

Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение города
Новосибирска Детский сад № 60 «Солнышко»
(МКДОУ д/с № 60)

Утверждаю:

Заведующий МКДРУ д/с № 60

 Т.Г.Красакова

«20» февраля 2022 г.



Примерное 15-дневное
перспективное
Меню на 2022-2023 учебный год
Возраст: 1-3 года

город Новосибирск 2022 г.

**Меню для организации питания детей
возрастной группы 1-3 года, сезон весна-лето
в дошкольной образовательной организации**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Калорийность	№ рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы		
НЕДЕЛЯ 1							
День 1 (Понедельник)							
Завтрак	Каша манная жидкая	150	3,72	4,63	15,14	177,00	227
	Кофейный напиток с молоком	150	1,67	1,70	9,13	66,00	465
	Бутерброд с сыром	40	3,80	5,30	13,12	128,00	63
Итого за завтрак:		340	9,19	11,62	37,39	371,00	
Второй завтрак	Сок	200	0,00	0,00	23,00	92,00	501
Итого за второй завтрак:		200	0,00	0,00	23,00	92,00	
Обед	Рассольник	150	3,08	4,48	11,45	57,75	99
	Котлета из говядины	60	10,41	9,93	7,24	143,14	339
	Макароны отварные	120	4,50	2,51	28,78	152,00	256
	Соус томатный с овощами	30	0,46	0,86	2,81	27,00	420
	Компот фруктово-ягодный	150	0,10	0,02	10,25	33,00	491
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		550	21,47	18,20	78,81	505,06	
Полдник	Молоко кипяченое	130	3,77	3,45	5,92	69,59	469
	Печенье	40	2,96	3,76	29,24	163,20	604
Итого за полдник:		230	6,73	7,21	35,16	232,79	
Ужин	Рагу из овощей	130	4,74	4,84	11,40	102,89	376
	Чай с лимоном	150	0,05	0,01	7,64	30,00	459
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		300	6,30	5,01	28,89	180,22	
Итого за день:		1575	43,69	42,04	203,25	1381,06	
День 2 (Вторник)							
Завтрак	Запеканка из творога	85	12,33	5,10	12,33	144,42	279
	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,00	471
	Какао с молоком	150	2,51	2,60	9,65	70,50	462
	Бутерброд с маслом	35	2,42	3,60	14,76	107,00	69
Итого за завтрак:		285	18,33	12,58	45,07	370,92	
Второй завтрак	Яблоки	100	0,40	0,00	11,30	46,80	82
Итого за второй завтрак:		100	0,40	0,00	11,30	46,80	
Обед	Борщ со сметаной	150	2,81	3,61	6,59	45,75	95
	Оладьи из печени	60	9,12	3,56	5,48	121,42	357
	Гречка рассыпчатая с луком	120	4,65	4,00	21,22	142,40	203
	Соус молочный	30	1,19	2,64	3,54	35,00	402
	Компот из сухофруктов	150	0,50	0,11	22,31	63,00	495
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		550	21,19	14,31	77,41	499,73	
Полдник	Напиток из шиповника	150	0,31	0,13	13,33	58,50	496
	Крендель Сахарный	60	4,05	4,77	28,37	163,44	569
Итого за полдник:		210	4,36	4,90	41,70	221,94	
Ужин	Каша Веснушка	150	3,35	4,73	13,89	109,65	226.1
	Чай с ягодой	150	0,02	0,01	7,80	16,95	54-бгн-2020
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		320	4,90	4,89	31,53	173,93	
Итого за день:		1465	49,17	36,68	207,00	1313,32	

День 3 (Среда)							
Завтрак	Каша молочная 3 злака	150	3,92	4,43	15,90	118,58	226.2
	Кофейный напиток с молоком	150	1,67	1,70	9,13	66,00	465
	Бутерброд с сыром	40	3,80	5,30	13,12	128,00	63
Итого за завтрак:		340	9,39	11,42	38,15	312,58	
Второй завтрак	Пюре фруктовое	125	0,00	0,00	13,80	55,00	44
Итого за второй завтрак:		125	0,00	0,00	13,80	55,00	
Обед	Суп с клецками	150	3,86	4,00	12,06	74,25	54-6с-2020
	Суфле из птицы	80	12,84	14,28	6,13	145,60	368
	Салат из свеклы с яблоком	90	1,05	1,97	9,99	94,50	28
	Кисель из облепихи	150	0,14	0,65	13,19	33,75	479
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		510	20,81	21,28	59,64	440,27	
Полдник	Кефир с сахаром	130	3,69	3,19	7,69	65,65	470
	Манник	60	3,63	5,04	23,70	115,84	550
Итого за полдник:		190	7,33	8,23	31,39	181,49	
Ужин	Суп с рыбными консервами	150	3,91	3,95	9,74	114,75	123
	Чай с сахаром	150	0,08	0,00	7,49	28,50	457
	Гренки из пшеничного хлеба	30	2,28	0,24	14,76	104,00	143
Итого за ужин:		330	6,26	4,19	31,99	247,25	
Итого за день:		1495	43,80	45,12	174,97	1236,58	
День 4 (Четверг)							
Завтрак	Омлет с зеленым горошком	100	6,53	7,20	3,20	104,00	269
	Чай с молоком	150	0,65	0,72	8,54	48,00	460
	Бутерброд с джемом	40	2,19	0,31	22,19	98,67	72
Итого за завтрак:		290	9,37	8,23	33,93	250,67	
Второй завтрак	Апельсины	100	0,90	0,00	8,40	37,20	82
Итого за второй завтрак:		100	0,90	0,00	8,40	37,20	
Обед	Щи с фасолью	150	2,95	3,75	6,28	46,50	96.1
	Рыба, тушенная с овощами	65	11,85	4,94	3,08	66,95	299
	Пюре картофельное	120	2,74	2,37	18,65	54,40	377
	Икра кабачковая	30	0,57	2,67	2,31	35,40	100
	Компот из кураги и изюма	150	0,62	0,05	13,73	63,00	495
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		555	21,65	14,17	62,31	358,41	
Полдник	Какао с молоком	150	2,51	2,60	9,65	70,50	462
	Ленивые вареники	90	14,79	7,39	16,07	288,72	289
Итого за полдник:		240	17,29	10,00	25,72	359,22	
Ужин	Каша молочная Снежинка	150	3,59	5,03	13,59	109,65	212.1
	Чай фруктовый	150	0,05	0,01	7,91	30,00	459.1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		320	5,16	5,19	31,34	186,98	
Итого за день:		1505	54,37	37,59	161,70	1192,48	
День 5 (Пятница)							
Завтрак	Суп молочный с вермишелью	150	3,86	4,27	14,42	108,00	140
	Кофейный напиток с молоком	150	1,67	1,70	9,13	66,00	465
	Бутерброд с сыром	40	3,80	5,30	13,12	128,00	63
Итого за завтрак:		340	9,32	11,26	36,67	302,00	
Второй завтрак	Бананы	100	1,50	0,00	22,40	95,60	82
Итого за второй завтрак:		100	1,50	0,00	22,40	95,60	
	Суп гороховый	150	5,43	3,08	13,61	76,50	128
	Плов из говядины	140	7,70	7,45	22,21	228,67	330

Обед	Салат из помидоров и огурцов	90	0,90	5,58	3,15	65,70	18
	Компот из яблок с лимоном	150	0,11	0,07	12,13	45,00	487
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		570	17,06	16,58	69,37	508,03	
Полдник	Снежок	130	3,77	3,25	5,20	65,65	470
	Пряники	40	2,36	1,88	30,00	146,40	603
Итого за полдник:		170	6,13	5,13	35,20	212,05	
Ужин	Сельдь по-деревенски	40	4,27	3,66	1,06	56,00	315
	Картофель отварной с маслом	100	1,91	5,15	10,57	96,19	152
	Чай с сахаром	200	0,10	0,00	9,98	38,00	457
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		360	7,80	8,96	31,45	237,52	
Итого за день:		1540	41,82	41,93	195,09	1355,21	
НЕДЕЛЯ 2							
День 6 (Понедельник)							
Завтрак	Каша молочная рисовая	150	3,53	4,89	15,49	176,25	217
	Кофейный напиток с молоком	150	1,67	1,70	9,13	66,00	465
	Бутерброд с сыром	40	3,80	5,30	13,12	128,00	63
Итого за завтрак:		340	9,00	11,88	37,74	370,25	
Второй завтрак	Сок	200	0,00	0,00	23,00	92,00	501
Итого за второй завтрак:		200	0,00	0,00	23,00	92,00	
Обед	Суп с яйцом	150	3,82	3,57	12,44	60,75	116.1
	Азу	90	8,97	9,06	3,30	135,00	325
	Каша перловая рассыпчатая	120	2,62	2,95	18,76	116,80	207
	Кисель ягодный	150	0,10	0,02	13,77	33,75	479
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		550	18,43	16,00	66,55	438,47	
Полдник	Молоко кипяченое	130	3,77	3,45	5,92	69,59	469
	Печенье	40	2,96	3,76	29,24	163,20	604
Итого за полдник:		170	6,73	7,21	35,16	232,79	
Ужин	Омлет с мясом	100	9,96	10,58	2,16	140,00	274
	Чай с лимоном	150	0,05	0,01	7,64	30,00	459
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		270	11,53	10,75	19,64	217,33	
Итого за день:		1530	45,69	45,84	182,08	1350,83	
День 7 (Вторник)							
Завтрак	Пудинг творожный с изюмом	85	13,72	4,39	7,14	193,80	285
	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,00	471
	Какао с молоком	150	2,51	2,60	9,65	70,50	462
	Бутерброд с маслом	35	2,42	3,60	14,76	107,00	69
Итого за завтрак:		285	19,72	11,87	39,88	420,30	
Второй завтрак	Яблоки	100	0,40	0,00	11,30	46,80	82
Итого за второй завтрак:		100	0,40	0,00	11,30	46,80	
Обед	Свекольник	150	2,51	3,74	6,91	56,25	98
	Запеканка из печени с рисом	80	10,77	5,69	8,86	187,20	355
	Салат Витаминный	90	1,22	2,84	5,46	76,50	2
	Компот из сухофруктов	150	0,50	0,11	22,31	63,00	495
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		510	17,93	12,76	61,82	475,12	
Полдник	Напиток из шиповника	150	0,31	0,13	13,33	58,50	496
	Булочка Нежная	60	4,47	7,28	29,62	194,58	574

Итого за полдник:		210	4,78	7,41	42,95	253,08	
Ужин	Суп молочный ячневый	150	3,74	4,27	13,85	97,50	141
	Чай с ягодой	150	0,02	0,01	7,80	16,95	54-6гн-2020
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		320	5,29	4,44	31,49	161,78	
Итого за день:		1425	48,12	36,47	187,44	1357,07	
День 8 (Среда)							
Завтрак	Каша молочная гречневая	150	4,10	4,32	13,85	126,75	213
	Кофейный напиток с молоком	150	1,67	1,70	9,13	66,00	465
	Бутерброд с сыром	40	3,80	5,30	13,12	128,00	63
Итого за завтрак:		340	9,57	11,31	36,09	320,75	
Второй завтрак	Пюре фруктовое	125	0,00	0,00	13,80	55,00	44
Итого за второй завтрак:		125	0,00	0,00	13,80	55,00	
Обед	Суп Крестьянский с пшеном	150	2,75	3,02	9,28	57,75	119
	Птица отварная	70	14,37	14,50	0,18	115,50	366
	Макароны отварные с томатом	120	4,56	4,38	22,92	149,40	257
	Овощи свежие (порциями)	50	0,35	0,05	0,95	5,50	148
	Компот сливовый	150	0,10	0,04	10,13	33,00	491
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		580	25,05	22,39	61,73	453,32	
Полдник	Кефир с сахаром	130	3,69	3,19	7,69	65,65	470
	Калач сметанный	60	4,58	6,36	31,50	167,00	120
Итого за полдник:		190	8,27	9,55	39,20	232,65	
Ужин	Суп-Харчо	150	3,19	3,10	12,92	61,05	109
	Чай с сахаром	150	0,08	0,00	7,49	28,50	457
	Гренки из пшеничного хлеба	30	2,28	0,24	14,76	104,00	143
Итого за ужин:		330	5,54	3,34	35,16	193,55	
Итого за день:		1565	48,43	46,59	185,98	1255,27	
День 9 (Четверг)							
Завтрак	Запеканка из творога с морковью	85	11,08	3,75	6,28	116,45	189
	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,00	471
	Чай с молоком	150	0,65	0,72	8,54	48,00	460
	Бутерброд с джемом	40	2,19	0,31	22,19	98,67	72
Итого за завтрак:		290	15,00	6,06	45,34	312,12	
Второй завтрак	Апельсины	100	0,90	0,00	8,40	37,20	82
Итого за второй завтрак:		100	0,90	0,00	8,40	37,20	
Обед	Щи со сметаной	150	2,84	3,63	6,84	42,00	104
	Котлета рыбная	60	10,50	5,18	6,06	77,60	307
	Рис припущенный	120	18,64	28,80	152,08	141,60	386
	Соус сметанный	30	0,57	2,36	2,49	30,00	408
	Кисель из кураги	150	0,63	0,04	17,12	46,50	482
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		550	36,10	40,41	202,86	429,87	
Полдник	Какао с молоком	150	2,51	2,60	9,65	70,50	462
	Бантики с корицей	60	4,46	5,72	33,02	211,38	528
Итого за полдник:		210	6,96	8,33	42,67	281,88	
Ужин	Каша молочная Солнышко	150	3,78	5,01	16,24	169,50	223.1
	Чай фруктовый	150	0,05	0,01	7,91	30,00	459.1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		320	5,35	5,18	33,99	246,83	
Итого за день:		1470	64,31	59,97	333,26	1307,90	

День 10 (Пятница)							
Завтрак	Каша молочная овсяная	150	3,97	5,29	14,02	151,50	232
	Кофейный напиток с молоком	150	1,67	1,70	9,13	66,00	465
	Бутерброд с сыром	40	3,80	5,30	13,12	128,00	63
Итого за завтрак:		340	9,44	12,28	36,27	345,50	
Второй завтрак	Бананы	100	1,50	0,00	22,40	95,60	82
	Итого за второй завтрак:		100	1,50	0,00	22,40	95,60
Обед	Суп картофельный с рыбой	150	5,28	2,94	10,65	86,25	120
	Бигус	90	6,79	6,37	3,82	127,50	329
	Пюре картофельное	90	2,05	1,78	13,99	40,80	377
	Компот из яблок и ягод	150	0,08	0,08	8,18	33,75	492
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		520	17,11	11,56	54,90	380,47	
Полдник	Снежок	130	3,77	3,25	5,20	65,65	470
	Вафли	40	1,12	1,32	30,92	141,60	602
Итого за полдник:		170	4,89	4,57	36,12	207,25	
Ужин	Пюре из гороха	140	11,82	2,36	24,71	272,53	389
	Чай с сахаром	150	0,08	0,00	7,49	28,50	457
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		310	13,41	2,52	42,03	348,36	
Итого за день:		1440	46,35	30,94	191,71	1377,18	
НЕДЕЛЯ 3							
День 11 (Понедельник)							
Завтрак	Каша молочная пшеничная	150	4,07	5,00	16,12	190,50	223
	Кофейный напиток с молоком	150	1,67	1,70	9,13	66,00	465
	Бутерброд с сыром	40	3,80	5,30	13,12	128,00	63
Итого за завтрак:		340	9,53	11,99	38,37	384,50	
Второй завтрак	Сок	200	0,00	0,00	23,00	92,00	501
	Итого за второй завтрак:		200	0,00	0,00	23,00	92,00
Обед	Рассольник Ленинградский	150	3,31	3,87	12,15	64,50	100
	Тефтели из говядины Ежики	60	7,88	6,97	8,74	128,57	350
	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,32	4,13	28,57	173,00	202
	Соус белый основной	30	0,38	1,24	0,59	15,06	414
	Компот фруктово-ягодный	150	0,10	0,02	10,25	33,00	491
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		580	20,90	16,63	78,58	506,30	
Полдник	Молоко кипяченое	130	3,77	3,45	5,92	69,59	469
	Печенье	40	2,96	3,76	29,24	163,20	604
Итого за полдник:		170	6,73	7,21	35,16	232,79	
Ужин	Рыба, запеченная в омлете	100	10,50	7,39	3,06	119,22	300
	Чай с лимоном	150	0,05	0,01	7,64	30,00	459
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		270	12,07	7,55	20,54	196,55	
Итого за день:		1560	49,23	43,38	195,64	1412,14	
День 12 (Вторник)							
Завтрак	Запеканка рисовая с творогом	85	11,87	4,39	10,89	161,50	282
	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,00	471
	Какао с молоком	150	2,51	2,60	9,65	70,50	462
	Бутерброд с маслом	35	2,42	3,60	14,76	107,00	69
Итого за завтрак:		285	17,87	11,88	43,63	388,00	
Второй завтрак	Яблоки	100	0,40	0,00	11,30	46,80	82
	Итого за второй завтрак:		100	0,40	0,00	11,30	46,80

Обед	Борщ с фасолью	150	3,11	4,49	7,27	61,05	96
	Печень по-строгановски	90	12,13	9,11	5,27	193,50	356
	Макароны отварные с овощами	120	4,08	2,82	20,82	124,80	258
	Компот из сухофруктов	150	0,50	0,11	22,31	63,00	495
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		550	22,75	16,92	73,95	534,52	
Полдник	Напиток из шиповника	150	0,31	0,13	13,33	58,50	496
	Шанежка наливная	60	3,80	3,80	20,90	130,00	538
Итого за полдник:		210	4,11	3,93	34,23	188,50	
Ужин	Каша молочная кукурузная	150	3,47	4,65	15,20	150,75	231
	Чай с ягодой	150	0,02	0,01	7,80	16,95	54-6гн-2020
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		320	5,01	4,82	32,84	215,03	
Итого за день:		1465	50,13	37,55	195,95	1372,85	
День 13 (Среда)							
Завтрак	Каша манная Шоколадка	150	4,16	5,00	17,09	177,15	227.1
	Кофейный напиток с молоком	150	1,67	1,70	9,13	66,00	465
	Бутерброд с сыром	40	3,80	5,30	13,12	128,00	63
Итого за завтрак:		340	9,62	12,00	39,33	371,15	
Второй завтрак	Пюре фруктовое	125	0,00	0,00	13,80	55,00	44
Итого за второй завтрак:		125	0,00	0,00	13,80	55,00	
Обед	Суп с вермишелью	150	3,80	3,83	12,41	60,75	116
	Котлета из птицы	60	9,89	10,95	6,22	109,71	372
	Капуста тушеная	120	2,64	4,08	9,72	86,40	380
	Кисель из облепихи	150	0,14	0,65	13,19	33,75	479
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		520	19,40	19,91	59,81	382,78	
Полдник	Кефир с сахаром	130	3,69	3,19	7,69	65,65	470
	Коржик молочный	55	3,26	5,79	30,23	141,17	547
Итого за полдник:		185	6,96	8,98	37,92	206,82	
Ужин	Суп гречневый	150	3,23	3,10	11,77	52,50	115
	Чай с сахаром	150	0,08	0,00	7,49	28,50	457
	Гренки из пшеничного хлеба	30	2,28	0,24	14,76	104,00	143
Итого за ужин:		330	5,59	3,34	34,01	185,00	
Итого за день:		1500	41,57	44,22	184,88	1200,75	
День 14 (Четверг)							
Завтрак	Омлет	100	6,47	7,14	2,54	85,00	268
	Чай с молоком	150	0,65	0,72	8,54	48,00	460
	Бутерброд с джемом	40	2,19	0,31	22,19	98,67	72
Итого за завтрак:		290	9,31	8,17	33,27	231,67	
Второй завтрак	Апельсины	100	0,90	0,00	8,40	37,20	82
Итого за второй завтрак:		100	0,90	0,00	8,40	37,20	
Обед	Суп из овощей	150	2,51	4,36	6,65	49,95	117
	Суфле рыбное	80	9,46	3,20	2,00	74,66	303
	Салат из капусты и овощей	90	1,33	2,80	3,65	70,20	6
	Компот из кураги и изюма	150	0,62	0,05	13,73	63,00	495
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		510	16,84	10,80	44,29	349,98	
Полдник	Какао с молоком	150	2,51	2,60	9,65	70,50	462
	Ватрушка с творогом	60	3,03	2,26	19,95	159,43	531
Итого за полдник:		210	5,54	4,87	29,61	229,93	

Ужин	Каша молочная Здоровье	150	3,83	5,09	15,16	105,90	213.1
	Чай фруктовый	150	0,05	0,01	7,91	30,00	459.1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		320	5,39	5,26	32,91	183,23	
Итого за день:		1430	37,98	29,09	148,47	1032,01	
День 15 (Пятница)							
Завтрак	Каша молочная пшеничная	150	3,96	4,67	15,31	188,25	221
	Кофейный напиток с молоком	150	1,67	1,70	9,13	66,00	465
	Бутерброд с маслом	35	2,42	3,60	14,76	107,00	69
Итого за завтрак:		335	8,05	9,97	39,20	361,25	
Второй завтрак	Бананы	100	1,50	0,00	22,40	95,60	82
Итого за второй завтрак:		100	1,50	0,00	22,40	95,60	
Обед	Суп с геркулесом	150	3,22	3,27	12,05	52,50	115
	Жаркое по-домашнему	130	7,92	8,43	14,37	257,84	328
	Сельдь с луком	30	4,31	3,13	0,33	36,50	316
	Компот из апельсинов	150	0,38	0,15	11,70	50,25	488
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	59,17	114
	Хлеб ржаной	15	1,02	0,20	5,97	33,00	115
Итого за обед:		500	18,74	15,37	56,72	489,25	
Полдник	Снежок	130	3,77	3,25	5,20	65,65	470
	Пряники	40	2,36	1,88	30,00	146,40	603
Итого за полдник:		170	6,13	5,13	35,20	212,05	
Ужин	Макароны отварные с сыром	140	8,61	7,00	25,13	198,10	259
	Чай с сахаром	150	0,08	0,00	7,49	28,50	457
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47,33	114
Итого за ужин:		310	10,21	7,16	42,46	273,93	
Итого за день:		1415	44,62	37,63	195,98	1432,08	
Итого за пятнадцать дней:			709,27	615,03	2943,40	19576,72	
Среднее за цикл:			47,28	41,00	196,23	1305,11	

Руководитель организации: Ю. Краса

Ответственный по питанию: С.И.С.

Медицинский работник: И.С. Косиц