

Утверждаю  
Заведующий МАДОУ –  
детский сад № 541  
Шинкаренко С.Б.  
Приказ № 4/1 от 17.01. 2022г.



Специальное цикличное безмолочное меню для детей, нуждающихся в лечебном и  
диетическом питании

Для детей 3-7 лет

Длительность пребывания воспитанников в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы				
									День 1
Завтрак	Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	200	4,32	4,68	28,86	190,32	0,4	2021/16/4/	
	Батон	40	3,1	0,9	16	70,5	0	2021/3/7	
	Повидло	20	0,08	0	13,31	45,36	0,2	7.185	
	Чай	200	0	0	6,36	26,54	0,26	2021/27/1	
	<b>Итого завтрак</b>	<b>420</b>	<b>7,5</b>	<b>5,58</b>	<b>64,53</b>	<b>332,72</b>	<b>0,86</b>		
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	41,4	3,0	7.031	
<b>Итого второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>41,4</b>	<b>3</b>			
Обед	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	60	2,31	3,46	10,24	79,05	3,9	7.32/1/5	
	Суп крестьянский с крупой (безмолочное меню)	200	1,8	4,1	12,2	90,2	3	2021/38/3	
	Капуста тушеная	150	3,5	2,9	17,4	101,1	0,5	2021/11/3.	
	Мясо говядины отварное	75	21,4	13,1	0,63	226,95		2021/1/8/	
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,04	17,08	47,76	50,16	7.115/1	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,72	65,16	0	7.003	
	<b>Итого обед</b>	<b>725</b>	<b>32,15</b>	<b>24,08</b>	<b>74,27</b>	<b>610,22</b>	<b>57,56</b>		
	Уплотненный полдник	Морковь тушеная	75	1,1	2,5	7,9	54,8	0,38	2021/16/3/
		Яйцо отварное	40	0,2	0,2	0,01	2,5	0	2021/1/1-6
		Мясо говядины отварное	75	21,4	13,1	0,63	226,95		2021/1/8/
Чай с лимоном		200	0,04	0	12,94	49,24	11	7.022-3	
Хлеб пшеничный		30	2,28	0,27	15,03	62,37	1,2	7.052	
<b>Итого полдник</b>	<b>420</b>	<b>25,02</b>	<b>16,07</b>	<b>36,51</b>	<b>395,86</b>	<b>12,58</b>			
<b>Итого за 1 день</b>		<b>1665</b>	<b>65,17</b>	<b>45,83</b>	<b>185,41</b>	<b>1380,2</b>	<b>74</b>		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 2</b>								
Завтрак	Каша безмолочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом растительным	200	2,3	4,9	21,8	137,6	0,5	2021/19/4/
	Батон	40	3,1	0,9	16	70,5	0	2021/3/7
	Повидло	20	0,08	0	13,31	45,36	0,2	7.185
	Напиток из цикория	200	0	0	9,08	37,9	0,93	2021/18/10
	<b>Итого завтрак</b>		<b>420</b>	<b>5,48</b>	<b>5,8</b>	<b>60,19</b>	<b>291,36</b>	<b>1,63</b>
Второй завтрак	Апельсин	150	0,94	0,21	10,81	37,8	30	7.012
<b>Итого второй завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,94</b>	<b>0,21</b>	<b>10,81</b>	<b>37,8</b>	<b>30</b>	
Обед	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	60	0,96	4,05	6,81	56,22	22,4	7.6/1
	Борщ (безмолочное меню)	200	1,4	3,7	8,7	70	5,3	2021/2/2/
	Картофельное пюре (без молока)	150	2,6	4,1	21,3	131,2	10,74	2021/4/3/1
	Рыба отварная	80	19,3	6	0	143,47	0,9	2021/1/7/
	Кисель из сухофруктов	200	0,7	0,06	17,72	80,48	50,16	2021/20/11
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,72	65,16	0	7.003
<b>Итого обед</b>		<b>730</b>	<b>27,6</b>	<b>18,39</b>	<b>71,25</b>	<b>546,53</b>	<b>89,5</b>	
Уплотненный полдник	Макаронные изделия отварные	150	5,01	3,2	34,8	199,9	0	2021/46/4
	Мясо говядины отварное	75	21,41	13,1	0,6	226,95		2021/1/8/
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,03	62,37	1,2	7.052
	Чай с сахаром	200	0	0	11,82	44,34	0,8	7.354/4
<b>Итого полдник</b>		<b>455</b>	<b>28,7</b>	<b>16,57</b>	<b>62,25</b>	<b>533,56</b>	<b>2</b>	
<b>Итого за 2 день</b>		<b>1755</b>	<b>62,72</b>	<b>40,97</b>	<b>204,5</b>	<b>1409,25</b>	<b>123,13</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша ячневая безмолочная с маслом растительным	200	3,76	3,98	29,74	180,72	0,4	2021/15/4.
	Батон	40	3,1	0,9	16	70,5	0	2021/3/7
	Яйцо отварное	40	0,2	0,2	0,01	2,5	0	2021/1/-6
	Напиток из цикория	200	0	0	9,08	37,9	0,93	2021/18/10
	<b>Итого завтрак</b>		<b>440</b>	<b>7,06</b>	<b>5,08</b>	<b>54,83</b>	<b>291,62</b>	<b>1,33</b>
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	41,4	3,0	7.031
	<b>Итого второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>41,4</b>	<b>3</b>	
Обед	Кукуруза консервированная	30	0,71	0,12	5,6	26,46	2,1	4.1/1
	Уха рыбацкая	200	6,84	2,3	11,04	99,1	5,4	7.30/2
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	80	12,25	9,1	6,4	172,32	0,5	2021/39/8/
	Морковь тушеная	150	2,1	6,91	15,69	136,12	2	7.10/3
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,04	17,08	47,76	50,16	7.115/1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,72	65,16	0	7.003
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,03	62,37	1,2	7.052
<b>Итого обед</b>		<b>730</b>	<b>27,32</b>	<b>19,22</b>	<b>87,56</b>	<b>609,29</b>	<b>61,36</b>	
Уплотненный полдник	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	0,5	4,3	0,08	46,3	0,28	2021/2/6-1
	"Березка"	100	7,42	10,47	64,34	381	0,0	7.1241/2/1
	Чай с сахаром	200	0	0	11,82	44,34	0,8	7.354/4
	<b>Итого полдник</b>	<b>450</b>	<b>7,92</b>	<b>14,77</b>	<b>76,24</b>	<b>471,64</b>	<b>1,08</b>	
<b>Итого за 3 день</b>		<b>1720</b>	<b>42,8</b>	<b>39,17</b>	<b>228,73</b>	<b>1413,95</b>	<b>66,77</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Макаронные изделия отварные	150	5,01	3,2	34,8	199,9	0	2021/46/4
	Повидло	20	0,08	0	13,31	45,36	0,2	7.185
	Батон	40	3,1	0,9	16	70,5	0	2021/3/7
	Напиток из цикория	200	0	0	9,08	37,9	0,93	2021/18/10
<b>Итого завтрак</b>		<b>370</b>	<b>8,19</b>	<b>4,1</b>	<b>73,19</b>	<b>353,66</b>	<b>1,13</b>	
Второй завтрак	Яблоко	150	0,52	0,52	15,58	53,46	15,0	7.131-2
	<b>Итого второй завтрак</b>	<b>150</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>15,58</b>	<b>53,46</b>	<b>15</b>	
Обед	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,82	4,45	6,34	62,76	14	8.20/1
	Суп картофельный вегетарианский	200	1,34	2,78	7,8	57,4	5	2021/13/6
	Биточки (котлеты) из мяса кур	80	15,38	3,94	6,20	118,60	0,3	2021/5/10
	Каша гречневая безмолочная с маслом растительным	150	4,06	5,54	28,71	178,11	0,9	2021/2/4/1
	Компот из яблок	200	0,08	0,08	14,8	55,6	50,0	7.197
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,72	65,16	0	7.003
<b>Итого обед</b>		<b>730</b>	<b>24,32</b>	<b>17,27</b>	<b>80,57</b>	<b>537,63</b>	<b>70,2</b>	
Уплотненный полдник	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,72	3,92	30,18	176,6		2021/43/4
	Мясо кур отварное (порц., без кости)	70	11,82	11,17	0,6	166,9		2021/1/9.
	Чай с сахаром	200	0	0	11,82	44,34	0,8	7.354/4
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,03	62,37	1,2	7.052
<b>Итого полдник</b>		<b>450</b>	<b>17,82</b>	<b>15,36</b>	<b>57,63</b>	<b>450,21</b>	<b>2</b>	
<b>Итого за 4 день</b>		<b>1700,0</b>	<b>50,9</b>	<b>37,3</b>	<b>227,0</b>	<b>1395,0</b>	<b>88,3</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 6</b>								
Завтрак	Каша ячневая молочная безмолочная с маслом растительным	200	3,76	3,98	29,74	180,72	0,4	2021/15/4.
	Батон	40	3,1	0,9	16	70,5	0	2021/3/7
	Яйцо отварное	40	0,2	0,2	0,01	2,5	0	2021/1/-6
	Напиток из цикория	200	0	0	9,08	37,9	0,93	2021/18/10
<b>Итого завтрак</b>		<b>440</b>	<b>7,06</b>	<b>5,08</b>	<b>54,83</b>	<b>291,62</b>	<b>1,33</b>	
Второй завтрак	Яблоко	100	0,35	0,35	10,38	39,6	3,0	7.346
<b>Итого второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,35</b>	<b>0,35</b>	<b>10,38</b>	<b>39,6</b>	<b>3</b>	
Обед	Салат из белокочанной капусты с яблоками и растительным маслом	60	0,58	4,08	7,45	58,15	3,86	7.8/1
	Суп картофельный вегетарианский	200	1,34	2,78	7,8	57,4	5	2021/13/6
	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,72	3,95	30,18	176,63	0	2021/43/4
	Мясо кур отварное (порц., без кости)	70	11,82	11,17	0,6	166,9		2021/1/9.
	Гренки	20	1,71	0,19	10,94	49,89	1	7.34/2/2
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,04	17,08	47,76	50,16	7.115/1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,72	65,16	0	7.003
	<b>Итого обед</b>		<b>740</b>	<b>22,31</b>	<b>22,69</b>	<b>90,77</b>	<b>621,89</b>	<b>60,02</b>
Уплотненный полдник	Пудинг из крупы с яблоками (рисовый, безмолочный)	150	4,5	5,79	38,63	234,42	1,2	2021/6-1/6
	Повидло	20	0,08	0	13,31	45,36	0,2	7.185
	Чай с сахаром	200	0	0	11,82	44,34	0,8	7.354/4
<b>Итого полдник</b>		<b>370</b>	<b>4,58</b>	<b>5,79</b>	<b>63,76</b>	<b>324,12</b>	<b>2,2</b>	
<b>Итого за 6 день</b>		<b>1650</b>	<b>34,30</b>	<b>33,91</b>	<b>219,74</b>	<b>1277,23</b>	<b>66,55</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г				Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы				
<b>День 5</b>									
Завтрак	Каша пшенная безмолочная с маслом растительным	200	4,32	5,56	27,84	199,32	0,35	2021/11/4.	
	Батон	40	3,1	0,9	16	70,5	0	2021/3/7	
	Повидло	20	0,08	0	13,31	45,36	0,2	7.185	
	Напиток из цикория	200	0	0	9,08	37,9	0,93	2021/18/10	
<b>Итого завтрак</b>		<b>420</b>	<b>7,5</b>	<b>6,46</b>	<b>66,23</b>	<b>353,08</b>	<b>1,48</b>		
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	41,4	3,0	7.031	
<b>Итого второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>41,4</b>	<b>3</b>		
Обед	Салат из моркови и яблок с растительным маслом	60	0,56	4,17	7,94	51,02	3,2	7.289	
	Суп крестьянский с крупой (безмолочное меню)	200	1,8	4,1	12,2	90,2	3	2021/38/3	
	Капуста тушеная	150	3,5	2,9	17,4	101,1	0,5	2021/11/3.	
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	80	12,08	12,8	6,36	187,96	0,09	2021/39/8/	
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,72	65,16	0	7.003	
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,04	17,08	47,76	50,16	7.115/1	
	<b>Итого обед</b>		<b>730</b>	<b>21,08</b>	<b>24,49</b>	<b>77,7</b>	<b>543,2</b>	<b>56,94</b>	
Уплотненный полдник	Огурец консервированный	40	0,3	0,4	0,91	4,68	22,4	7.367-4	
	Картофельное пюре (без молока)	150	2,6	4,1	21,3	131,2	10,74	2021/4/3/1	
	Мясо говядины отварное	75	21,41	13,1	0,6	226,95		2021/1/8/	
	Чай с сахаром	200	0	0	11,82	44,34	0,8	7.354/4	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,03	62,37	1,2	7.052		
<b>Итого полдник</b>		<b>495</b>	<b>26,59</b>	<b>17,87</b>	<b>49,66</b>	<b>469,54</b>	<b>35,14</b>		
<b>Итого за 5 день</b>		<b>1745</b>	<b>55,67</b>	<b>48,92</b>	<b>203,69</b>	<b>1407,22</b>	<b>96,56</b>		

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша геркулесовая безмолочная с маслом растительным и отрубями	200	4,02	6,44	26,32	174,24	0,53	2021/8/4/2
	Батон	40	3,1	0,9	16	70,5	0	2021/3/7
	Напиток из цикория	200	0	0	9,08	37,9	0,93	2021/18/10
	<b>Итого завтрак</b>	<b>400</b>	<b>7,12</b>	<b>7,34</b>	<b>51,4</b>	<b>282,64</b>	<b>1,46</b>	
Второй завтрак	Банан	160	1,68	0,11	24,41	89,71	36,0	7,223
<b>Итого второй завтрак</b>		<b>160</b>	<b>1,68</b>	<b>0,11</b>	<b>24,41</b>	<b>89,71</b>	<b>36</b>	
Обед	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,7	4,05	8	59,1		7,10/1
	Борщ (безмолочное меню)	200	1,4	3,7	8,7	70	5,3	2021/2/2/
	Печень (безмолочное меню)	70	17,11	11,44	0	189,42	3,53	2021/9/8-2
	Картофельное пюре (без молока)	150	2,6	4,1	21,3	131,2	10,74	2021/4/3/1
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,04	17,08	47,76	50,16	7,115/1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,72	65,16	0	7,003
	Чеснок	3	0,15		0,15	1,04		7,371-1
<b>Итого обед</b>		<b>723</b>	<b>25,1</b>	<b>23,81</b>	<b>71,95</b>	<b>563,68</b>	<b>69,73</b>	
Уплотненный полдник	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	0,5	4,3	0,08	46,3	0,28	2021/2/6-1
	Зеленый горошек	20	0,6	0	0,1	8,0		7,017-2
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,03	62,37	1,2	7,052
	Мармелад	20	0,16	0	30,64	105,48	0	7,304
	Чай с лимоном	200	0,04	0	12,94	49,24	11	7,022-3
<b>Итого полдник</b>		<b>420</b>	<b>3,58</b>	<b>4,57</b>	<b>58,79</b>	<b>271,39</b>	<b>12,48</b>	
<b>Итого за 7 день</b>		<b>1703</b>	<b>37,48</b>	<b>35,83</b>	<b>206,55</b>	<b>1207,42</b>	<b>119,67</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
<b>День 8</b>								
Завтрак	Каша пшеничная безмолочная с маслом растительным	200	4,32	4,68	28,86	190,32	0,4	2021/16/4/
	Батон	40	3,1	0,9	16	70,5	0	2021/3/7
	Яйцо отварное	40	0,2	0,2	0,01	2,5	0	2021/1/-6
	Напиток из цикория	200	0	0	9,08	37,9	0,93	2021/18/10
<b>Итого завтрак</b>		<b>440</b>	<b>7,62</b>	<b>5,78</b>	<b>53,95</b>	<b>301,22</b>	<b>1,33</b>	
Второй завтрак	<b>Сок фруктовый</b>	<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>41,4</b>	<b>3,0</b>	<b>7.031</b>
<b>Итого второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>41,4</b>	<b>3</b>	
Обед	Салат из отварного картофеля, морской капусты и репчатого лука с растительным маслом	60	0,9	5,14	7,41	78,44	3,86	8.33/1
	Суп картофельный вегетарианский	200	1,34	2,78	7,8	57,4	5	2021/13/6
	Капуста тушеная	150	3,5	2,9	17,4	101,1	0,5	2021/1/3.
	Мясо говядины отварное	75	21,4	13,1	0,63	226,95		2021/1/8/
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,04	17,08	47,76	50,16	7.115/1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,72	65,16	0	7.003
	Гренки	20	1,71	0,19	10,94	49,89	1	7.34/2/2
	<b>Итого обед</b>		<b>745</b>	<b>31,99</b>	<b>24,63</b>	<b>77,98</b>	<b>626,7</b>	<b>60,52</b>
Уплотненный полдник	Макаронные изделия отварные	150	5,01	3,2	34,8	199,9	0	2021/46/4
	Мясо говядины отварное	75	21,41	13,1	0,6	226,95		2021/1/8/
	Чай с сахаром	200	0	0	11,82	44,34	0,8	7.354/4
	Повидло	20	0,08	0	13,31	45,36	0,2	7.185
<b>Итого полдник</b>		<b>445</b>	<b>26,5</b>	<b>16,3</b>	<b>60,53</b>	<b>516,55</b>	<b>1</b>	
<b>Итого за 8 день</b>		<b>1730</b>	<b>66,61</b>	<b>46,81</b>	<b>202,56</b>	<b>1485,87</b>	<b>65,85</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша гречневая безмолочная с маслом растительным	150	4,1	5,5	28,71	178,14	0,52	2021/2/5
	Батон	40	3,1	0,9	16	70,5	0	2021/3/7
	Повидло	20	0,08	0	13,31	45,36	0,2	7.185
	Напиток из цикория	200	0	0	9,08	37,9	0,93	2021/18/10
<b>Итого завтрак</b>		<b>370</b>	<b>7,28</b>	<b>6,4</b>	<b>67,1</b>	<b>331,9</b>	<b>1,65</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	41,4	3,0	7.031
<b>Итого второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>41,4</b>	<b>3</b>	
Обед	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	60	1,14	3,7	9,49	74,77	22,54	7.271
	Щи из свежей капусты (безмолочное меню)	200	1,38	1,88	7,4	51,56	5,37	2021/6/2
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные	80	12,25	9,1	6,4	172,32	0,5	2021/39/8/
	Свекла, тушенная	150	2,41	5,9	16,8	125,9	0	7.113
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,04	17,08	47,76	50,16	7.115/1
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,72	65,16	0	7.003
<b>Итого обед</b>		<b>730</b>	<b>20,32</b>	<b>21,1</b>	<b>73,89</b>	<b>537,47</b>	<b>78,57</b>	
Уплотненный полдник	Омлет безмолочный запеченный или паровой	150	0,5	4,3	0,08	46,3	0,28	2021/2/6-1
	Печенье	20	2,08	1,04	15,36	82,44		7.308/6
	Икра кабачковая	30	0,6	2,7	2,82	32,94	0	7.364
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,03	62,37	1,2	7.052
	Чай с сахаром	200			11,82	44,34	0,8	7.354/4
<b>Итого полдник</b>		<b>430</b>	<b>5,46</b>	<b>8,31</b>	<b>45,11</b>	<b>268,39</b>	<b>2,28</b>	
<b>Итого за 9 день</b>		<b>1630</b>	<b>33,56</b>	<b>35,91</b>	<b>196,2</b>	<b>1179,16</b>	<b>85,5</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,7	3,9	30,1	176,63	0,42	2021/3/7
	Батон	40	3,1	0,9	16	70,5	0	2021/3/7
	Яйцо отварное	40	0,2	0,2	0,01	2,5	0	2021/1/6
	Напиток из цикория	200	0	0	9,08	37,9	0,93	2021/18/10
<b>Итого завтрак</b>		<b>390</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>55,19</b>	<b>287,53</b>	<b>1,35</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	10,1	41,4	3,0	7.031
<b>Итого второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>10,1</b>	<b>41,4</b>	<b>3</b>	
Обед	Кукуруза консервированная	50	1,1	0,22	9,3	48,8	2,1	7.375
	Суп лапша	200	1,96	3,4	14,82	93,78	4,52	7.20/2/5
	Мясо кур отварное (порц., без кости)	70	11,82	11,17	0,6	166,9		2021/1/9.
	Капуста тушеная	150	3,5	2,9	17,4	101,1	0,5	2021/11/3.
	Напиток из шиповника	200	0,42	0	20,72	77,02	89,0	7.15/10/4
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	16,72	65,16	0	7.003
	<b>Итого обед</b>		<b>710</b>	<b>21,44</b>	<b>18,17</b>	<b>79,56</b>	<b>552,76</b>	<b>96,12</b>
Уплотненный полдник	Картофельное пюре (без молока)	150	2,6	4,1	21,3	131,2	10,74	2021/4/3/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	15,03	62,37	1,2	7.052
	Сельдь	30	5,13	2,57	0	44,14	0	7.н125/2
	Чай с лимоном	200	0,04	0	12,94	49,24	11	7.022-3
<b>Итого полдник</b>		<b>410</b>	<b>10,05</b>	<b>6,94</b>	<b>49,27</b>	<b>286,95</b>	<b>22,94</b>	
<b>Итого за 10 день</b>		<b>1610</b>	<b>38,99</b>	<b>30,21</b>	<b>194,12</b>	<b>1168,64</b>	<b>123,41</b>	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 307419508320837797574833128201242969401703522586

Владелец Шинкаренко Светлана Борисовна

Действителен с 01.09.2023 по 31.08.2024