80	0	2,56
Сыр российский	15	3,9	4	0	52,9	0,08	11,90
Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,5	13,6	79,2	0,63	8,94
Итого завтрак:		17,74	18,38	76,6	537,1	0,71	39,34
<i>2-ой завтрак</i>							
Бананы свежие	75	0,26	0	10,6	54,2	5,3	10,62
Итого 2 завтрак		0,26	0	10,6	54,2	5,3	10,62
<i>Обед</i>							
Суп картофельный с клецками	200	3	3,28	13,52	95,76	4,6	8,15
Котлеты из говядины	80	15,82	17,77	18,08	265,43	0	50,14
Капуста тушеная	150	3,13	5,56	14,38	120	24,99	14,89
Хлеб пшеничный	30	2,45	0,4	12,2	63,6	0	2
Хлеб ржаной	30	2,04	0,36	11,94	60	0	1,92
Напиток из плодов шиповника	180	0,18	0	27	122,4	9	5,02
Итого обед:		26,62	27,37	97,12	727,19	38,59	82,12
<i>Полдник</i>							
Ряженка	180	5	5,8	6,8	99	0,6	18,93
Коржик молочный	50	3,26	5,62	27	187,33	0,03	5,12
Итого полдник		8,26	11,42	33,8	286,33	0,63	24,05
ИТОГО за день:		52,88	57,17	218,17	1604,8	45,23	156,13

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с. Легокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) 28 марта 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины С	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.		
<b>10 ДЕНЬ</b>							
<i>Завтрак</i>							
<b>Оладьи с повидлом</b>	120/10	9,06	8,1	65	350	0,5	8,16
<b>Масло сливочное</b>	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
<b>Хлеб пшеничный</b>	40	3,3	0,5	16,8	84,6	0	2,66
<b>Чай с лимоном</b>	200/7	0,13	0,02	11,3	45,6	3,14	3,25
<b>Итого завтрак:</b>		12,54	12,72	93,15	517,7	3,64	18,92
<i>2-ой завтрак</i>							
<b>Яблоки свежие</b>	75	0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,9
<b>Итого 2 завтрак</b>		0,23	0	7,88	30,42	5,63	8,93
<i>Обед</i>							
<b>Суп картофельный с крупой</b>	200	1,76	2,26	16,46	93,2	6,6	6,26
<b>Котлеты рыбные</b>	80	11,84	15,04	9,28	219,2	0	28,19
<b>Картофель отварной с маслом</b>	150/5	3	5,1	18,5	132,6	5,6	17,46
<b>Хлеб пшеничный</b>	50	4,1	0,7	21	106	0	3,33
<b>Компот из сухофруктов</b>	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0,18	4,32
<b>Итого обед:</b>		21,24	23,19	83,33	626,6	12,38	59,56
<i>Полдник</i>							
<b>Кефир</b>	180	5	5,8	7,4	101,7	1,26	17,95
<b>Пряники в ассорти</b>	40	2,36	1,88	24	146,4	0	8,17
<b>Итого полдник</b>		7,36	7,68	31,4	248,1	1,26	26,12
<b>ИТОГО за день:</b>		41,37	43,59	215,76	1422,8	22,91	113,53

УТВЕРЖДАЮ:  
 заведующая МБДОУ детского сада №18  
 "Родничок" с.Левокумка  
 Р.А. Кателевская  
 приказ № 1-ОД от 09.01.2025г.



Ежедневное меню для детей от 3-х до 7-ми лет (сад) 31 марта 2025г.

Наименование блюд и кулинарных изделий	Выход блюда, г	Химический состав блюд				Витамины	Цена, руб.
		Белки, г	Жиры, г	Углев. г	Энерг. ценн. Ккал.	С	
<b>1 ДЕНЬ</b>							
<i>Завтрак</i>							
Яйцо вареное	1шт	5,1	4,6	0,3	63	0	10,4
Икра кабачковая	60	0,9	2,74	3,7	43,02	1,77	16,13
Хлеб ржаной	40	2,72	0,48	15,9	80	0	2,56
Масло сливочное	5	0,05	4,1	0,05	37,5	0	4,85
Чай с сахаром, лимоном	200/10/	0,3	0,1	9,5	40	1	3,25
<b>Итого завтрак</b>		<b>9,07</b>	<b>12,02</b>	<b>29,45</b>	<b>263,52</b>	<b>2,77</b>	<b>37,19</b>
<i>2-ой завтрак</i>							
Сок фруктовый в ассортименте	180	1	0	21,2	88	2	23,18
<b>Итого 2 завтрак</b>		<b>1</b>	<b>0</b>	<b>21,2</b>	<b>88</b>	<b>2</b>	<b>23,18</b>
<i>Обед</i>							
Борщ вегетарианский мелкошинкованный со сметаной	200	2,19	4,76	10,94	95,4	14,22	10,21
Котлета "Пермская"	80	12,8	12,4	9,6	202,4	0	51,88
Картофель отварной с маслом	150/5	3	5,1	18,5	132,6	5,6	17,46
Хлеб пшеничный	60	4,9	0,8	25,2	127,2	0	4,0
Компот из сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,6	0,18	4,32
<b>Итого обед</b>		<b>24,43</b>	<b>23,15</b>	<b>103,53</b>	<b>721,2</b>	<b>22</b>	<b>111,04</b>
<i>Полдник</i>							
Молоко кипяченое	180	5,76	6	10,68	93,6	2,76	14,73
Печенье сдобное	40	0,39	0,28	32,3	234,6	0	10,47
<b>Итого полдник</b>		<b>6,15</b>	<b>6,28</b>	<b>42,98</b>	<b>328,2</b>	<b>2,76</b>	<b>25,2</b>
<b>ИТОГО за день:</b>		<b>30,58</b>	<b>29,43</b>	<b>146,51</b>	<b>1049,4</b>	<b>24,76</b>	<b>136,24</b>