

Председатель ППО  
Туранова Д.Э.  
27.02.2026 г.

СОГЛАСОВАНО

(подпись)  
(подпись)  
(подпись)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКДОУ №4 д/с "Одуванчик"  
Бобрик О.В.  
Приказ №23 (ОД) от 27.02.2026 г.



План-меню: Меню обычное (весенне-летний)

Категория: Ясли

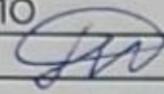
День 1		День 2		День 3		День 4		День 5	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша "Дружба" - 84	180	Каша ячневая вязкая - 261	180	Каша геркулесовая - 413	180	Каша пшенная вязкая - 264	180	Каша манная вязкая - 256	180
Бутерброды с джемом или повидлом - 2	20	Бутерброд с сыром - 1 (3)	20	Бутерброд с маслом - 1 (1 (ЯС))	20	Бутерброды с джемом или повидлом - 2	20	Бутерброд с сыром - 1 (3)	20
Какао с молоком (1-й вариант) - 508	180	Яйцо отварное - 1/6	16	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	180	Чай с молоком и сахаром - 195 (630)	180	Какао с молоком (1-й вариант) - 508	180
		Кофейный напиток с молоком - 395	180						
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	
Соки овощные, фруктовые и ягодные - 399.6	150	Кисломолочный напиток - 119	120	Соки овощные, фруктовые и ягодные - 399.6	150	Кисломолочный напиток - 119	120	Соки овощные, фруктовые и ягодные - 399.6	150
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из свежих огурцов с растительным маслом - 14/1	40	Рассольник со сметаной - 9/2	150	Щи из свежей капусты с картофелем - 147	150	Суп крестьянский со сметаной - 37	150	Борщ с капустой и картофелем - 57	150
Суп с макаронными изделиями - 163	150	Плов из мяса кур - 4/9	150	Суфле рыбное - 59 (208)	60	Птица отварная - 366	60	Гуляш из свинины - 260 (2)	60
Рагу из птицы - 376	140	Компот из свежих яблок - 342 (1)	150	Соус молочный для запекания - 218	20	Картофельное пюре с маслом сливочным - 128 (1)	120	Каша гречневая рассыпчатая - 175 (297 (ДС))	110
Компот из сухофруктов - 6/10	150	Хлеб пшеничный - 701.2	30	Макаронные изделия отварные - 43/3	120	Напиток из шиповника - 538	150	Компот из сухофруктов - 6/10	150
Хлеб пшеничный - 701.2	30	Хлеб ржаной - 700	30	Компот из яблок и изюма - 2/10	150	Хлеб ржаной - 700	30	Хлеб ржаной - 700	30
Хлеб ржаной - 700	30			Хлеб пшеничный - 701.2	30	Хлеб пшеничный - 701.2	30	Хлеб пшеничный - 701.2	30
				Хлеб ржаной - 700	30				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Запеканка рисовая с творогом (с молоком сгущенным) - 188 (3)	110	Омлет с сыром - 216	110	Салат из свёклы отварной - 26	40	Рис отварной с овощами - 58	120	Салат из свежих огурцов с растительным маслом - 14/1	40
Чай с молоком и сахаром - 195 (630)	180	Чай черный - 10/10	180	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом - 53	120	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	180	Макаронные изделия отварные - 43/3	120
				Печенье - 609	15			Чай с молоком и сахаром - 195 (630)	180
				Чай с лимоном - 11/10	180				

День 6		День 7		День 8		День 9		День 10	
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша гречневая молочная жидкая - 64	180	Каша рисовая вязкая - 259	180	Каша кукурузная молочная жидкая - 204 (311 (ДС))	180	Каша манная вязкая - 256	180	Каша пшеничная вязкая - 264	180
Бутерброд с маслом - 1 (1 (ЯС))	20	Бутерброды с джемом или повидлом - 2	20	Какао с молоком (1-й вариант) - 508	180	Бутерброд с маслом - 1 (1 (ЯС))	20	Батон нарезной - 117	20
Яйцо отварное - 1/6	16	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	180	Бутерброд с сыром - 1 (3)	20	Кофейный напиток с молоком - 395	180	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	180
Кофейный напиток с молоком - 395	180								
10:00		10:00		10:00		10:00		10:00	
Соки овощные, фруктовые и ягодные - 399.6	150	Кисломолочный напиток - 119	120	Соки овощные, фруктовые и ягодные - 399.6	150	Кисломолочный напиток - 119	120	Соки овощные, фруктовые и ягодные - 399.6	150
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат из свежих огурцов с растительным маслом - 14/1	40	Суп крестьянский со сметаной - 37	150	Свекольник - 67 (43)	150	Уха с крупой - 70 (181 (ЯС))	150	Суп-пюре гороховый - 29/2	150
Суп-пюре из картофеля - 165	150	Суфле рыбное - 59 (208)	60	Тефтели из говядины с рисом ("ежики") - 174 (1)	60	Суфле куриное - 310	60	Птица отварная - 366	60
Плов из мяса кур - 4/9	150	Соус молочный для запекания - 218	20	Макаронные изделия отварные - 43/3	120	Каша гречневая рассыпчатая - 175 (297 (ДС))	110	Рис отварной - 419	120
Компот из яблок и кураги - 1/10	150	Картофельное пюре с маслом сливочным - 128 (1)	120	Соус молочный для запекания - 218	20	Компот из сухофруктов - 6/10	150	Компот из яблок и кураги - 1/10	150
Хлеб пшеничный - 701.2	30	Компот из сухофруктов - 6/10	150	Компот из яблок и изюма - 2/10	150	Хлеб ржаной - 700	30	Хлеб пшеничный - 701.2	30
Хлеб ржаной - 700	30	Хлеб ржаной - 700	30	Хлеб ржаной - 700	30	Хлеб пшеничный - 701.2	30	Хлеб ржаной - 700	30
		Хлеб пшеничный - 701.2	30	Хлеб пшеничный - 701.2	30				
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	
Запеканка рисовая с творогом (с молоком сгущенным) - 188 (3)	110	Салат из свежих помидор с растительным маслом - 15/1	40	Салат из свежих огурцов с растительным маслом - 14/1	40	Салат из свёклы отварной - 26	40	Омлет натуральный - 77	110
Чай черный - 10/10	180	Макаронные изделия отварные - 43/3	120	Рис отварной с овощами - 58	120	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом - 53	120	Печенье - 609	15
		Чай с лимоном - 11/10	180	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	180	Кисель из концентрата плодового или ягодного - 516	180	Чай с молоком и сахаром - 195 (630)	180
		Вафли - 607	15						

Председатель ППО

Туранова Д.Э.

27.02.2026 г.



СОГЛАСОВАНО

(должность)

(ФИО)

(дата)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МКДОУ №4 д/с "Одуванчик"

Бобрик О.В.

Приказ №23 (ОД) от 27.02.2026 г.

(должность)

(ФИО)

(дата)

### Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	180	5,76	7,31	30,82	211,7	84
	Бутерброды с джемом или повидлом	20	0,91	1,43	10,50	58,55	2
	Какао с молоком (1-й вариант)	180	3,24	2,97	22,50	129,6	508
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>9,91</b>	<b>11,71</b>	<b>63,82</b>	<b>399,85</b>	
10:00	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	1,05	0,30	17,10	75	399,6
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>1,05</b>	<b>0,30</b>	<b>17,10</b>	<b>75</b>	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	0,27	3,93	0,93	40	14/1
	Суп с макаронными изделиями	150	1,42	3,04	9,84	72,45	163
	Рагу из птицы	140	14,70	13,30	11,13	223,3	376
	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	6/10
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701,2
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>540</b>	<b>21,12</b>	<b>20,93</b>	<b>60,13</b>	<b>512,45</b>	
УПЛОТНЕННЬ	Запеканка рисовая с творогом (с молоком сгущенным)	110	6,34	4,89	36,23	216,34	188
	Чай с молоком и сахаром	180	1,26	1,44	14,22	72	195
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>290</b>	<b>7,60</b>	<b>6,33</b>	<b>50,45</b>	<b>288,34</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1360</b>	<b>39,68</b>	<b>39,27</b>	<b>191,50</b>	<b>1275,64</b>	

День 2							
ЗАВТРАК	Каша ячневая вязкая	180	5,76	10,26	32,18	244,08	261
	Бутерброд с сыром	20	2,12	1,08	6,77	46,15	1
	Яйцо отварное	16	2,04	1,84	0,12	25,2	1/6
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91,01	395
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>396</b>	<b>12,76</b>	<b>15,59</b>	<b>53,43</b>	<b>406,44</b>	
10:00	Кисломолочный напиток	120	3,36	3,84	4,92	70,8	119
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>120</b>	<b>3,36</b>	<b>3,84</b>	<b>4,92</b>	<b>70,8</b>	
ОБЕД	Рассольник со сметаной	150	1,05	1,95	7,05	51	9/2
	Плов из мяса кур	150	15,27	19,07	27,29	341,79	4/9
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,12	20,91	85,95	342
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701.2
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>510</b>	<b>20,79</b>	<b>21,80</b>	<b>79,76</b>	<b>601,44</b>	
УПЛОТНЕННЫ	Омлет с сыром	110	11,78	20,45	1,81	238,12	216
	Чай черный	180	0,07	0,00	9,00	34,79	10/10
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>290</b>	<b>11,85</b>	<b>20,45</b>	<b>10,81</b>	<b>272,91</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1316</b>	<b>48,76</b>	<b>61,68</b>	<b>148,92</b>	<b>1351,59</b>	
День 3							
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая	180	8,33	7,78	27,61	213,37	413
	Бутерброд с маслом	20	1,37	2,51	8,29	62,29	1
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1,26	0,00	26,10	109,8	516
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>10,96</b>	<b>10,29</b>	<b>62,00</b>	<b>385,46</b>	
10:00	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	1,05	0,30	17,10	75	399.6
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>1,05</b>	<b>0,30</b>	<b>17,10</b>	<b>75</b>	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,05	2,99	4,66	49,8	147
	Суфле рыбное	60	9,84	7,36	1,68	112	59
	Соус молочный для запекания	20	0,74	1,82	2,06	27,56	218
	Макаронные изделия отварные	120	4,24	3,04	25,92	150,4	43/3
	Компот из яблок и изюма	150	0,23	0,00	13,88	53,25	2/10
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701.2
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>560</b>	<b>20,45</b>	<b>15,87</b>	<b>72,71</b>	<b>515,71</b>	
УПЛОТНЕННЫ	Салат из свёклы отварной	40	0,56	2,44	3,04	36,4	26
	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	120	2,45	3,95	15,97	129,37	53
	Печенье	15	1,12	1,47	11,16	62,55	609
	Чай с лимоном	180	0,09	0,00	8,28	32,4	11/10

ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		355	4,22	7,86	38,45	260,72	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1445	36,68	34,32	190,26	1236,89	
День 4							
ЗАВТРАК	Каша пшенная вязкая	180	7,85	11,57	33,41	269,1	264
	Бутерброды с джемом или повидлом	20	0,91	1,43	10,50	58,55	2
	Чай с молоком и сахаром	180	1,26	1,44	14,22	72	195
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		380	10,02	14,44	58,13	399,65	
10:00	Кисломолочный напиток	120	3,36	3,84	4,92	70,8	119
ИТОГО ЗА 10:00		120	3,36	3,84	4,92	70,8	
ОБЕД	Суп крестьянский со сметаной	150	1,82	1,22	9,90	69,06	37
	Птица отварная	60	9,72	7,20	0,18	104,4	366
	Картофельное пюре с маслом сливочным	120	2,48	7,32	14,39	138,29	128
	Напиток из шиповника	150	0,52	0,23	17,10	72,75	538
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701.2
ИТОГО ЗА ОБЕД		540	18,89	16,63	66,08	507,2	
УПЛОТНЕНН	Рис отварной с овощами	120	2,70	4,39	20,36	150,84	58
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1,26	0,00	26,10	109,8	516
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		300	3,96	4,39	46,46	260,64	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1340	36,23	39,30	175,59	1238,29	
День 5							
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая	180	8,64	9,25	42,93	290,16	256
	Бутерброд с сыром	20	2,12	1,08	6,77	46,15	1
	Какао с молоком (1-й вариант)	180	3,24	2,97	22,50	129,6	508
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		380	14,00	13,30	72,20	465,91	
10:00	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	1,05	0,30	17,10	75	399.6
ИТОГО ЗА 10:00		150	1,05	0,30	17,10	75	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	150	1,10	2,94	7,65	61,5	57
	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,01	3,75	24,79	158,83	175
	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	6/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701.2
ИТОГО ЗА ОБЕД		470	11,84	7,35	70,67	397,03	
УПЛОТНЕНН	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	0,27	3,93	0,93	40	14/1
	Макаронные изделия отварные	120	4,24	3,04	25,92	150,4	43/3
	Чай с молоком и сахаром	180	1,26	1,44	14,22	72	195
ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК		340	5,77	8,41	41,07	262,4	

<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1340</b>	<b>32,66</b>	<b>29,36</b>	<b>201,04</b>	<b>1200,34</b>	
<b>День 6</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша гречневая молочная жидкая	180	6,28	9,38	22,50	200,14	64
	Бутерброд с маслом	20	1,37	2,51	8,29	62,29	1
	Яйцо отварное	16	2,04	1,84	0,12	25,2	1/6
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91,01	395
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>396</b>	<b>12,53</b>	<b>16,14</b>	<b>45,27</b>	<b>378,64</b>	
10:00	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	1,05	0,30	17,10	75	399,6
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>1,05</b>	<b>0,30</b>	<b>17,10</b>	<b>75</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	0,27	3,93	0,93	40	14/1
	Гуляш из свинины	60	6,38	16,91	1,73	185,4	260
	Суп-пюре из картофеля	150	2,91	3,87	14,85	105,75	165
	Плов из мяса кур	150	15,27	19,07	27,29	341,79	4/9
	Компот из яблок и кураги	150	0,23	0,00	13,80	53,25	1/10
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701,2
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>610</b>	<b>29,41</b>	<b>44,44</b>	<b>83,11</b>	<b>848,89</b>	
<b>УПЛОТНЕННЬ</b>	Запеканка рисовая с творогом (с молоком сгущенным)	110	6,34	4,89	36,23	216,34	188
	Чай черный	180	0,07	0,00	9,00	34,79	10/10
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>290</b>	<b>6,41</b>	<b>4,89</b>	<b>45,23</b>	<b>251,13</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1446</b>	<b>49,40</b>	<b>65,77</b>	<b>190,71</b>	<b>1553,66</b>	
<b>День 7</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рисовая вязкая	180	5,65	10,64	33,30	251,46	259
	Бутерброды с джемом или повидлом	20	0,91	1,43	10,50	58,55	2
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1,26	0,00	26,10	109,8	516
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>7,82</b>	<b>12,07</b>	<b>69,90</b>	<b>419,81</b>	
10:00	Кисломолочный напиток	120	3,36	3,84	4,92	70,8	119
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>120</b>	<b>3,36</b>	<b>3,84</b>	<b>4,92</b>	<b>70,8</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп крестьянский со сметаной	150	1,82	1,22	9,90	69,06	37
	Суфле рыбное	60	9,84	7,36	1,68	112	59
	Соус молочный для запекания	20	0,74	1,82	2,06	27,56	218
	Картофельное пюре с маслом сливочным	120	2,48	7,32	14,39	138,29	128
	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	6/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701,2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>560</b>	<b>19,61</b>	<b>18,38</b>	<b>66,26</b>	<b>523,61</b>	

УПЛОТНЕННЬ	Салат из свежих помидор с растительным маслом	40	0,40	4,00	1,40	43,33	15/1
	Макаронные изделия отварные	120	4,24	3,04	25,92	150,4	43/3
	Чай с лимоном	180	0,09	0,00	8,28	32,4	11/10
	Вафли	15	0,42	0,49	11,60	52,5	607
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>355</b>	<b>5,15</b>	<b>7,53</b>	<b>47,20</b>	<b>278,63</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1415</b>	<b>35,94</b>	<b>41,82</b>	<b>188,28</b>	<b>1292,85</b>	
<b>День 8</b>							
ЗАВТРАК	Каша кукурузная молочная жидкая	180	5,27	7,02	31,97	207,22	204
	Какао с молоком (1-й вариант)	180	3,24	2,97	22,50	129,6	508
	Бутерброд с сыром	20	2,12	1,08	6,77	46,15	1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>10,63</b>	<b>11,07</b>	<b>61,24</b>	<b>382,97</b>	
10:00	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	1,05	0,30	17,10	75	399.6
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>1,05</b>	<b>0,30</b>	<b>17,10</b>	<b>75</b>	
ОБЕД	Свекольник	150	1,35	3,07	8,92	71,25	67
	Тефтели из говядины с рисом ("ежики")	60	5,53	8,16	5,69	118,33	174
	Макаронные изделия отварные	120	4,24	3,04	25,92	150,4	43/3
	Соус молочный для запекания	20	0,74	1,82	2,06	27,56	218
	Компот из яблок и изюма	150	0,23	0,00	13,88	53,25	2/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701.2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>560</b>	<b>16,44</b>	<b>16,75</b>	<b>80,98</b>	<b>543,49</b>	
УПЛОТНЕННЬ	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	40	0,27	3,93	0,93	40	14/1
	Рис отварной с овощами	120	2,70	4,39	20,36	150,84	58
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1,26	0,00	26,10	109,8	516
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>340</b>	<b>4,23</b>	<b>8,32</b>	<b>47,39</b>	<b>300,64</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1430</b>	<b>32,35</b>	<b>36,44</b>	<b>206,71</b>	<b>1302,1</b>	
<b>День 9</b>							
ЗАВТРАК	Каша манная вязкая	180	8,64	9,25	42,93	290,16	256
	Бутерброд с маслом	20	1,37	2,51	8,29	62,29	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,84	2,41	14,36	91,01	395
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>12,85</b>	<b>14,17</b>	<b>65,58</b>	<b>443,46</b>	
10:00	Кисломолочный напиток	120	3,36	3,84	4,92	70,8	119
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>120</b>	<b>3,36</b>	<b>3,84</b>	<b>4,92</b>	<b>70,8</b>	
ОБЕД	Уха с крупой	150	3,29	0,75	7,79	51,57	70
	Суфле куриное	60	9,91	10,64	1,84	142,5	310
	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,01	3,75	24,79	158,83	175

	Компот из сухофруктов	150	0,38	0,00	13,72	54	6/10
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701.2
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>530</b>	<b>23,94</b>	<b>15,80</b>	<b>72,65</b>	<b>529,6</b>	
<b>УПЛОТНЕННЬ</b>	Салат из свёклы отварной	40	0,56	2,44	3,04	36,4	26
	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	120	2,45	3,95	15,97	129,37	53
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1,26	0,00	26,10	109,8	516
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>340</b>	<b>4,27</b>	<b>6,39</b>	<b>45,11</b>	<b>275,57</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1370</b>	<b>44,42</b>	<b>40,20</b>	<b>188,26</b>	<b>1319,43</b>	
<b>День 10</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшенная вязкая	180	7,85	11,57	33,41	269,1	264
	Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,4	117
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180	1,26	0,00	26,10	109,8	516
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>10,61</b>	<b>12,15</b>	<b>69,79</b>	<b>431,3</b>	
<b>10:00</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	1,05	0,30	17,10	75	399.6
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150</b>	<b>1,05</b>	<b>0,30</b>	<b>17,10</b>	<b>75</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп-пюре гороховый	150	3,90	1,35	10,80	72	29/2
	Птица отварная	60	9,72	7,20	0,18	104,4	366
	Рис отварной	120	2,95	4,86	27,05	163,68	419
	Компот из яблок и кураги	150	0,23	0,00	13,80	53,25	1/10
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	701.2
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	700
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>540</b>	<b>21,15</b>	<b>14,07</b>	<b>76,34</b>	<b>516,03</b>	
<b>УПЛОТНЕННЬ</b>	Омлет натуральный	110	8,63	9,97	3,53	137,42	77
	Печенье	15	1,12	1,47	11,16	62,55	609
	Чай с молоком и сахаром	180	1,26	1,44	14,22	72	195
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>305</b>	<b>11,01</b>	<b>12,88</b>	<b>28,91</b>	<b>271,97</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1375</b>	<b>43,82</b>	<b>39,40</b>	<b>192,14</b>	<b>1294,3</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>13837</b>	<b>399,94</b>	<b>427,56</b>	<b>1873,41</b>	<b>13065,09</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1383,7</b>	<b>39,99</b>	<b>42,76</b>	<b>187,34</b>	<b>1306,51</b>	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849414

Владелец Бобрик Ольга Валерьевна

Действителен с 01.09.2025 по 01.09.2026