



ООО «СЕРВИС ПЛЮС»
Иванов К.В.
Кавенко К.В.



Согласовано
Заведующий БМАДОУ "Детский сад №16"
Казимова Н.А.

Примерное 20-ти дневное меню для
воспитанников БМАДОУ "Детский сад №16"
на период работы 2026
для детей 3-7 лет (сад)

МЕНЮ питания детей в ДОУ, ООО Сервис плюс

ДОУ Отд./корп 1 день Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	9/4	Каша Дружба молочная вязкая с маслом сливочным	180		217	6	6	35
	гор.напиток	31/10	Чай	180		60	1	1	11
	хлеб	1/13	Батон витаминизированный с маслом	40		144	3	6	20
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	3/1	Икра из кабачков	30		27	0	2	3
	1 блюдо	14/2	Суп картофельный с крупой	180		109	2	4	16
	2 блюдо	31/8	Суфле мясное	60		227	11	20	2
			Соус томатный	20		11	0	1	1
	гарнир	39/3	Каша гречневая рассыпчатая	130		148	6	1	30
	напиток	6/10	Компот из сухофруктов	180		79	1	0	21
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	6/6	Омлет с морковью и картофелем (запеченный)	80		82	5	5	6
	напиток	36/10	Какао с молоком	180		121	3	3	22
		-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Итого за день						1413,32	49,3	43,2	206,93

ДОУ Отд./корп 2 день Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180		188	6	5	29
	гор.напиток	32/10	Напиток из цикория	180		87	3	3	13
	хлеб	2/13	Батон витаминизированный с сыром	40		125	5	4	18
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Фрукты	100		96	2	1	23
Обед	закуска	28/3	Салат из соленых огурцов и репчатого лука с растительным маслом	30		36	1	3	3
	1 блюдо	4/2	Борщ с картофелем	200		97	2	4	14
	2 блюдо	13/8	Гуляш из отварного мяса курицы	40/40		155	10	11	3
	гарнир	46/3	Макаронные изделия отварные	130		159	5	3	30
	напиток	37/10	Напиток из шиповника	180		50	0	0	13
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	23/12	Манник	50		158	3	4	28
	напиток	38/10	Чай	150		88	4	5	7
		1/13	Батон витаминизированный с маслом	35		126	2	5	17
Итого за день						1462,67	47,75	45,61	218,41

ДОУ Отд./корп 3 день Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180		210	7	7	31
	гор. напиток	27/10	Чай	180		34	0	0	9
	хлеб	1/13	Батон витаминизированный с маслом	40		144	3	6	20
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	32/1	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	30		27	0	2	3
	1 блюдо	10/2	Рассольник домашний со сметаной	180		85	2	4	11
	2 блюдо	9/8	Печень по-строгановски	50		96	6	7	1
	гарнир	43/3	Каша рисовая рассыпчатая	130		171	3	3	33
	напиток	3/10	Компот из яблок (вариант 2)	180		55	0	0	14
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150		186	7	5	29
	напиток	27/10	Чай	200		38	0	0	10
			Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
Итого за день						1175,67	37,67	38,32	174,34

ДОУ Отд./корп 5 день Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	180		221	7	8	31
	гор.напиток	29/10	Чай	180		35	0	0	9
	хлеб	1/13	Батон витаминизированный с маслом	40		144	3	6	20
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Яблоки	100		49	0	0	12
Обед	закуска	18/1	Салат из отварной моркови с яблоками и растительным маслом	30		41	0	2	6
	1 блюдо	6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	180		49	1	2	7
	2 блюдо	3/9	Каша по "Царский"	180		322	18	20	19
	гарнир								
	напиток	37/10	Компот из яблок	200		50	0	0	13
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	11/12	Булочка Российская	70		221	5	5	40
	напиток	38/10	Чай с лимоном	180		88	4	5	7
Итого за день						1317,56	48,34	42,14	183,74

ДОУ

ООО "Сервис плюс"

Отд./корп

6 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	180		215	5	6	36
	гор. напиток	30/10	Чай	180		86	3	3	13
	хлеб	2/13	Батон витаминизированный с сыром	40		125	5	4	18
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	3/1	Икра из кабачков	30		27	0	2	3
	1 блюдо	16/2	Суп картофельный с бобовыми	180		118	4	4	18
	2 блюдо		Котлета мясная "Детская"	70		231	11	17	8
	соус		Соус томатный	20		11	0	1	1
	гарнир	46/3	Макаронные изделия отварные	150		184	5	3	34
	напиток	6/10	Компот из сухофруктов	180		79	1	0	21
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	24/12	Шарлотка	70		107	3	3	19
	напиток	36/10	Какао с молоком	180		121	3	3	22
Итого за день						1444,64	45,07	43,23	223,34

ДОУ

ООО "Сервис плюс"

Отд./корп

7 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180		188	6	5	29
	гор. напиток	32/10	Напиток из цикория	180		87	3	3	13
	хлеб	1/13	Батон витаминизированный с маслом	40		144	3	6	20
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Яблоки	100		49	0	0	12
Обед	закуска	28/3	Салат из соленых огурцов и репчатого лука с растительным маслом	30		36	1	3	3
	1 блюдо	2/2	Борщ со сметаной	180		74	2	4	9
	2 блюдо	12/7	Биточки (котлеты) из рыбы (минтай и горбуша)	70		82	9	2	6
	соус	1/11	Соус молочный (для подачи к блюду)	20		16	0	1	1
	гарнир	3/3	Картофельное пюре	120		106	2	3	18
	напиток	37/10	Напиток из шиповника	180		50	0	0	13
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	8/5	Запеканка (сырники) из творога	70		146	12	7	9
	напиток	-	Повидло	20		50	0	0	13
	-	-	Чай с лимоном	180		105	5	6	7
Итого за день						1230,7	46,41	40,45	173,95

ДОУ

ООО "Сервис плюс"

Отд./корп

8 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180		210	7	7	31
	гор.напиток	27/10	Чай	180		34	0	0	9
	хлеб	2/13	Батон витаминизированный с сыром	40		125	5	4	18
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	38/1	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	30		39	0	2	6
	1 блюдо	31/2	Суп-пюре из разных овощей	180		80	2	4	10
	2 блюдо	5/8	Плов из отварного мяса птицы	180		277	12	9	36
	гарнир								
	напиток	3/10	Компот из яблок	180		72	0	0	18
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	-	Печенье	40		169	3	4	31
	напиток	38/10	Чай с молоком	180		88	4	5	7
Итого за день						1234,54	37,74	35,34	197,02

ДОУ Отд./корп 9 день Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180		181	5	5	30
	гор.напиток	38/10	Чай с молоком	180		121	3	3	22
	хлеб	1/13	Батон витаминизированный с маслом	40		144	3	6	20
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	30		37	1	2	4
	1 блюдо	22/2	Суп-лапша на курином бульоне	180		76	2	3	11
	2 блюдо	5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	70		146	10	9	7
	гарнир	39/3	Каша гречневая рассыпчатая	130		148	6	1	30
	напиток	6/10	Компот из сухофруктов	180		79	1	0	21
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	14/12	Булочка дорожная	70		245	5	8	39
	напиток	27/10	Чай	180		34	0	0	9
Итого за день						1352,63	39,83	37,34	222,62

ДОУ Отд./корп 10 день Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	180		221	7	8	31
	гор. напиток	29/10	Чай	180		35	0	0	9
	хлеб	2/13	Батон витаминизированный с сыром	40		125	5	4	18
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	18/1	Салат из отварной моркови с яблоками и растительным маслом	30		41	0	2	6
	1 блюдо	14/2	Суп Кудрявый с пшеном и яйцом	180		118	4	5	15
	2 блюдо	60/8	Рагу овощное с курицей	180		230	9	14	19
	гарнир								
	напиток	37/10	Напиток из апельсина	180		45	0	0	12
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10	
Полдник	булочное	11/12	Булочка Российская	70		221	5	5	40
	напиток	38/10	Чай с лимоном	150		88	4	5	7
Итого за день						1263,7	43,28	37,98	186,33

ДОУ Отд./корп 11 день Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	9/4	Каша Дружба молочная вязкая с маслом сливочным	180		217	6	6	35
	гор. напиток	31/10	Чай	180		60	1	1	11
	хлеб	1/13	Батон витаминизированный с маслом	40		144	3	6	20
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	3/1	Икра из кабачков	30		27	0	2	3
	1 блюдо	14/2	Суп картофельный с крупой	180		109	2	4	16
	2 блюдо	31/8	Суфле мясное	60		227	11	20	2
	соус		Соус томатный	20		11	0	1	1
	гарнир	39/3	Каша гречневая рассыпчатая	130		148	6	1	30
	напиток	6/10	Компот из сухофруктов	180		79	1	0	21
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150		186	7	5	29
	напиток	36/10	Какао с молоком	180		121	3	3	22
			Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
Итого за день						1519,96	49,51	45,02	231,68

ДОУ

ООО "Сервис плюс"

Отд./корп

12 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180		188	6	5	29
	гор.напиток	32/10	Напиток из цикория	180		87	3	3	13
	хлеб	2/13	Батон витаминизированный с сыром	40		125	5	4	18
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Фрукты	100		96	2	1	23
Обед	закуска	28/3	Салат из соленого огурца и репчатого лука с растительным маслом	30		36	1	3	3
	1 блюдо	4/2	Борщ с картофелем	180		87	2	4	12
	2 блюдо	13/8	Гуляш из отварного мяса курицы	40/40		155	10	11	3
	гарнир	46/3	Макаронные изделия отварные	150		184	5	3	34
	напиток	37/10	Напиток из шиповника	180		50	0	0	13
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	8/5	Булочка Российская	70		146	12	7	9
	напиток	27/10	Чай	180		34	0	0	9
Итого за день						1315,23	48,83	42,52	189,44

ДОУ

ООО "Сервис плюс"

Отд./корп

13 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180		210	7	7	31
	гор.напиток	27/10	Чай с лимоном	180		34	0	0	9
	хлеб	1/13	Батон витаминизированный с маслом	40		144	3	6	20
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	38/1	Салат из отварной свеклы с соевым огурцом и растительным маслом	30		39	0	2	6
	1 блюдо	10/2	Рассольник домашний со сметаной	180		85	2	4	11
	2 блюдо	9/8	Печень по-строгановски	50		96	6	7	1
	гарнир	43/3	Каша рисовая рассыпчатая	130		171	3	3	33
	напиток	3/10	Компот из яблок	180		72	0	0	18
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	26/12	Шаньга со сметаной	60		202	5	7	30
	напиток	27/10	Чай	180		34	0	0	9
Итого за день						1297,52	42,32	35,65	197,21

ДОУ Отд./корп 14 день Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180		181	5	5	30
	гор. напиток	36/10	Какао с молоком	180		121	3	3	22
	хлеб	2/13	Батон витаминизированный с сыром	40		125	5	4	18
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	30		30	0	2	3
	1 блюдо	22/2	Суп-лапша на курином бульоне	180		76	2	3	11
	2 блюдо	60/8	Рагу овощное с курицей	180		255	10	16	21
	гарнир								
	напиток	20/10	Кисель из сухофруктов	180		118	1	0	31
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	6/6	Омлет с морковью и картофелем (запеченный)	80		82	5	5	6
	напиток	27/10	Чай	180		34	0	0	9
		-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
Итого за день						1213,39	37,33	36,35	191,83

ДОУ Отд./корп 15 день Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	180		221	7	8	31
	гор. напиток	29/10	Чай с лимоном	180		35	0	0	9
	хлеб	1/13	Батон витаминизированный с маслом	40		144	3	6	20
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Яблоки	100		49	0	0	12
Обед	закуска	18/1	Салат из отварной моркови с яблоком и растительным маслом	30		41	0	2	6
	1 блюдо	6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	180		49	1	2	7
	2 блюдо	3/9	Каша гречневая по "Царски"	180		322	18	20	19
	гарнир								
	напиток	37/10	Компот из яблок	180		45	0	0	12
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10	
Полдник	булочное	-	Печенье	40		169	3	4	31
	напиток	38/10	Чай с молоком	150		88	4	5	7
Итого за день						1260,63	47,43	40,05	173,18

ДОУ Отд./корп 16 день Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	9/4	Каша рисовая молочная вязкая с маслом сливочным	180		215	5	6	36
	гор. напиток	30/10	Чай	180		86	3	3	13
	хлеб	2/13	Батон витаминизированный с сыром.	40		125	5	4	18
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	3/1	Икра из кабачков	30		27	0	2	3
	1 блюдо	16/2	Суп картофельный с бобовыми	180		118	4	4	18
	2 блюдо		Котлета мясная "Детская"	70		231	11	17	8
	соус		Соус томатный	20		11	0	1	1
	гарнир	46/3	Макаронные изделия отварные	130		159	5	3	30
	напиток	6/10	Компот из сухофруктов	180		79	1	0	21
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	37/12	Пирожки печенье из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	70		218	4	4	44
	напиток	36/10	Какао с молоком	180		121	3	3	22
Итого за день						1530,97	45,7	44,08	243,26

ДОУ

ООО "Сервис плюс"

Отд./корп

17 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180		188	6	5	29
	гор.напиток	32/10	Напиток из Цикория	180		87	3	3	13
	хлеб	1/13	Батон витаминизированный с маслом	40		144	3	6	20
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Яблоки	100		49	0	0	12
Обед	закуска	28/3	Салат из соленых огурцов и репчатого лука с растительным маслом	30		36	1	3	3
	1 блюдо	2/2	Борщ со сметаной	180		74	2	4	9
	2 блюдо	12/7	Биточки (котлеты) из рыбы (минтай и горбуша)	70		82	9	2	6
	соус	1/11	Соус молочный (для подачи к блюду)	20		16	0	1	1
	гарнир	3/3	Картофельное пюре	120		106	2	3	18
	напиток	37/10	Напиток из шиповника	180		50	0	0	13
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	6/6	Омлет с морковью и картофелем (запеченный)	80		82	5	5	6
	напиток	27/10	Чай	180		34	0	0	9
	-	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Итого за день						1092,12	35,68	32,72	168,39

ДОУ

ООО "Сервис плюс"

Отд./корп

18 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор. блюдо	2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180		210	7	7	31
	гор. напиток	27/10	Чай	180		34	0	0	9
	хлеб	2/13	Батон витаминизированный с сыром	40		125	5	4	18
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	38/1	Салат из отварной свеклы с соленым огурцом и растительным маслом	30		39	0	2	6
	1 блюдо	31/2	Суп-пюре из разных овощей	180		80	2	4	10
	2 блюдо	5/8	Плов из отварного мяса говядины	180		277	12	9	36
	гарнир								
	напиток	3/10	Компот из яблок	180		72	0	0	18
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10	
Полдник	булочное	14/12	Булочка дорожная	70		245	5	8	39
	напиток	38/10	Чай с лимоном	180		88	4	5	7
Итого за день						1310,8	40,16	39,28	204,99

ДОУ

ООО "Сервис плюс"

Отд./корп

19 день

Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180		181	5	5	30
	гор.напиток	36/10	Чай	180		121	3	3	22
	хлеб	1/13	Батон витаминизированный с маслом	40		144	3	6	20
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	30		37	1	2	4
	1 блюдо	22/2	Суп-лапша на курином бульоне	180		76	2	3	11
	2 блюдо	5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	70		146	10	9	7
	гарнир	39/3	Каша гречневая рассыпчатая	130		148	6	1	30
	напиток	6/10	Компот из сухофруктов	180		79	1	0	21
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	-	Печенье	40		169	3	4	31
	напиток	27/10	Чай с молоком	180		34	0	0	9
Итого за день						1276,37	37,41	33,4	214,65

ДОУ Отд./корп 20 день Дата

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	180		221	7	8	31
	гор.напиток	29/10	Чай с лимоном	180		35	0	0	9
	хлеб	2/13	Батон витаминизированный с сыром	40		125	5	4	18
	фрукты								
Завтрак 2	фрукты	-	Сок	100		43	1	0	10
Обед	закуска	18/1	Салат из отварной моркови с яблоком и растительным маслом	30		41	0	2	6
	1 блюдо	14/2	Суп Кудрявый с пшеном и яйцом	180		118	4	5	15
	2 блюдо	60/8	Овощное рагу с мясом птицы	180		230	9	14	19
	гарнир								
	напиток	37/10	Напиток из апельсина	180		45	0	0	12
	хлеб бел.	-	Хлеб "Чусовской" витаминизированный	20		50	1	0	11
	хлеб черн.	-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20		47	1	0	10
Полдник	булочное	8/5	Запеканка (сырники) из творога	70		146	12	7	9
	-		Повидло яблочное	20		50	0	0	13
	напиток	30/10	Чай	180		86	3	3	13
Итого за день						1237,28	43,2	43,1	174,9