

2 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							№	Сборник	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																				
Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом	185	6	9	32	232	0,02		30	0,26	0,05	18,36	2,74	28,87	0,43	21,95	120,08			134	2015
Сыр порциями	10	3	1	22	24	0,16	25,96	25,91	0,09	0,13	48,21	33,14	98,23	1,37	757,29	75,31	0,04			
Масло сливочное порциями	10	0	7	0	67	0,06	0,14	63,1	0,24	0,08	183,79	12,26	130,95	0,57	58,33	11,58	0,01	2,9		
Батон йодированный	30	2	1	15	91	0,05				0,02	6,6	9,9	25,5	0,6	39,3	1,08				
Чай с сахаром	180			5	20		0,1			0,01	5,15	4,4	8,24	0,82	25,1				377	2015
Итого за Завтрак	415	11	18	74	430	0,2	26,1	119,0	0,6	0,3	250,4	48,1	258,1	2,4	837,6	207,0	0			
2 завтрак																				
Напиток кисло-молочный	180	5	5	7	87	0,04	13			0,03	20,8	11,7	14,3	2,86	361,4	2,6	0,01			
Кондитерское изделие	17	1	3	11	57	0,04	13			0,03	20,8	11,7	14,3	2,86	361,4	2,6	0,01		151	2015
Обед																				
Распльник ленинградский со свиной и сметаной	220	5	5	18	138	0,12	13,56	0,9		0,34	24,6	23,75	81,01	1,21	411,59	68,32	0,04	0,06	73	2015
Котлета рыбная	75	14	11	9	188	0,04		30	0,26	0,07	17,88	14,01	66,92	1,3	58,54	60,02			тпк	
Картофельное пюре	130	3	5	22	148	0,16	25,96	25,91	0,09	0,13	48,21	33,14	98,23	1,37	757,29	75,31	0,04		312	2015
Хлеб ржаной	50	3	0,5	17	97	0,04				0,02	3,6	3,8	17,4	0,6	27,2	1,12				
Напиток из шиповника с изюмом	180	1		30	126		0,2	36		0,02	11,4	6,4		0,54	233			0,44	348	2015
Итого за Обед	655	26	22	96	697	0,4	39,7	92,8	0,4	0,6	105,7	81,1	263,6	5,2	1485,6	204,8	0,1	0,5		
Уплотненный полдник																				
Омлет натуральный с зеленым горошком	150/20	14	16	6	344	0,05	7,00			0,06	40,60	24,80	36,40	5,60	457,00	3,40	0,01		79	2015
Чай с сахаром	185	0	0	20	80	0,04	13			0,03	20,8	11,7	14,3	2,86	361,4	2,6	0,01		122	2015
Батон йодированный	30	2	1	15	91	0,05				0,02	6,6	9,9	25,5	0,6	39,3	1,08				
Итого за Полдник	365	5	14	48	396	0,12	13,14	63,1	0,24	0,13	218,59	31,96	159,25	6,23	659,73	16,18	0,02	2,9		
Итого за день	1632	61	69	272	2182	0,5	65,9	155,9	0,6	0,7	345,1	124,8	437,1	14,3	2506,8	223,6	0,1	3,4		

3 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетик	Витамины					Минеральные вещества							№	Сборки		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мд, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	F, мг			Se, мг	
Завтрак																					
Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	185	5	8	21	155	0,05	0,2	200		0,3	64	10	140	1,6	123,2				189	2015	
Какао с молоком	180	4	5	14	114	0,7	0,2	4,8	0,07	0,07	50	10,9	66,6	0,5	115	32,6			тпк		
Масло сливочное порциями	10	0	7	0	67	0,02	0,25	0,02	0,01	0,1	76,7	8,5	55	0,05	91,3	1,18	0,01				
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15	91		2,1			0,01	7,25	5	9,34	0,87	33,4						
Итого за Завтрак	405	11	19	50	427	0,8	2,8	204,8	0,1	0,5	198,0	34,4	270,9	3,0	362,9	33,8	0,0				
2 завтрак																					
Сок	200			20	88	0,02	13			0,02	14,0	8,0	14,0	2,86	240,0	2,0	0,00				
Обед																					
Борщ с картофелем и сметаной на мясном бульоне	220	4	8	13	140	0,20	19,29	1,3	0,01	0,50	61,60	47,00	245,00	1,90	341,01	86,37	0,03	0,07	82	2015	
Гуляш из отварного мяса	35/35	7	8	2	104	0,12	13,56	0,86		0,34	24,57	23,75	81,01	1,21	411,59	88,32	0,04	0,06	277	2015	
Каша гречневая рассыпчатая	130	7	4	34	236	0,31		21	0,08	0,15	20,47	138,84	209,06	4,9	264,1	80,48	0,01	0,01	302	2015	
Напиток из смеси сухофруктов	180	0	0	17	70	0,18	30	20,06	0,08	0,11	41,96	36,04	93,75	1,71	845,88	287,5	0,05		126	2015	
Хлеб ржаной	50	3	0,5	15	97	0,04															
Итого за Обед	650	23	17	81	610	0,9	62,9	43,2	0,2	1,1	152,2	249,4	646,2	10,5	1889,8	503,8	0,1	0,1			
Уплотненный полдник																					
647																					
Макароны отварные с сыром	140	10	6	69	370	0,11		21	0,08	0,03	23	11	61	1,1	1	100			309	2015	
Плюшка с сахаром	50	3	7	41	239	0,04	13,00			0,03	20,8	12,00	14,3	2,86	361,40	2,60	0,01				
Чай с сахаром	185	0	0	5	20																
Итого за Полдник	373	13	13	115	629	0,13	7,02	19,4	0,12	0,1	79,5	33,37	97,1	6,19	518,13	29,65	0,02	0,44			
Итого за день	1628	47	49	266	1746	1,8	69,8	267,4	0,4	1,7	417,0	317,2	1014,3	19,7	2806,3	567,2	0,2	0,6			

4 день, 1 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества							№ рецеп-	Сборник		
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг	
Завтрак																					
Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	185	21	10	40	230	0,07	0,86	37,76	0,26	0,23	153,69	24,18	148,34	0,85	213,45	6,01	0,01			223	2015
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15	91		2,1			0,01	7,25	5	9,34	0,87	33,4						
Чай с молоком с сахаром	180	3	3	22	127		0,1			0,01	5,15	4,4	8,24	0,82	25,1					359	2015
Сыр порц	10	3	1	22	24	0,16	26,0	25,91	0,09	0,13	48,21	33,1	98,23	1,37	757,3	75,31	0,04				
Масло сливочное порциями	10	0	7	0	67	0,02	0,25	0,02	0,01	0,1	76,7	8,5	55	0,05	91,3	1,18	0,01				
Итого за Завтрак	405	29	22	99	531	0,16	13,96	37,76	0,26	0,29	186,88	50,84	198,08	5,17	641,87	9,76	0,02				
2 завтрак																					
Напиток кисло-молочный	180	5	5	7	87	0,04	13			0,03	20,8	11,7	14,3	2,86	361,4	2,6	0,01				
Обед																					
Суп картофельный с яйцом на курином бульоне	220	6	3	16	143	0,09	1,36	0,29		0,37	21,0	11,74	52,60	1,01	93,37	71,95	0,03	0,07	111	2015	
Рагу из овощей с курой отварной	200	19	14	37	350	0,25	26,00	41,10	0,28	0,23	59,00	55,40	239,00	2,90	875,60	273,00	0,12	0,02	496	2015	
Компот из ягод с/м	180			21	89		3,2				3,24	1,44	6,6	0,06	14,82	0,04			342	2015	
Хлеб ржаной	50	3	0,5	15	97	0,04				0,02	3,6	3,8	17,4	0,8	27,2	1,12					
Итого за Обед	650	28	18	89	685	0,4	30,6	41,4	0,3	0,6	86,8	72,4	315,6	4,8	1011,0	346,1	0,2	0,1			
Уплотненный полдник																					
Ежики мясные со сметанным соусом	170	14	12	27	272	0,05	2,38	2	0,12	0,05	20,71	12,33	58,0	0,89	124,28	37	0,01	4,33	793	2015	
Кукуруза консервированная	20	1	0	2	12	0,03	7			0,04	26,60	16,80	22,4	2,80	217,00	1	0,01				
Чай с сахаром	185	0	0	5	20															2015	
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15	91	0,04	13,0			0,03	20,80	12	14,30	2,66	361,4	2,6	0,01				
Итого за Полдник	405	17	23	57	395	0,34	26	21,00	0,08	0,09	64,52	28,73	82,7	6,32	671,47	36,31	0,02				
Итого за день	1640	79	68	252	1767	0,9	70,5	100,2	0,6	1,0	338,0	152,0	596,4	16,3	2324,3	392,2	0,2	0,1			

5 день, 1 недели

40,83 94,7

6,55

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						№	Сборник	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		B1, мг	С, мг	А, мкг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																				
Каша манная с маслом	185	7	9	21	187	0,10	1,0	28,00	0,20	0,10	26,00	27,00	171,20	1,70	182,10	35,60	0,1	0,01	133	2015
Кофейный напиток витаминизированный с молоком	180	2	2	22	119	0,36	22,9	150,5	1,85	0,52	125,42	31	116,2	0,98	164,25	9		359	2015	
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15	91		2,1			0,01	7,25	5	9,34	0,87	33,4					
Масло сливочное порциями	10	0	7	0	67	0,02	0,25	0,02	0,01	0,1	76,7	8,5	55	0,05	91,3	1,18	0,01			
Итого за Завтрак	445	11	19	58	464	0,5	26,3	176,5	2,1	0,7	235,4	71,5	351,7	3,6	471,1	45,8	0,1			
2 завтрак																				
Фрукт 1 шт	130	1	1	13	61	0,04	13			0,03	20,8	11,7	14,3	2,86	361,4	2,6	0,01			
Обед																				
Щи со свиной и сметаной	220	4	4	10	87	0,08	23,99	8,38	0,01	0,33	42,80	19,55	57,9	1,37	253,62	60,87	0,02	0,06	87	2015
Печень по-строгановски	35/35	10	16	4	290	0,05	1,02	1,34	0,47	0,11	17,9	18,64	139,09	2,07	259,66	72,67	0,01	17,45	280	2015
Рис отварной	130	4	5	40	224	0,04		26,68	0,1	0,03	11,45	27,42	84,38	0,6	65,31	60,76			302	2015
Компот из ягод с/м	180			21	89		3,2				3,24	1,44	6,6	0,06	14,82	0,04			342	2015
Хлеб ржаной	50	3	0,5	15	97	0,04				0,02	3,6	3,8	17,4	0,8	27,2	1,12				
Итого за Обед	650	21	26	90	787	0,2	28,2	36,4	0,6	0,5	79,0	70,9	305,4	4,9	610,6	195,5	0,0	17,5		
Уплотненный полдник																				
Сырники творожные с подливой фруктовой	140/20	23,97	16,61	30	453	0,02				0,02	14	8	14	2,8	240	2			гтк	
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15	91		2,1			0,01	7,25	5	9,34	0,87	33,4					
Чай с сахаром	185			5	20		0,1			0,01	5,15	4,4	8,24	0,82	25,1				377	2015
Итого за Полдник	370	26	27	50	555	0,11	7,14	63,1	0,24	0,14	224,39	37,06	167,35	6,17	515,33	14,98	0,02	2,9		
Итого за день	1595	58	73	209	1867	0,8	61,8	276,0	2,9	1,4	538,8	179,4	824,5	14,7	1597,0	256,2	0,2	20,4		

4 день, 2 недели

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества							№	Сборник	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																				
Кашия пшеница жидкая с маслом	185	7	10	26	225	0,04	0,72	0,01		0,09	15,43	14,43	108,37	1,63	33,88	76,15				
Чай с лимоном и сахаром	180			15	63		2,1			0,01	7,25	5	9,34	0,87	33,4			70	2015	
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15	91		2,1			0,01	7,25	5	9,34	0,87	33,4			377	2015	
Масло сливочное порциями	10	0	7	0	67	0,02	0,25	0,02	0,01	0,1	76,7	6,5	55	0,05	91,3	1,18	0,01			
Сыр порциями	10	3	1	22	24	0,18	25,96	25,91	0,09	0,13	48,21	33,14	98,23	1,37	757,29	75,31	0,04			
Итого за Завтрак	415	12	19	78	470	0,2	31,1	25,9	0,1	0,3	154,8	66,1	280,3	4,8	949,3	152,6				
2 завтрак																				
Напиток кисло-молочный	180	5	5	7	87	0,04	13			0,03	20,8	11,7	14,3	2,86	361,4	2,6	0,01			
Кондитерское изделие	17	1	3	11	57	0,04	13			0,03	20,8	11,7	14,3	2,86	361,4	2,6	0,01			
Итого за 2 завтрак	197	6	8	18	144	0,08	26			0,06	41,6	23,4	28,6	5,72	722,8	5,2	0,02	151	2015	
Обед																				
Суп картофельный с рыбными	220	4	4	16	118	0,04	3,42	1,7		0,05	34,95	25,98	37,68	0,69	136,86	3,42	0,05			
Плов из свинины	200	10	18	4	290	0,05	1,02	1,34	0,47	0,11	17,9	18,64	139,09	2,07	259,66	72,67	0,01	17,45	260	2015
Напиток из смеси с/ф	180	0	0	17	70	0,18	30	20,06	0,08	0,11	41,96	36,04	93,75	1,71	845,66	267,5	0,05		126	2015
Хлеб ржаной	50	3	0,5	15	97	0,04				0,02	3,6	3,8	17,4	0,8	27,2	1,12				
Итого за Обед	650	26	20	101	573	0,3	34,4	23,1	0,6	0,3	94,8	80,7	270,5	4,5	1242,4	363,6	0,1	17,5		
Уплотненный полдник																				
Сырники творожные с молоком сгущенным	140/20	23,97	16,61	30	453	0,02				0,02	14	8	14	2,8	240	2			ттк	
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15	91		2,1			0,01	7,25	5	9,34	0,87	33,4					
Час сахаром	185			5	20		0,1			0,01	5,15	4,4	8,24	0,82	25,1				377	2015
Итого за Полдник	370	26	18	50	555	0,11	7,14	63,1	0,24	0,14	224,39	37,06	167,35	6,17	515,33	14,98	0,02	2,9		
Итого за день	1632	82	74	277	1742	0,6	72,7	112,1	0,9	0,8	474,0	183,8	718,2	15,4	2707,0	531,2	0,1	20,4		

5 день, 2 недели

8

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества							№ рецепта	Сборник	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	F, мг			Se, мг
Завтрак																				
Каша манная молочная жидкая с маслом	185	7	9	21	187	0,10	1,0	26,00	0,20	0,10	26,00	27,00	171,20	1,70	182,10	35,60	0,1	0,01	133	2015
Батон йодированный	30	2,3	0,9	15	91		2,1			0,01	7,25	5	9,34	0,87	33,4					
Сыр порциями	10	3	1	22	24	0,06	0,1	63,1	0,24	0,08	183,79	12	130,95	0,57	58,3	11,58	0,01	2,9		
Масло сливочное порциями	10	0	7	0	67	0,02	0,25	0,02	0,01	0,1	76,7	8,5	55	0,05	91,3	1,18	0,01			
Чай с сахаром	185	0	0	5	20															
Итого за Завтрак	420	12	18	63	389	0,2	3,5	89,1	0,5	0,3	293,7	52,8	366,5	3,2	365,1	48,4	0,1			
2 завтрак																				
Фрукт 1 шт	130	1	1	13	61	0,04	13			0,03	20,8	11,7	14,3	2,86	361,4	2,8	0,01			
Обед																				
Суп полевой на мясном бульоне	220	4	8	13	140	0,20	19,29	10,3	0,01	0,50	61,6	47,00	245,00	1,90	341,01	66,37	0,03	0,07	770	2015
Бефстроганов из отварного мяса	35/35	7	9	2	118	0,12	13,56	0,66		0,34	24,57	23,75	81,01	1,21	411,59	68,32	0,04	0,06	277	2015
Картофельное пюре	130	3	5	22	148	0,16	25,96	25,91	0,1	0,13	48,21	33,14	98,23	1,4	757,29	75,31	0,04		312	2015
Компот из смеси см	180			21	89		3,2				3,24	1,44	6,6	0,06	14,82	0,04			342	2015
Хлеб ржаной	50	3	0,5	15	97	0,04				0,02	3,6	3,8	17,4	0,8	27,2	1,12				
Итого за Обед	650	17	23	73	592	0,5	62,0	37,1	0,1	1,0	141,2	109,1	448,2	5,3	1551,9	231,2	0,1	0,1		
Уплотненный полдник																				
Рыба запеченая в омлете	50/50	17	10	2	150	0,01	0,23	4	0,26	0,03	21,60		66,92	1,3	56,54	60,02	0		тпк	
Рис отварной	130	5	7	52	291	0,04		26,68	0,10	0,03	11,45	27,42	84,38	0,60	55,31	60,76			302	2015
Батон йодированный	20	2,3	0,9	15	78	0,04	13,0			0,03	20,80	12	14,30	2,86	361,4	2,8	0,01			
Чай с сахаром	185	0	0	5	91															
Итого за Полдник	465	20	17	37	528	0,11	7,14	63,1	0,24	0,14	224,39	37,06	167,35	6,17	515,33	14,98	0,02	2,9		
Итого за день	1665	53	58	190	1566	0,8	72,6	189,3	0,8	1,4	659,4	199,0	982,1	14,7	2432,4	294,5	0,3	3,0		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамины					Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	F, мг	Se, мг		
Итого за весь период	662	670	2378	18004	9,1	497,8	5001,2	10,8	11,5	7758,3	1781,7	7263,2	90,4	5986,7	1,3	20,32	0,2		
Среднее значение за период	66,2	67,0	237,8	1800,4	0,9	49,8	500,1	1,1	1,1	775,8	178,2	726,3	9,0	598,7	0,1	2,30	0,02		

Нормативная документация:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания населения

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" под ред. Могильного М.П., Тугальца В.А. 2015 г.

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины						Минеральные вещества						
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мкг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг
Итого за весь период	434	480	2023	14298	7,9	447,8	4498,2	98,9	9,8	4285,3	2218,7	6789,3	89,4	19838,8	3329,5	10,15	0,0178
Среднее значение за период	43,4	48,0	202,3	1429,8	0,8	44,8	449,8	9,9	0,9	428,5	221,9	678,9	8,9	1983,9	333,0	2,30	0,00

Нормативная документация:

СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания населения

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дети плюс" под ред. Мопильного М.П., Тутельяна В.А. 2015 г.

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах под ред. В.Т.Лавчиной 2004г.

Меню Сад

1 день 1 недели	2 день 1 недели	3 день 1 недели	4 день 1 недели	5 день 1 недели	1 день 2 недели	2 день 2 недели	3 день 2 недели	4 день 2 недели	5 день 2 недели
Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак	Завтрак
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 1/185	Каша молочная "Дружба" жидкая с маслом 1/185	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом 1/185	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом 1/185	Каша манная с маслом 1/185	Каша ячневая молочная жидкая с маслом 185	Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом 185	Суп молочный с вермишелью с маслом 185	Каша пшеничная жидкая с маслом 185	Каша манная молочная жидкая с маслом 185
Кофейный напиток с молоком витаминизированный 1/180	Чай с сахаром 1/185	Какао с молоком 1/180	Чай с молоком с сахаром 1/185	Кофейный напиток витаминизированный с молоком 1/180	Чай с молоком и сахаром 1/185	Какао с молоком 1/180	Чай с сахаром 1/185	Чай с лимоном и сахаром 1/185	Чай с сахаром 1/185
Масло сливочное порциями 1/10	Масло сливочное порциями 1/10	Масло сливочное порциями 1/10	Масло сливочное порциями 1/10	Масло сливочное порциями 1/10	Масло сливочное порциями 1/10	Масло сливочное порциями 1/10	Масло сливочное порциями 1/10	Масло сливочное порциями 1/10	Масло сливочное порциями 1/10
Батончик к чаю 1/30	Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30
	Сыр порц. 1/10		Сыр порц. 1/10		Сыр порц. 1/10		Яйцо вареное 1шт	Сыр порциями 1/10	Сыр порциями 1/10
2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак	2 завтрак
	Напиток кисломолочный 1/180		Напиток кисломолочный 1/180			Напиток кисломолочный 1/150		Напиток кисломолочный 1/180	
фрукт	кондитерское изделие			фрукт	фрукт		фрукт	кондитерское изделие	фрукт
обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед
Суп картофельный с горохом лучшем и курой 1/220	Рассольник ленинградской со свиной и сметаной 210/10	Борщ с картофелем и сметаной на мясном бульоне 1/220	Суп картофельный с яйцом на курином бульоне 1/220	Щи со свиной и сметаной 210/10	Суп вермишелевый с курой 1/220	Рассольник ленинградской со свиной и сметаной 1210/10	Свекольник с курой со сметаной 210/10	Суп картофельный с рыбными консервами 1/220	Суп полевой на мясном бульоне 1/220
Биточек из мяс кур 1/70	Котлета рыбная 1/75	Гуляш из отварного мяса 35/35	Рагу из овощей с курой отварной 1/200	Печень по-строгановски 35/35	Рыба запеченная с овощами 70/20	Жаркое по-домашнему из свиной 1/200	Капуста тушеная с курой 1/200	Плов из свиной 1/200	Бефстроганов из отварного мяса 35/35
Макаронные изделия отварные 1/130	Картофельное пюре 1/130	Каша гречневая рассыпчатая 1/130		Рис отварной 1/130	Пюре картофельное 1/130				Картофельное пюре 1/130
Компот из смеси ягод см 1/180	Напиток из шиповника с лимоном 1/180	Напиток из смеси сухофруктов 1/180	Компот из ягод см (вишня) 1/180	Компот из ягод см (клубника) 1/180	Напиток из смеси с/ф 1/180	Компот из ягод см 1/180	Напиток из шиповника и лимона 1/180	Напиток из смеси с/ф 1/180	Компот из смеси см 1/180
Хлеб ржаной 1/50	Хлеб ржаной 1/50	Хлеб ржаной 1/50	Хлеб ржаной 1/50	Хлеб ржаной 1/50	Хлеб ржаной 1/50	Хлеб ржаной 1/50	Хлеб ржаной 1/50	Хлеб ржаной 1/50	Хлеб ржаной 1/50
Уплотненный поджик	Уплотненный поджик	Уплотненный поджик	Уплотненный поджик	Уплотненный поджик	Уплотненный поджик	Уплотненный поджик	Уплотненный поджик	Уплотненный поджик	Уплотненный поджик
Запеканка творожная со спущенным молоком 150/20	Омлет натуральный с зеленым горошком 150/20	Макаронные отварные с сыром 130/10	Ежик мясной со сметанным соусом 120/50	Сырники творожные с подливой фруктовой 140/20	Омлет натуральный с зеленым горошком 150/30	Каша рисовая молочная 1/150	Биточек мясной 1/70	Сырники творожные с молоком спущенным 140/20	Рыба запеченная в омлете 50/50
Кисель 1/180	Чай с сахаром 1/185	Чай с сахаром 1/185	Чай с сахаром 1/185	Чай с сахаром 1/185	Чай с сахаром 1/185	Чай с низким содержанием сахара 1/180	Макаронные отварные 1/130	Чай с сахаром 1/185	Рис отварной 1/100
Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30	Плюшка с сахаром 1/50	Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30	Ватрушка с творогом 1/75	Чай с сахаром 1/185	Батон йодированный 1/30	Чай с сахаром 1/185
			Кукуруза конс. 1/20			Батон йодированный 1/30	Батон йодированный 1/30		Батон йодированный 1/30