

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение –
детский сад комбинированного вида № 376
(МБДОУ – детский сад комбинированного вида № 376)**

ул. Бажова, 57а, Екатеринбург, Свердловская обл., тел \ факс (343) 350-61-79
E-mail: mdou376@eduekb.ru сайт <http://376.tvoyasadik.ru>



УТВЕРЖДЕНА:

Заведующим МБДОУ детский сад
комбинированного вида № 376

Н.А.Каличонок

Приказ № 15/22-О от 10.06.2024 г.

**10-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ МБДОУ – ДЕТСКОГО САДА КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 376
ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА С 10,5 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ**

Утверждаю

Десятидневное меню-МБДОУ детский сад комбинированного вида №376

2 день,неделя первая вторник 10,5ч. Дети 1,5-3 лет

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | Вит С |
|-----------------------------|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.2/4/2 | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 150 | 3,09 | 3,14 | 16,08 | 105,14 | 0,3 |
| 7.14/10/1 | Какао с молоком | 180 | 2,0 | 2,0 | 13,0 | 96,4 | 0,52 |
| 7.035/12 | Батон с маслом сливочным 20/4 | 24 | 2,0 | 3,0 | 10,0 | 106,0 | 0,00 |
| Итого за прием | | 354 | 7,09 | 8,14 | 39,08 | 307,54 | 0,82 |
| 10.30 второй завтрак | | | | | | | |
| 7.031-4 | Сок фруктовый | 150 | 0,5 | 0,1 | 10,0 | 46,0 | 10,0 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.425 | Салат из капусты с кукурузой | 45 | 0,81 | 3,34 | 5,16 | 64,0 | 15,03 |
| 7.20/2/3 | Суп-лапша на курином бульоне | 150 | 1,0 | 2,0 | 10,0 | 65,0 | 4,00 |
| 7.1/9 | Мясо кур отварное(порционное,без кости) | 50 | 11,0 | 11,0 | 5,0 | 166,0 | 0,00 |
| 7.4//3/2 | Картофельное пюре с морковью | 130 | 2,0 | 3,0 | 16,0 | 118,0 | 32,5 |
| 7.15/10/2 | Напиток из шиповника | 150 | 0,0 | 0,0 | 16,0 | 67,5 | 80,0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной (иодированный) | 30 | 3,0 | 0,0 | 19,0 | 67,0 | 0,00 |
| 7.052-1 | Хлеб пшеничный «Валитек-8» | 35 | 2,0 | 0,0 | 13,0 | 54,0 | 0,00 |
| Итого за прием | | 590 | 26,3 | 27,8 | 79,0 | 665,0 | 77,68 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.109/2 | Суп молочный с крупой | 150 | 0,8 | 30,0 | 11,8 | 75,0 | 2,21 |
| 7.10/10/2 | Чай с сахаром | 150 | 0,0 | 0,0 | 8,0 | 37,0 | 1,4 |
| 7.052-1 | Хлеб пшеничный | 35 | 2,0 | 0,0 | 17,0 | 80,85 | 0,00 |
| Итого за прием | | 335 | 2,08 | 30,0 | 36,8 | 192,85 | 3,61 |
| Итого за день | | 1429 | 35,97 | 66,07 | 164,88 | 1211,39 | 92,11 |



Утверждаю

Десятидневное меню-МБДОУ детский сад комбинированного вида №376

3 день, неделя первая среда 10,5ч. Дети 1,5-3 лет

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | Вит С |
|-----------------------------|--|-------------|--------------|-------------|---------------|----------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.15/4/3 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 150 | 3 | 4 | 22 | 150 | 0,42 |
| 7.13/10/2 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2 | 2 | 13 | 96,4 | 0,52 |
| 7.035/12 | Батон с маслом сливочным 20/4 | 24 | 2 | 3 | 10 | 106 | 0,00 |
| 7.1/6/1 | Яйцо отварное | 20 | 3 | 2 | 0 | 33 | 0,00 |
| Итого за прием | | 344 | 10,4 | 20 | 61 | 347 | 0,94 |
| 10.30 второй завтрак | | | | | | | |
| 7.031-4 | Сок фруктовый | 150 | 0,5 | 0,1 | 10 | 46 | 10,0 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.014-2 | Огурец свежий порционный | 30 | 0,5 | 0,2 | 4 | 34 | 8,4 |
| 7.н086-1 | Суп гороховый со сметаной | 150 | 1 | 2 | 10 | 65 | 4,00 |
| 7.45/3 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 3 | 3 | 25 | 160 | 0,00 |
| 7.4/7/3 | Рыба тушеная с овощами | 60 | 2 | 3 | 16 | 118 | 32,5 |
| 7.4/1/2 | Компот из кураги и изюма | 150 | 0 | 0 | 16 | 67,5 | 80,0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной (иодированный) | 30 | 3 | 0 | 19 | 67 | 0,00 |
| 7.052-1 | Хлеб пшеничный с вит-мин.доб.»Валитек-8» | 35 | 2 | 0 | 13 | 54 | 0,00 |
| Итого за прием | | 605 | 26,8 | 28 | 83 | 699 | 86,08 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.356 | Снежок | 100 | 4 | 11 | 7 | 102 | 0,15 |
| 7.109/2 | Салат из моркови с изюмом,маслом растительным | 45 | 0,8 | 30,0 | 11,8 | 75,0 | 2,21 |
| 7.308/6 | Печенье | 20 | 1 | 1 | 5 | 33 | 0,00 |
| Итого за прием | | 165 | 41,17 | 15 | 28,71 | 236,01 | 1,55 |
| Итого за день | | 1264 | 79,37 | 64,0 | 182,71 | 1325,01 | 98,57 |
| Итого за день | | 1235 | 49,2 | 63 | 174 | 1374 | 98,57 |



Утверждаю

Десятидневное меню-МБДОУ детский сад комбинированного вида №376

4 день, неделя первая-четверг- 10,5ч.

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | Вит С |
|-----------------------------|--|------------|-----------|-----------|-------------|------------|-------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.11/4/2 | Каша пшениная молочная с маслом сливочным | 150 | 3 | 4 | 22 | 150 | 0,42 |
| 7.029 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2 | 2 | 13 | 96,4 | 0,52 |
| 7.035/12 | Батон с маслом сливочным 20/4 | 24 | 2 | 3 | 10 | 106 | 0,00 |
| | | 20 | 3 | 2 | 0 | 33 | 0,00 |
| Итого за прием | | 344 | 10 | 20 | 61 | 347 | 0,94 |
| 10.30 второй завтрак | | | | | | | |
| 7.031 | Сок фруктовый | 100 | 1 | 1 | 10 | 43 | 10,0 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.20/1/3 | Салат из отварной свеклы с растительным маслом | 30 | 0,5 | 0 | 4 | 34 | 8,4 |
| 4.19/2 | Суп картофельный с рыбой | 150 | 1 | 2 | 10 | 65 | 4,00 |
| 7.243 | Голубцы ленивые в молочном соусе | 180 | 3 | 3 | 25 | 160 | 0,00 |
| 7.506 | Кисель с витаминами и пребиотиками «Витошка» | 200 | 0 | 0 | 5 | 25 | |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 3 | 0 | 19 | 67 | 000 |
| 7.052-1 | Хлеб пшеничный | 35 | 2 | 0 | 13 | 54 | 0,00 |
| Итого за прием | | 625 | 9,5 | 5 | 76 | 405 | 86,08 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.18/5 | Пудинг из творога с морковью | 100 | 9 | 15 | 16 | 195 | 0,62 |
| 7.10/10/2 | Чай с сахаром | 150 | 1,93 | 3 | 16,71 | 101,01 | 2,21 |
| 7.262 | Сгущенное молоко | 10 | 1 | 1 | 5 | 33 | 0,00 |
| Итого за прием | | 260 | 11,93 | 19 | 37,71 | 236,01 | 1,55 |
| Итого за день | | 1329 | 79,37 | 64,0 | 182,71 | 1031,01 | 98,57 |
| Итого за день | | 1235 | 49,2 | 63 | 174 | 1374 | 98,57 |



Утверждаю

Десятидневное меню-МБДОУ детский сад комбинированного вида №376

5 день, неделя первая пятница 10,5ч. Дети 1,5-3 лет

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | Вит С |
|-----------------------------|---|-------------|-------------|-----------|--------------|---------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.5/4/2 | Каша манная молочная с маслом сливочным | 150 | 4 | 4 | 21 | 148 | 0,42 |
| 7.14/10/2 | Какао с молоком | 150 | 8 | 14 | 45 | 96 | 0,52 |
| 7.035/12 | Батон с маслом сливочным 20/4 | 24 | 2 | 7 | 11 | 107 | 0,00 |
| | | 20 | 3 | 2 | 0 | 33 | 0,00 |
| | Итого за прием | 344 | 17 | 27 | 77 | 384 | 0,94 |
| 10.30 второй завтрак | | | | | | | |
| 7.346 | Яблоко | 100 | 5 | 5 | 15 | 59 | 2,00 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.11/2/2 | Рассольник с крупой и сметаной | 150 | 1 | 3 | 8 | 71 | 8,4 |
| 7.4/8/2 | Плов из отварного мяса говядины | 180 | 14 | 15 | 28 | 324 | 4,00 |
| 7.6/10/2 | Компот из сухофруктов | 200 | 4 | 0 | 19 | 79 | 35,00 |
| | | | | | | | |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной (иодированный) | 30 | 3 | 0 | 19 | 67 | 0,00 |
| 7.052-1 | Хлеб пшеничный с вит.-мин.доб.»Валитек-8» | 35 | 2 | 0 | 13 | 54 | 0,00 |
| | Итого за прием | 595 | 24 | 18 | 87 | 595 | 47,4 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.292/1 | Салат из белокочанной капусты с огурцами | 45 | 1 | 2 | 3 | 31 | 11,8 |
| 7.10/10/2 | Чай с сахаром | 150 | 1,93 | 3 | 16,71 | 101,01 | 2,21 |
| 7.209 | Пряник | 25 | 4,8 | 2,8 | 11 | 61 | 0,26 |
| | | | | | | | |
| | Итого за прием | 220 | 7,73 | 7,8 | 30,71 | 193,01 | 14,01 |
| | | | | | | | |
| | Итого за день | 1254 | 79,93 | 56 | 203,71 | 1203,01 | 64,35 |
| | | | | | | | |
| | Итого за день | 1235 | 49,2 | 63 | 174 | 1374 | 98,57 |



Утверждаю

Десятидневное меню-МБДОУ детский сад комбинированного вида №376

6 день, неделя вторая -понедельник 10,5ч. Дети 1,5-3 лет

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | Вит С |
|-----------------------------|---|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.н080-6 | Каша гречневая молочная со сливочным маслом | 150 | 3,09 | 3,14 | 16,08 | 105,14 | 0,3 |
| 7.3/10/2 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 3,00 | 4,00 | 15,00 | 125 | 0,39 |
| 7.035/12 | Батон с маслом сливочным 20/4 | 24 | 1,00 | 4,00 | 12,00 | 95,15 | 0,00 |
| Итого за прием | | 324 | 7,09 | 11,14 | 44 | 348,45 | 0,64 |
| 10.30 второй завтрак | | | | | | | |
| 7.031-4 | Сок фруктовый | 150 | 0,5 | 0,1 | 10 | 46 | 10,0 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.133/1 | Салат из свеклы с соленым огурцом | 45 | 1,0 | 0,0 | 10,0 | 44,0 | 4,8 |
| 7.25/2/2 | Суп-пюре из картофеля | 180 | 1,00 | 3,00 | 11,00 | 90 | 2,00 |
| 8.43/3 | Макаронные изделия отварные | 150 | 16,00 | 3,00 | 6,00 | 66,4 | 21,0 |
| 7.11/8/1 | Гуляш из мяса говядины | 80 | 0,7 | 0,7 | 0,3 | 117 | 0,00 |
| 7.6/10/2 | Компот из сухофруктов | 150 | 1,00 | 0,01 | 13,86 | 47,00 | 37,55 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной (иодированный) | 30 | 1,00 | 3,00 | 12,00 | 54,3 | 0,00 |
| 7.052-1 | Хлеб пшеничный с вит-мин.»Валитек-8» | 35 | 2,00 | 0,00 | 17,00 | 80,85 | 0,00 |
| Итого за прием | | 670 | 20,91 | 9,71 | 60,16 | 455,55 | 60,55 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.н039-1 | Запеканка творожная | 130 | 16,19 | 9,58 | 17,09 | 221,0 | 0,22 |
| 7.10/10/2 | Чай с сахаром | 150 | 0,03 | 0,01 | 6,82 | 101,01 | 0,00 |
| 7.185 | Повидло | 20 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,22 |
| Итого за прием | | 300 | 3,58 | 6,19 | 17,89 | 138,91 | 1,73 |
| Итого за день | | 1444 | 32,08 | 27,14 | 132,05 | 988,91 | 72,92 |



Утверждаю

Десятидневное меню-МБДОУ детский сад комбинированного вида №376

7 день,неделя вторая вторник- 10,5ч. Дети 1,5-3 лет

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | Вит С |
|-----------------------------|--|-------------|--------------|-------------|--------------|---------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.11/4/2 | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 150 | 5,0 | 5,0 | 23,0 | 174,0 | 0,42 |
| 7.12/10/1 | Чай с молоком | 180 | 1,0 | 1,0 | 8,0 | 51,0 | 0,52 |
| 7.035/12 | Батон с маслом сливочным 20/4 | 24 | 2,0 | 7,0 | 11,0 | 107,0 | 0,00 |
| Итого за прием | | 354 | 8,0 | 13,0 | 42,0 | 332,0 | 0,94 |
| 10.30 второй завтрак | | | | | | | |
| 7.031-4 | Сок фруктовый | 150 | 0,5 | 0,1 | 10 | 46 | 10,0 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.014-2 | Огурец свежий порционный | 50 | 0,4 | 0,05 | 1,9 | 13,98 | 10,0 |
| 7.38/8/3 | Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом | 150 | 10,0 | 8,0 | 23,0 | 219,0 | 4,00 |
| 7.7/10 | Компот из сухофруктов и шиповника | 200 | 4,0 | 0,0 | 19,0 | 79,0 | 35,00 |
| 8.6/11 | Соус сметанный | 50 | 1,0 | 4,0 | 2,0 | 53,0 | 0,00 |
| 7.5/2/2 | Свекольник со сметаной | 150 | 2,0 | 4,0 | 14,0 | 98,0 | 5,37 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной (иодированный) | 30 | 3,0 | 0,0 | 19,0 | 67,0 | 0,00 |
| 7.052-1 | Хлеб пшеничный с вит-мин.доб.»Валитек» | 35 | 2,0 | 0,0 | 13,0 | 54,0 | 0,00 |
| Итого за прием | | 665 | 22,0 | 16,0 | 89,0 | 575,0 | 44,0 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.14/7/4 | Суфле из рыбы | 80 | 16,19 | 9,58 | 17,09 | 221,0 | 0,22 |
| 7.10/10/2 | Чай с сахаром | 150 | 0,03 | 0,01 | 6,82 | 101,01 | 0,00 |
| 7.052-1 | Хлеб пшеничный | 35 | 2,0 | 0,0 | 13,0 | 54,0 | 0,00 |
| Итого за прием | | 265 | 8,03 | 9,01 | 21,32 | 187 | 2,15 |
| Итого за день | | 1434 | 36,5 | 43,1 | 163 | 305,01 | 57,09 |
| Итого за день | | 1235 | 49,2 | 63 | 174 | 1374 | 98,57 |



Утверждаю

Десятидневное меню-МБДОУ детский сад комбинированного вида №376

8 день, неделя вторая среда--10,5ч. Дети 1,5-3 лет

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | Вит С |
|-----------------------------|---|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7,18/4/2 | Каша молочная ассорти(рис,гречневая крупа)с маслом сливочным | 150 | 3,83 | 4,41 | 18,51 | 129 | 0,40 |
| 7.13/10/1 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,26 | 2,16 | 10,02 | 70 | 0,39 |
| 7.035/12 | Батон с маслом сливочным 20/4 | 24 | 2 | 7 | 11 | 107 | 0,00 |
| Итого за прием | | 354 | 8,09 | 13,57 | 39,53 | 306 | 0,79 |
| 10.30 второй завтрак | | | | | | | |
| 7.031-4 | Сок фруктовый | 150 | 1 | 1 | 10 | 46 | 10,0 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.098 | Помидор порционный | 30 | 1,3 | 0,23 | 5,9 | 27,14 | 8,4 |
| 7.30/2/3 | Уха рыбацкая | 150 | 3,42 | 1,16 | 5,51 | 55,07 | 4,00 |
| 7.н350/2 | Бигус с мясом кури | 150 | 9,42 | 3,53 | 6,07 | 96,59 | 30,0 |
| 7.3/10/2 | Компот из яблок и чернослива | 150 | 0,23 | 0,03 | 13,57 | 50 | 37,59 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной (нодированный) | 30 | 3 | 0 | 19 | 67 | 000 |
| 7.052-1 | Хлеб пшеничный с вит-мин. Доб.»Валитек-8» | 35 | 2 | 0 | 13 | 54 | 0,00 |
| Итого за прием | | 545 | 19,37 | 4,95 | 63,05 | 349,8 | 0,00 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.077 | Сырники из творога | 130 | 13,71 | 16,59 | 20,33 | 317,3 | 0,2 |
| 7.10/10/2 | Чай с сахаром | 150 | 0,03 | 0,01 | 6,82 | 101,01 | 0,00 |
| 7.262 | Сгущенное молоко | 10 | 1,0 | 1,0 | 5,0 | 33,0 | 0,00 |
| Итого за прием | | 290 | 13,75 | 17,6 | 32,15 | 483,01 | 0,2 |
| Итого за день | | 1339 | 42,2 | 36,12 | 139,73 | 1148,81 | 10,99 |
| Итого за день | | 1235 | 49,2 | 63 | 174 | 1374 | 98,57 |



Утверждаю

Десятидневное меню-МБДОУ детский сад комбинированного вида №376

9 день, неделя вторая четверг -10,5ч. Дети 1,5-3 лет

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | Вит С |
|-----------------------------|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.14/4/2 | Каша ячневая молочная с маслом сливочным | 150 | 4,48 | 3,95 | 23,04 | 150 | 0,31 |
| 7.14/10/2 | Какао с молоком | 150 | 2,9 | 2,61 | 17,18 | 100 | 0,39 |
| 7.035/12 | Батон с маслом сливочным 20/4 | 24 | 2 | 7 | 11 | 107 | 0,00 |
| | | 20 | 3 | 2 | 0 | 33 | 0,00 |
| | Итого за прием | 344 | 12,38 | 15,56 | 51,22 | 390 | 0,7 |
| 10.30 второй завтрак | | | | | | | |
| 7.031-4 | Сок фруктовый | 150 | 1 | 1 | 10 | 46 | 10,0 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.017/2 | Зеленый горошек | 45 | 0,1 | 0,9 | 2,9 | 19 | 0,00 |
| 7.2/2/3 | Борщ со сметаной | 150 | 1,3 | 3,25 | 7,71 | 80 | 6,48 |
| 7.н070/3 | Жаркое по-домашнему | 140 | 6,62 | 7,19 | 10,22 | 143,57 | 30,0 |
| 7.507/1 | Напиток с витаминами «Витошка» | 150 | 0,00 | 0,00 | 1,73 | 8,00 | 45,08 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной (иодированный) | 30 | 3 | 0 | 19 | 67 | 000 |
| 7.052-1 | Хлеб пшеничный с вит-мин.доб. «Валитек-8» | 35 | 2 | 0 | 13 | 54 | 0,00 |
| | Итого за прием | 550 | 13,92 | 13,44 | 59,66 | 423,57 | 89,96 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.270 | Йогурт питьевой | 100 | 4,49 | 3,19 | 8,49 | 84,86 | 11,8 |
| 7.43-2/3/3 | Макаронные изделия отварные с сыром | 100 | 1,93 | 3 | 16,71 | 101,01 | 2,21 |
| 7.308/6 | Печенье | 20 | 0,6 | 0,4 | 0,7 | 63,34 | 3,00 |
| | Итого за прием | 220 | 7,02 | 6,59 | 25,9 | 249,21 | 7,01 |
| | Итого за день | 1264 | 34,32 | 36,59 | 146,78 | 1108,78 | 107,67 |
| | Итого за день | 1235 | 49,2 | 63 | 174 | 1374 | 98,57 |



Утверждаю

Десятидневное меню-МБДОУ детский сад комбинированного вида №376

10 день, неделя вторая пятница-10,5ч. Дети 1,5-3 лет

| № рецептуры | Наименование блюд | Выход | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ЭЦ, ккал | Вит С |
|-----------------------------|---|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | |
| 7.16 /4/2 | Каша молочная ассорти (рис,ашено) с маслом сливочным | 150 | 4 | 4 | 21 | 148 | 0,42 |
| 7.14/10/1 | Какао с молоком | 180 | 8 | 14 | 45 | 96 | 0,52 |
| 7.035/12 | Батон с маслом сливочным 20/4 | 24 | 2 | 7 | 11 | 107 | 0,00 |
| 7.435/2 | Сыр | 10 | 23,9 | 24,7 | 0,00 | 42,0 | 0,00 |
| Итого за прием | | 364 | 37,9 | 49,7 | 77 | 393 | 0,94 |
| 10.30 второй завтрак | | | | | | | |
| 7.346 | Яблоко | 100 | 5 | 5 | 15 | 59 | 2,0 |
| Обед | | | | | | | |
| 7.31/2 | Суп крестьянский со сметаной | 150 | 1,35 | 3,27 | 7,57 | 66 | 4,8 |
| 7.355/4 | Биточки (котлеты) рыбные | 60 | 8,2 | 1,2 | 4,8 | 63,0 | 0,4 |
| 7.6/10/2, | Компот из сухофруктов | 150 | 0,00 | 0,00 | 1,73 | 8,00 | 45,08 |
| 7.3/3 | Картофельное пюре | 150 | 2,06 | 2,81 | 13,76 | 90,0 | 7,02 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 3 | 0 | 19 | 67 | 000 |
| 7.052-1 | Хлеб пшеничныйс вит.мин.доб.»Валитек-8» | 35 | 2 | 0 | 13 | 54 | 0,00 |
| Итого за прием | | 575 | 16,61 | 7,28 | 59,86 | 348 | 57,3 |
| Полдник | | | | | | | |
| 7.13/1/1 | Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом | 50 | 0,56 | 3,4 | 6,45 | 54 | 18,03 |
| 7.10/10 | Чай | 150 | 0,03 | 0,01 | 6,82 | 101,01 | 0,0 |
| 7.015/1 | вафли | 25 | 3 | 2 | 23 | 124 | 0,00 |
| Итого за прием | | 225 | 3,59 | 5,41 | 36,27 | 405,01 | 18,03 |
| Итого за день | | 1254 | 64,72 | 70,77 | 279,01 | 1205,1 | 78,27 |
| Итого за день | | 1235 | 49,2 | 63 | 174 | 1374 | 98,57 |

