

1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
Завтрак	ккал	Завтрак	ккал	Завтрак	ккал	Завтрак	ккал	Завтрак	ккал
Каша манная молочная	309,6	Суп рисовый молочный	187	Суп молочный вермишелевый	187,04	Каша пшеничная молоч	261	Каша пшеничная молочна	289,4
Печенье	140	Батон с маслом,сыром	381,1	Батон с маслом,сыром	381,1	Батон с маслом,сыром	381	Батон с маслом,сыром	381,1
Какао на молоке	169,7	Кофейный напиток на молоке	145,3	Какао на молоке	169,68	Кофейный напиток на молоке	145	Какао на молоке	169,7
2ой завтрак		2ой завтрак		2ой завтрак		2ой завтрак		2ой завтрак	
Фрукты, сок(фруктовый или овощной)	44,4	Фрукты	44,4	Фрукты,сок(фруктовый или овощной)	44,4	Салат морковный	44,4	Сок фруктовый или овощной	44,4
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Гороховый суп на мясном бульоне с гречками	118,1	Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	49,3	Суп Крестьянский на КБ со сметаной	92,08	Суп с клецками наКБ	121	Суп рыбный с крупой Сложный гарнир(рис отварной, овощи тушенные)	120,6
Картофельное пюре	82,6	Гороховое пюре	139,1	Плов с мясом курицы	229,5	Тушеная капуста с курицей	139	Салат из свежей капусты с растит. маслом	139,1
Мясные тефтели в томатном соусе	108	Беф-строганов с говядино	108	Нарезка овощная	50,45	Хлеб	229		50,45
Хлеб	229	Хлеб	229	Хлеб	229	Компот из сухофруктов	107	Хлеб	229
Компот из сухофруктов	107,4	Компот из сухофруктов	107,4	Компот из сухофруктов	107,4			Компот из сухофруктов	107,4
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Молоко	140,6	Фруктовый сок	92	Фруктовый кисель	80	Фруктовый сок	92	Йогурт	138,4
Булочка домашняя	381	Печенье	140	Печенье	140	Печенье	140	Печенье	140
Ужин		Ужин		Ужин		Ужин	0	Ужин	
Твороженная запеканка	285,4	Гречка отварная	180,3	Рагу из овощей	168,42	Макароны, яйцо отварное.	139	Ленивые вареники	285,4
Сметанный соус		Сосиска отварная	245	Биточки куриные	168,1	Тефтели рыбные в сметанном соусе	245	Сметанный соус	
Чай с сахаром. Молоком	52,5	Салат из свеклы	50	Чай с сахаром, лимоном	52,5	Кабачковая икра(весенне-летний)		Чай с сахаром, лим	52,5
	2168	Чай с сахаром, лим	52,5			Чай с сахаром, лим	52,5		
			2150		2099,67		2097		2147

6 день		7 день		8 день		9 день	
Завтрак	ккал	Завтрак	ккал	Завтрак	ккал	Завтрак	ккал
Геркулесовая каша молочная	216,4	Твороженная запеканка с морковью	286,5	Кукурузная каша молочная	328	Каша молочная Дружба	289,8
Печенье	381,1	Батон с маслом,сыром	381,1	Батон с маслом,сыром	381,1	Батон с маслом,сыром	381,1
Кофейный напиток на молоке	145,3	Кофейный напиток на молоке	145,3	Кофейный напиток на молоке	145,3	Кофейный напиток на молоке	145,3
2ой завтрак		2ой завтрак		2ой завтрак		2ой завтрак	
Сок фруктовый или овощной	44,4	Сок фруктовый или овощной	44,40	Фрукты	44,40	Фрукты	44,40
Обед		Обед		Обед		Обед	
Рассольник на мясном бульоне	94,74	Суп с фрикадельками	118,1	Суп картофельный с макаронными изделиями на КБ	85	Суп Уральский на курином бульоне	120,6
Гороховое пюре	82,6	Овощное рагу с мясом	168,4	Омлет	249,8	Макароны запеченные под сырной шапкой	441
Котлета из говядины	211,2	Хлеб	229	Хлеб	229	Салат из свежей капусты	50,45
Хлеб	229	Компот из сухофруктов	107,40	Компот из сухофруктов	107,4	Кабачковая икра(весенне-летний период)	
Компот из сухофруктов	107,4	Полдник		Полдник		Хлеб	229
Полдник		Полдник		Фруктовый сок	92	Компот из сухофруктов	107,4
Молоко	150	Йогурт	138,4	Печенье	140	Полдник	
Батон с джемом	381	Печенье	140	Ужин		Йогурт	138,4
Ужин		Ужин		Ужин		Печенье	140
Суфле рисовое с отварным мясом	229,5	Биточки крупянные из смеси круп с морковью	356	Венегрет овощной с растительным маслом	183	Ужин	
Салат из свеклы с растительным маслом	50	Соус молочный	114,5	Котлета рубленая куриная	125	Картофельное пюре	82,6
Чай с сахаром, лимоном	52,5	Чай с лимоном	52,5	Чай с сахаром, лимоном	52,5	Тефтели рыбные в сметанном соусе	116,48
						Хлеб	229
						Чай с сахаром, лимоном	52,5
	2375		2282		2162,5		2568

10 день	ккал
Завтрак	
Каша гречневая с молоком	181,3
Батон с маслом,сыром	381,1
Кофейный напиток на молоке	145,3
2ой завтрак	
Фрукты	44,40
Обед	
Свекольник на мясном бульоне со сметаной	72,82
Ленивые голубцы со сметаной	266,42
Хлеб	229
Компот из сухофруктов	107,4
Полдник	
Фруктовый кисель	80
Печенье	140
Ужин	
Сырники из творога	286,42
Соус	
Чай с сахаром, лимоном	52,5
	1986,66