

Согласовано: *Сурин А.А.*  
Родитель (законный представитель)

Повар-бригадир  
«Азбука питания» ст. МАДОУ №14/2

Медицинский работник  
ГБУЗ СО «Красноуфимская РБ»

Согласовано:  
Заведующий МАДОУ №14/2

*Вас. Васильева Е.П.*

*А.А. Захарова*

## Индивидуальное 10-ти дневное меню для при 10,5-ти часовом режиме пребывания в МАДОУ №14/2

23.10.2025г.

Меню составлено на основании Сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школьных образовательных учреждений, школ-интернатов, детских домов и детских оздоровительных учреждений 2008 года Пермь и сборников технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях Екатеринбург 2011г в соответствии с требованиями СанПиН 2.3/2.4.3590-20 п8.2.1. «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Проведана коррекция основного 10-ти дневного меню и составлено индивидуальное меню для

**согласно заключения ГАУЗ СО «Красноуфимская РБ» от 08.10.2025г. Исключить из рациона питания молоко и блюда и напитки содержащие молоко, творог, сметану, сыр, кисломолочные продукты, каши на воде. Проведена замена блюд и напитков, см\* индивидуальное меню).**

**На основании основного меню приготавливаемых блюд, составлено  
индивидуальное меню для**

**р. дс14/2**

**Рацион: Красноуфимск ДОУ 3-7 л**

**Неделя: 1**

**День: понедельник**

| Прием пищи           | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|-------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                      |                               |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак</b>       | Каша пшеничная на воде        | 200       | 5                | 5    | 31       | 183                     | ТТК15/4     |
|                      | Хлеб пшеничный                | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|                      | Чай с сахаром _@              | 180       |                  |      | 9,87     | 53,9                    | 828         |
|                      |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| <b>Завтрак 2</b>     | Яблоки свежие                 | 100       | 0,4              |      | 9,8      | 73,3                    | 976         |
|                      |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| <b>Обед</b>          | Суп-пюре овощной              | 200       | 2,02             | 4    | 12,62    | 118                     | 1 016       |
|                      | Гренки из пшеничного хлеба    | 10        | 1,3              |      | 7,81     | 40                      | 943         |
|                      | Биточек мясной рубленый       | 70        | 5,44             | 7    | 11,19    | 170,4                   | 827         |
|                      | Соус томатный                 | 20        | 0,12             | 1    | 1,16     | 11,1                    | 1 126       |
|                      | Макаронные изделия отварные с | 140       | 6,04             | 3    | 36,13    | 198,6                   | 516         |
|                      | Напиток из плодов шиповника   | 180       | 0,61             |      | 23,07    | 108,6                   | 705         |
|                      | Хлеб пшеничный                | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|                      | Хлеб ржаной                   | 10        | 0,85             |      | 4,85     | 26,9                    | 1 148       |
|                      |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| <b>Полдник</b>       | Булочка домашняя              | 70        | 5,29             | 8    | 43,3     | 275,8                   | 769,12      |
|                      | Чай с сахаром _@              | 180       |                  |      | 9,87     | 53,9                    | 828         |
|                      |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| <b>Итого за день</b> |                               | 1400      | 33               | 30   | 316      | 1456                    |             |

**Рацион: Красноуфимск ДОУ 3-7 л**

**Неделя: 1**

**День: вторник**

| Прием пищи           | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|----------------------|-------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                      |                               |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| <b>Завтрак</b>       | Каша рисовая на воде          | 180       | 4                | 5    | 43       | 227                     | ТТК7/4      |
|                      | Хлеб пшеничный                | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|                      | Чай с сахаром _@              | 200       |                  |      | 10,97    | 59,9                    | 828         |
|                      |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| <b>Завтрак 2</b>     | Напиток из плодов шиповника   | 100       | 0,34             |      | 12,81    | 60,3                    | 705         |
|                      |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| <b>Обед</b>          | Морковь протертая с сахаром   | 30        | 0,36             | 0    | 3,36     | 31,2                    | 1624,04     |
|                      | Суп картофельный с клецками   | 180       | 1,92             | 2    | 14,94    | 87,4                    | 1 113       |
|                      | Клецки _@                     | 30        | 1,42             | 1    | 6,34     | 43                      | 1 114       |
|                      | Мясо кур отварное (для первых | 5         | 1,15             | 1    | 0,04     | 11,8                    | 1 052       |
|                      | Гуляш из мяса свинины _@      | 70        | 7,84             | 20   | 2,7      | 168,1                   | 437,06      |
|                      | Пюре картофельное на воде     | 130       | 2,87             | 7    | 23,55    | 182                     | 995/1       |
|                      | Компот из смеси сухофруктов   | 180       | 0,32             |      | 21,92    | 91,5                    | 928         |
|                      | Хлеб пшеничный                | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|                      | Хлеб ржаной                   | 10        | 0,85             |      | 4,85     | 26,9                    | 1 148       |
| <b>Итого за Обед</b> |                               |           |                  |      |          |                         |             |

|               |                 |      |      |    |       |       |       |
|---------------|-----------------|------|------|----|-------|-------|-------|
| Полдник       |                 |      |      |    |       |       |       |
|               | Манник          | 50   | 3,19 | 4  | 30,14 | 169,5 | 1 182 |
|               | Чай с сахаром_@ | 200  |      |    | 10,97 | 59,9  | 828   |
| Итого за день |                 | 1405 | 30   | 38 | 209   | 1360  |       |

Рацион: Красноуфимск ДОУ 3-7 л

Неделя: 1

День: среда

| Прием пищи    | Наименование блюда                | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------|-----------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|               |                                   |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак       | Каша гречневая вязкая.            | 130       | 3,5              | 4    | 22,1     | 148,2                   | 1 032       |
|               | Хлеб пшеничный                    | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|               | Чай с сахаром                     | 180       |                  |      | 9,87     | 53,9                    | 828         |
| Завтрак 2     |                                   |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Сок натуральный                   | 100       |                  |      | 11,2     | 47,5                    | 707         |
| Обед          | Икра кабачковая                   | 30        | 0,36             | 4    | 2,22     | 29,1                    | 813         |
|               | Борщ с капустой, картофелем       | 200       | 3,03             | 6    | 13,87    | 118                     | 1 021       |
|               | Мясо кур отварное (для первых     | 5         | 1,15             | 1    | 0,04     | 11,8                    | 1 052       |
|               | Плов со свиной                    | 150       | 9,57             | 18   | 35,19    | 352,3                   | 1 018       |
|               | Кисель витаминизированный         | 200       | 0,05             |      | 38       | 92,5                    | 1 318       |
|               | Хлеб пшеничный                    | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|               | Хлеб ржаной                       | 25        | 2,12             | 1    | 12,12    | 67,2                    | 1 148       |
| Полдник       |                                   |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Жаркое по-домашнему с мясом птицы | 100       | 9,77             | 10   | 8,49     | 162,7                   | 893.01      |
|               | Чай с сахаром_@                   | 180       |                  |      | 9,87     | 53,9                    | 828         |
|               | Хлеб пшеничный                    | 10        | 1,07             |      | 5,35     | 28,4                    | 897         |
| Итого за день |                                   | 1360      | 36               | 42   | 182      | 1278                    |             |

Рацион: Красноуфимск ДОУ 3-7 л

Неделя: 1

День: четверг

| Прием пищи | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|-------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|            |                               |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак    |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Каша ячневая на воде          | 200       | 2,8              | 4    | 21,4     | 134                     | ТТК210/1    |
|            | Хлеб пшеничный                | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|            | Чай с сахаром_@               | 180       |                  |      | 9,87     | 53,9                    | 828         |
| Завтрак 2  |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Компот из сухофруктов         | 100       | 0,17             |      | 12,18    | 50,9                    | 928         |
| Обед       |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Кукуруза консервированная     | 30        | 0,62             | 1    | 3,24     | 36,7                    | 812         |
|            | Суп Крестьянский с крупой     | 180       | 1,83             | 5    | 12,44    | 98,4                    | 1058        |
|            | Мясо кур отварное (для первых | 5         | 1,15             | 1    | 0,04     | 11,8                    | 1 052       |
|            | Рагу из мяса птицы_@          | 170       | 19,68            | 18   | 19,79    | 279,2                   | 1 021       |
|            | Напиток лимонный              | 180       | 0,13             |      | 17,49    | 83,7                    | 699         |
|            | Хлеб пшеничный                | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|            | Хлеб ржаной                   | 10        | 0,85             |      | 4,85     | 26,9                    | 1 148       |
| Полдник    |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Картофель отварной            | 80        | 1,5              | 2,1  | 10,2     | 93                      | 1/3         |

|                 |      |      |     |      |      |       |
|-----------------|------|------|-----|------|------|-------|
| Яйцо отварное   | 40   | 5,1  | 4,6 | 0,3  | 63   | 1/6   |
| Хлеб ржаной     | 10   | 0,85 |     | 4,85 | 26,9 | 1 148 |
| Чай с сахаром_@ | 180  |      |     | 9,87 | 53,9 | 828   |
|                 |      |      |     |      |      |       |
| Итого за день   | 1315 | 40   | 38  | 153  | 1154 |       |

Рацион: Красноуфимск ДОУ 3-7 л

Неделя: 1

День: пятница

| Прием пищи    | Наименование блюда                | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------|-----------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|               |                                   |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак       |                                   |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Каша (пшено,рис) на воде          | 200       | 2,12             | 3    | 17,5     | 110,8                   | 1139,01     |
|               | Хлеб пшеничный                    | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|               | Чай с лимоном_@                   | 200       | 0,06             |      | 15,16    | 59,9                    | 686         |
|               |                                   |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак 2     |                                   |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Компот из св. яблок               | 100       | 0,05             | 0    | 11,94    | 49,6                    | 912         |
|               |                                   |           |                  |      |          |                         |             |
| Обед          |                                   |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Щи из свежей капусты с картофелем | 200       | 1,52             | 4    | 7,36     | 109,7                   | 124         |
|               | Мясо кур отварное (для первых     | 5         | 1,15             | 1    | 0,04     | 11,8                    | 1 052       |
|               | Фигурки рыбные_@                  | 50        | 7,32             | 11   | 3,62     | 139,6                   | 1 699,05    |
|               | Греча рассыпчатая                 | 130       | 8,08             | 5    | 42,14    | 246,7                   | 998         |
|               | Соус томатный                     | 20        | 0,12             | 1    | 1,16     | 11,1                    | 1 126       |
|               | Напиток из плодов шиповника       | 180       | 0,61             | 0    | 24,86    | 115,8                   | 705         |
|               | Хлеб пшеничный                    | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|               | Хлеб ржаной                       | 10        | 0,85             |      | 4,85     | 26,9                    | 1 148       |
|               |                                   |           |                  |      |          |                         |             |
| Полдник       |                                   |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Жаркое по-домашнему с мясом птицы | 100       | 9,77             | 10   | 8,49     | 162,7                   | 893.01      |
|               | Хлеб пшеничный                    | 15        | 1,61             | 1    | 8,03     | 42,6                    | 897         |
|               | Чай с сахаром_@                   | 180       |                  |      | 9,87     | 53,9                    | 828         |
|               |                                   |           |                  |      |          |                         |             |
| Итого за день |                                   | 1440      | 39               | 38   | 166      | 1213                    |             |

Рацион: Красноуфимск ДОУ 3-7 л

Неделя: 2

День: понедельник

| Прием пищи | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|-------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|            |                               |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак    |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Каша ячневая на воде          | 200       | 2,8              | 4    | 21,4     | 134                     | ТТК210/1    |
|            | Хлеб ржаной                   | 20        | 1,7              | 1    | 9,7      | 53,8                    | 1 148       |
|            | Чай с сахаром_@               | 180       |                  |      | 9,87     | 53,9                    | 828         |
|            |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак 2  |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Компот из сухофруктов         | 100       | 0,17             |      | 12,18    | 50,9                    | 928         |
|            |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| Обед       |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Рассольник Ленинградский      | 200       | 1,91             | 5    | 12,79    | 92,4                    | 1 175       |
|            | Мясо кур отварное (для первых | 5         | 1,15             | 1    | 0,04     | 11,8                    | 1 052       |
|            | Биточек мясной рубленый       | 70        | 5,44             | 7    | 11,19    | 170,4                   | 827         |
|            | Рис припущенный               | 130       | 2,64             | 3    | 21,68    | 195,4                   | 512         |
|            | Кисель витаминизированный     | 180       | 0,05             |      | 34,2     | 83,3                    | 1 318       |
|            | Хлеб пшеничный                | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|            | Хлеб ржаной                   | 10        | 0,85             |      | 4,85     | 26,9                    | 1 148       |
|            |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| Полдник    |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Булочка домашняя              | 70        | 5,29             | 8    | 43,3     | 275,8                   | 769,12      |

|                 |      |    |    |      |      |     |
|-----------------|------|----|----|------|------|-----|
| Чай с сахаром_@ | 180  |    |    | 9,87 | 53,9 | 828 |
|                 |      |    |    |      |      |     |
|                 |      |    |    |      |      |     |
| Итого за день   | 1370 | 25 | 30 | 204  | 1273 |     |

Рацион: Красноуфимск ДОУ 3-7 л

Неделя: 2

День: вторник

| Прием пищи    | Наименование блюда                       | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------|------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|               |                                          |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак       |                                          |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Каша овсяная Геркулес на воде            | 200       | 4                | 6    | 22       | 163                     | ТТК8/4      |
|               | Хлеб пшеничный                           | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|               | Чай с сахаром_@                          | 180       |                  |      | 9,87     | 53,9                    | 828         |
|               |                                          |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак 2     |                                          |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Напиток из плодов шиповника              | 100       | 0,34             |      | 12,81    | 60,3                    | 705         |
|               |                                          |           |                  |      |          |                         |             |
| Обед          |                                          |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200       | 1,97             | 2    | 14,04    | 85                      | 1 050       |
|               | Мясо кур отварное (для первых            | 5         | 1,15             | 1    | 0,04     | 11,8                    | 1 052       |
|               | Гуляш из курицы                          | 70        | 12,7             | 5    | 5,52     | 178,7                   | 1024        |
|               | Пюре картофельное НА ВОДЕ                | 130       | 2,87             | 7    | 23,55    | 182                     | 995         |
|               | Напиток лимонный                         | 180       | 0,13             |      | 17,49    | 83,7                    | 699         |
|               | Хлеб пшеничный                           | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|               | Хлеб ржаной.                             | 10        | 0,85             |      | 4,25     | 25,9                    | 1 147       |
|               |                                          |           |                  |      |          |                         |             |
| Полдник       | Хлеб пшеничный                           | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|               | Каша гречневая вязкая.                   | 130       | 3,5              | 4    | 22,1     | 148,2                   | 1 032       |
|               | Чай с сахаром_@                          | 200       |                  |      | 10,97    | 59,9                    | 828         |
|               |                                          |           |                  |      |          |                         |             |
| Итого за день |                                          | 1480      | 35               | 28   | 165      | 1265                    |             |

Рацион: Красноуфимск ДОУ 3-7 л

Неделя: 2

День: среда

| Прием пищи | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|-------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|            |                               |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак    |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Каша пшеничная на воде        | 200       | 4,5              | 4,7  | 26,9     | 169                     | ТТК11/4     |
|            | Чай с сахаром_@               | 200       |                  |      | 10,97    | 59,9                    | 828         |
|            | Хлеб пшеничный                | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|            |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| Завтрак 2  |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Яблоки свежие                 | 100       | 0,4              |      | 9,8      | 73,3                    | 976         |
|            |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| Обед       |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Борщ с капустой, картофелем   | 200       | 3,03             | 6    | 13,87    | 118                     | 1 021       |
|            | Мясо кур отварное (для первых | 5         | 1,15             | 1    | 0,04     | 11,8                    | 1 052       |
|            | Котлета Детская из мяса птицы | 70        | 10,89            | 9    | 11,19    | 170,4                   | 1 054,01    |
|            | Каша гречневая вязкая.        | 130       | 3,5              | 4    | 22,1     | 148,2                   | 1 032       |
|            | Компот из смеси сухофруктов   | 180       | 0,32             |      | 21,92    | 91,5                    | 928         |
|            | Хлеб пшеничный                | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|            | Хлеб ржаной                   | 10        | 0,85             |      | 4,85     | 26,9                    | 1 148       |
|            |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| Полдник    |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|            |                               |           |                  |      |          |                         |             |

|                  |      |      |    |      |       |        |
|------------------|------|------|----|------|-------|--------|
| Булочка домашняя | 70   | 5,29 | 8  | 43,3 | 275,8 | 769,12 |
| Чай с сахаром_@  | 180  |      |    | 9,87 | 53,9  | 828    |
|                  |      |      |    |      |       |        |
| Итого за день    | 1395 | 35   | 35 | 202  | 1193  |        |

Рацион: Красноуфимск ДОУ 3-7 л

Неделя: 2

День: четверг

| Прием пищи    | Наименование блюда            | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|---------------|-------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|               |                               |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак       |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Каша гречневая вязкая.        | 130       | 3,5              | 4    | 22,1     | 148,2                   | 1 032       |
|               | Хлеб пшеничный                | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|               | Чай с сахаром_@               | 180       |                  |      | 9,87     | 53,9                    | 828         |
| Завтрак 2     |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Напиток из плодов шиповника   | 100       | 0,34             |      | 12,81    | 60,3                    | 705         |
| Обед          |                               |           |                  |      |          |                         |             |
|               | Суп-пюре из гороха            | 200       | 6,17             | 2    | 18,1     | 108,3                   | 1 049       |
|               | Гренки из пшеничного хлеба    | 10        | 1,3              |      | 7,81     | 40                      | 943         |
|               | Тефтели из мяса птицы с рисом | 70        | 11,87            | 10   | 9,61     | 178,4                   | 1 085,01    |
|               | Соус томатный                 | 20        | 0,12             | 1    | 1,16     | 11,1                    | 1 126       |
|               | Макаронные изделия отварные с | 140       | 6,04             | 3    | 36,13    | 198,6                   | 516         |
|               | Компот из яблок и изюма       | 180       | 0,12             | 0    | 17,76    | 73,7                    | 933         |
|               | Хлеб пшеничный                | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|               | Хлеб ржаной                   | 10        | 0,85             |      | 4,85     | 26,9                    | 1 148       |
|               |                               |           |                  |      |          |                         |             |
| Полдник       | Картофель отварной            | 80        | 1,5              | 2,1  | 10,2     | 93                      | 1/3         |
|               | Яйцо отварное                 | 40        | 5,1              | 4,6  | 0,3      | 63                      | 1/6         |
|               | Чай с сахаром_@               | 180       |                  |      | 9,87     | 53,9                    | 828         |
|               | Хлеб пшеничный                | 10        | 1,07             |      | 5,35     | 28,4                    | 897         |
|               | Хлеб ржаной                   | 10        | 0,85             |      | 4,85     | 26,9                    | 1 148       |
| Итого за день |                               | 1400      | 44               | 29   | 198      | 1306                    |             |

Рацион: Красноуфимск ДОУ 3-7 л

Неделя: 2

День: пятница

| Прием пищи | Наименование блюда              | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------|---------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|            |                                 |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак    |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Макаронные изделия отварные     | 130       | 5,61             | 3    | 33,55    | 184,4                   | 516         |
|            | Чай с сахаром_@                 | 180       |                  |      | 9,87     | 53,9                    | 828         |
|            | Хлеб пшеничный                  | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
| Завтрак 2  |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Сок натуральный                 | 100       |                  |      | 11,2     | 47,5                    | 707         |
| Обед       |                                 |           |                  |      |          |                         |             |
|            | Икра кабачковая                 | 30        | 0,36             | 4    | 2,22     | 29,1                    | 813         |
|            | Суп с крупой пшенной "Волна" со | 200       | 3,28             | 6    | 14,74    | 123                     | 1 018       |
|            | Фигурки рыбные_@                | 50        | 7,32             | 11   | 3,62     | 139,6                   | 1 699,05    |
|            | Соус красный основной           | 20        | 0,14             | 1    | 1,5      | 15,7                    | 901         |
|            | Рис припущенный                 | 130       | 2,64             | 3    | 21,68    | 195,4                   | 512         |
|            | Компот из смеси сухофруктов     | 180       | 0,32             |      | 21,92    | 91,5                    | 928         |
|            | Хлеб пшеничный                  | 25        | 2,67             | 1    | 13,37    | 71                      | 897         |
|            | Хлеб ржаной                     | 10        | 0,85             |      | 4,85     | 26,9                    | 1 148       |
|            |                                 |           |                  |      |          |                         |             |

|                            |                 |       |      |     |       |       |       |
|----------------------------|-----------------|-------|------|-----|-------|-------|-------|
| Полдник                    |                 |       |      |     |       |       |       |
|                            | Манник          | 50    | 3,19 | 4   | 30,14 | 169,5 | 1 182 |
|                            | Чай с сахаром_@ | 180   |      |     | 9,87  | 53,9  | 828   |
|                            |                 |       |      |     |       |       |       |
| Итого за день              |                 | 1310  | 29   | 34  | 192   | 1272  |       |
| Итого за период            |                 | 13875 | 346  | 342 | 1987  | 12612 |       |
| Среднее значение за период |                 | 1388  | 35   | 34  | 199   | 1261  | 70%   |



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816918

Владелец Логункова Юлия Николаевна

Действителен с 08.07.2025 по 08.07.2026