День недели	Дата	Меню	Порция ребенка до 3 лет	Порция ребенка от 3 лет	цео цен	огети- ская ность кал)
					1-3	3-7
ПОНЕДЕЛЬНИК	03.11.2025	<u>Завтрак</u>				
		Каша пшенная молочная жидкая	150 гр.	180 гр.	169	202
		Чай с сахаром	180 гр.	200 гр.	6	29
		Сыр твердых сортов в нарезке	7 гр.	10 гр.	25	36
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			362 гр.	420 гр.	278	337
		<u>Второй завтрак</u>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		06ед				
		Салат из белокочанной	30 гр.	50 гр.	41	68
		капусты с морковью				
		Суп крестьянский с крупой	150 гр.	180 гр.	164	196
		(крупа рисовая)	110	120 m	105	219
		Каша гречневая рассыпчатая Сердце в соусе	110 гр. 60 гр.	130 гр. 80 гр.	185 101	135
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб ржано-пшеничный	<u>150 гр.</u> 35 гр.	100 гр. 50 гр.	68	98
		жее ржене навени ніви	535 гр.	670 гр.	626	800
		<u>Полдник</u>	•	•		
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	1	1
		Печенье	50 гр.	70 гр.	226	316
			200 гр.	250 гр.	227	317
		Ужин				
		Вареники ленивые	130 гр.	150 гр.	248	329
		Соус молочный сладкий	30 гр.	40 гр.	35	46
		Чай без сахара	150 гр.	180 гр.	1	1
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
DTODUM	04.11.2025	2	405 гр.	470 гр.	326	420
вторник	04.11.2025	Завтрак	150	100	151	100
		Каша жидкая молочная рисовая	150 гр.	180 гр.	151	182
		Чай с молоком и сахаром	180 гр.	200 гр.	50	55
		Батон нарезной	30 гр.	35 гр.	79	92
			360 гр.	415 гр.	280	329
		Второй завтрак	•	•		
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<u>Обед</u>				
		Рубленные яйца с маслом и луком	30 гр.	50 гр.	54	89
		Суп с рыбными консервами (сайра)	150 гр.	180 гр.	108	130
		Капуста белокочанная тушеная	110 гр.	130 гр.	206	244
		Рулет из говядины паровой	50 гр.	70 гр.	109	153
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	70 гр. 180 гр.	67	84
		Хлеб ржано-пшеничный	35 гр.	50 гр.	68	98
		<u> </u>	525 гр.	660 гр.	612	798
		<u>Полдник</u>				
		Кисель из концентрата плодового или ягодного	150 гр.	180 гр.	69	83
		Булочка российская	50 гр.	70 гр.	163	229
		,	200 гр.	250 гр.	232	312
		Ужин	·			
		Суп гороховый	150 гр.	180 гр.	156	188
·		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26

		Гренки из пшеничного хлеба	20 гр.	30 гр.	47	70
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			415 гр.	490 гр.	266	32
СРЕДА	05.11.2025	<u>Завтрак</u>				
		Каша овсяная жидкая	150 гр.	180 гр.	167	20
		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	78	87
		Масло сливочное (порциями)	5 гр.	5 гр.	33	33
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			360 гр.	415 гр.	337	39
		<u>Второй завтрак</u>				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<u>Обед</u>				
		Салат «Студенческий»	30 гр.	50 гр.	34	62
		Борщ с капустой и	150 гр.	180 гр.	75	90
		картофелем со сметаной				
		Плов из отварной птицы	170 гр.	200 гр.	258	32
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	14
			540 гр.	670 гр.	525	69
		<u>Полдник</u>				
		Кефир 2,5%	150 гр.	180 гр.	75	90
		Пряник	50 гр.	70 гр.	226	31
			200 гр.	250 гр.	301	40
		Ужин				
		Омлет натуральный	130 гр.	150 гр.	203	23
		Чай с лимоном и сахаром	150 гр.	180 гр.	23	28
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	59	78
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			405 гр.	470 гр.	327	38
ЧЕТВЕРГ	06.11.2025	<u>Завтрак</u>				
		Каша жидкая молочная	150 гр.	180 гр.	144	17
		манная				
		Какао с молоком	180 гр.	200 гр.	80	89
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
		Сыр твердых сортов	7 гр.	10 гр.	25	36
			362 гр.	420 гр.	308	36
		Второй завтрак				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<u>Обед</u>				
		Салат из капусты	30 гр.	50 гр.	26	43
		белокочанной и свеклы	.=-			
		Рассольник «Ленинградский»	150 гр.	180 гр.	128	15
	ı	Пюре из гороха с маслом	110 гр.	130 гр.	162	19
		•				
		Кнели из птицы с рисом	50 гр.	70 гр.	94	
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов	50 гр. 150 гр.	180 гр.	67	84
		Кнели из птицы с рисом	50 гр. 150 гр. 40 гр.	180 гр. 60 гр.	67 94	8 <sup>2</sup> 14
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	50 гр. 150 гр.	180 гр.	67	8 <sup>2</sup> 14
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Полдник	50 гр. 150 гр. 40 гр. <b>530 гр.</b>	180 гр. 60 гр. <b>670 гр.</b>	67 94 <b>571</b>	84 14 <b>76</b>
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	50 гр. 150 гр. 40 гр.	180 гр. 60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр.	67 94 <b>571</b> 21	8 <sup>2</sup> 14 <b>76</b>
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Полдник	50 гр. 150 гр. 40 гр. <b>530 гр.</b>	180 гр. 60 гр. <b>670 гр.</b>	67 94 <b>571</b>	8 <sup>2</sup> 14 <b>76</b>
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный  Полдник Чай с сахаром	50 гр. 150 гр. 40 гр. <b>530 гр.</b> 150 гр.	180 гр. 60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр.	67 94 <b>571</b> 21	84 14 <b>76</b> 26
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный  Полдник Чай с сахаром	50 гр. 150 гр. 40 гр. <b>530 гр.</b> 150 гр. 50 гр.	180 гр. 60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр. 70 гр.	67 94 <b>571</b> 21 147	84 14 <b>76</b> 26
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный  Полдник Чай с сахаром Ватрушка творожная  Ужин Плов вегетарианский с	50 гр. 150 гр. 40 гр. <b>530 гр.</b> 150 гр. 50 гр.	180 гр. 60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр. 70 гр.	67 94 <b>571</b> 21 147	84 14 <b>76</b> 26 19
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный  Полдник Чай с сахаром Ватрушка творожная  Ужин Плов вегетарианский с сухофруктами	50 гр. 150 гр. 40 гр. <b>530 гр.</b> 150 гр. 50 гр. <b>200 гр.</b>	180 гр. 60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр. 70 гр. <b>250 гр.</b>	67 94 <b>571</b> 21 147 <b>168</b>	84 14 <b>76</b> 26 19
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный  Полдник Чай с сахаром Ватрушка творожная  Ужин Плов вегетарианский с	50 гр. 150 гр. 40 гр. <b>530 гр.</b> 150 гр. 50 гр. <b>200 гр.</b>	180 гр. 60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр. 70 гр. <b>250 гр.</b>	67 94 <b>571</b> 21 147 <b>168</b>	84 14 <b>76</b> 26 19 <b>22</b>
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный  Полдник Чай с сахаром Ватрушка творожная  Ужин Плов вегетарианский с сухофруктами	50 гр. 150 гр. 40 гр. <b>530 гр.</b> 150 гр. 200 гр.	180 гр. 60 гр. 670 гр. 180 гр. 70 гр. 250 гр.	67 94 <b>571</b> 21 147 <b>168</b> 247	84 14 76 26 19 22 27
		Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный  Полдник Чай с сахаром Ватрушка творожная  Ужин Плов вегетарианский с сухофруктами Чай без сахара	50 гр. 150 гр. 40 гр. 530 гр. 150 гр. 200 гр. 155 гр.	180 гр. 60 гр. 670 гр. 180 гр. 70 гр. 250 гр. 170 гр.	67 94 <b>571</b> 21 147 <b>168</b> 247	84 14 76 26 19 22 27
ЛЯТНИЦА	07.11.2025	Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный  Полдник Чай с сахаром Ватрушка творожная  Ужин Плов вегетарианский с сухофруктами Чай без сахара	50 rp. 150 rp. 40 rp. 530 rp. 150 rp. 200 rp. 155 rp. 150 rp. 255 rp.	180 гр. 60 гр. 670 гр. 180 гр. 70 гр. 250 гр. 170 гр. 180 гр. 100 гр.	67 94 <b>571</b> 21 147 <b>168</b> 247	140 844 766 19 222 270 1 444 31.
ПЯТНИЦА	07.11.2025	Кнели из птицы с рисом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный  Полдник Чай с сахаром Ватрушка творожная  Ужин Плов вегетарианский с сухофруктами Чай без сахара Яблоко	50 rp. 150 rp. 40 rp. 530 rp. 150 rp. 200 rp. 155 rp. 150 rp. 255 rp.	180 гр. 60 гр. 670 гр. 180 гр. 70 гр. 250 гр. 170 гр. 180 гр. 100 гр.	67 94 <b>571</b> 21 147 <b>168</b> 247	84 14 76 26 19 22 27

		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	78	87
		Сыр твердых сортов в нарезке	7 гр.	10 гр.	25	36
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			362 гр.	420 гр.	271	324
		Второй завтрак				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<u>Обед</u>				
		Икра свекольная	30 гр.	50 гр.	43	72
		Суп фасолевый	150 гр.	180 гр.	98	118
		Картофельное пюре	110 гр.	130 гр.	103	122
		Котлеты или биточки рыбные	50 гр.	70 гр.	67	95
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	141
		_	530 гр.	670 гр.	472	632
		Полдник	150	100	21	26
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26
		Сушка простая	50 гр. <b>200 гр.</b>	70 гр. <b>250 гр.</b>	226 <b>247</b>	316 <b>342</b>
		Ужин	200 i p.	230 Tp.	247	342
		Пудинг из творога с яблоками	130 гр.	150 гр.	232	267
		Соус молочный сладкий	30 гр.	40 гр.	35	46
		Чай с молоком и сахаром	150 гр.	180 гр.	41	50
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			405 гр.	450 гр.	350	407
ПОНЕДЕЛЬНИК	10.11.2025	Завтрак	•	•		
		Каша вязкая молочная пшеничная	150 гр.	180 гр.	188	234
		Чай с сахаром	180 гр.	200 гр.	26	29
		Сыр твердых сортов в нарезке	7 гр.	10 гр.	25	36
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			362 гр.	420 гр.	298	369
		Второй завтрак				
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		Обед				
		Салат из белокочанной	30 гр.	50 гр.	41	68
		капусты с морковью	·	•		
		Суп гороховый	150 гр.	180 гр.	156	188
		Каша гречневая рассыпчатая	110 гр.	130 гр.	185	219
		Азу	60 гр.	70 гр.	134	157
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб ржано-пшеничный	35 гр.	50 гр.	68	98
		_	535 гр.	660 гр.	651	814
		<u>Полдник</u>	150	100		02
		Кисель из концентрата плодового или ягодного	150 гр.	180 гр.	69	83
		Булка ванильная	50 гр.	70 гр.	165	230
			200 гр.	250 гр.	234	313
		Ужин				
		Макароны отварные с овощами	125 гр.	130 гр.	178	180
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	59	78
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
	11 11 2005		400 гр.	450 гр.	300	328
DT05::::	11.11.2025	<u>Завтрак</u>		400		100
ВТОРНИК	11.11.2025	16		100	1 1 5 1	182
ВТОРНИК	11:11:2023	Каша жидкая молочная рисовая	150 гр.	180 гр.	151	
ВТОРНИК	11.11.2023	рисовая Чай с молоком и сахаром	180 гр.	200 гр.	50	55
ВТОРНИК	11.11.2025	рисовая	•	•		

		<u>Второй завтрак</u>			+	
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		26				
		<u>Обед</u> Икра морковная	30 гр.	50 гр.	39	66
	-	Борщ вегетарианский	150 гр.	180 гр.	74	88
		(мелкошинкованный)	150 1 p.	100 1 p.	74	
		Пюре картофельное с морковью	110 гр.	130 гр.	103	12
		Кнели рыбные припущенные	50 гр.	70 гр.	45	63
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	14
			530 гр.	670 гр.	422	56
		<u>Полдник</u>				
		Молоко кипяченое	150 гр.	180 гр.	80	96
		Творожник песочный	50 гр.	70 гр.	197	27
			200 гр.	250 гр.	277	37
		Ужин				
		Драчёна	130 гр.	150 гр.	213	24
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	59	78
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
CDETA	12.11.2025		405 гр.	470 гр.	335	39
СРЕДА	12.11.2025	<u>Завтрак</u>	150	100	160	20
		Каша пшенная молочная жидкая	150 гр.	180 гр.	169	20
		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	78	87
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
		Масло сливочное (порциями)	5 гр.	5 гр.	33	33
			360 гр.	415 гр.	339	65
		Второй завтрак Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		<u>Обед</u>				
		Рубленные яйца с маслом и	30 гр.	50 гр.	54	89
		луком	-			
		Свекольник	150 гр.	180 гр.	59	7:
	ļ	Жаркое по-домашнему из	170 гр.	200 гр.	255	30
	_	курицы				
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	
			40 гр.	60 гр.	94	14
		Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный				14
		Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник	40 гр. <b>540 гр.</b>	60 гр. <b>670 гр.</b>	94 <b>529</b>	14 <b>68</b>
		Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара	40 гр. <b>540 гр.</b> 150 гр.	60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр.	94 <b>529</b>	14 <b>68</b>
		Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник	40 гр. <b>540 гр.</b> 150 гр. 50 гр.	60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр. 70 гр.	94 <b>529</b> 1 226	14 <b>68</b> 1 31
		Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара  Печенье	40 гр. <b>540 гр.</b> 150 гр.	60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр.	94 <b>529</b>	14 <b>68</b> 1 31
		Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара  Печенье	40 гр. <b>540 гр.</b> 150 гр. 50 гр. <b>200 гр.</b>	60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр. 70 гр. <b>250 гр.</b>	94 <b>529</b> 1 226 <b>227</b>	14 68 1 31 31
		Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара Печенье  Ужин  Запеканка из творога	40 гр. <b>540 гр.</b> 150 гр. 50 гр. <b>200 гр.</b> 130 гр.	60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр. 70 гр. <b>250 гр.</b>	94 <b>529</b> 1 226 <b>227</b> 280	14 68 1 31 31
		Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара Печенье  Ужин  Запеканка из творога Соус молочный сладкий	40 гр. <b>540 гр.</b> 150 гр. 50 гр. <b>200 гр.</b> 130 гр. 30 гр.	60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр. 70 гр. <b>250 гр.</b> 150 гр. 40 гр.	94 <b>529</b> 1 226 <b>227</b> 280 35	14 68 1 31 31 32 46
		Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара Печенье  Ужин  Запеканка из творога Соус молочный сладкий Чай без сахара	40 гр. <b>540 гр.</b> 150 гр. 50 гр. <b>200 гр.</b> 130 гр. 30 гр. 150 гр.	60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр. 70 гр. <b>250 гр.</b> 150 гр. 40 гр. 180 гр.	94 <b>529</b> 1 226 <b>227</b> 280 35 1	14 68 1 31 31 32 46
		Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара Печенье  Ужин  Запеканка из творога Соус молочный сладкий	40 гр. <b>540 гр.</b> 150 гр. 50 гр. <b>200 гр.</b> 130 гр. 30 гр. 150 гр. 95 гр.	60 гр. 670 гр. 180 гр. 70 гр. 250 гр. 150 гр. 40 гр. 180 гр. 100 гр.	94 529 1 226 227 280 35 1 42	14 68 1 31 31 32 46 1
ЧЕТВЕРГ	13.11.2025	Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара Печенье  Ужин  Запеканка из творога Соус молочный сладкий Чай без сахара Яблоко	40 гр. <b>540 гр.</b> 150 гр. 50 гр. <b>200 гр.</b> 130 гр. 30 гр. 150 гр.	60 гр. <b>670 гр.</b> 180 гр. 70 гр. <b>250 гр.</b> 150 гр. 40 гр. 180 гр.	94 <b>529</b> 1 226 <b>227</b> 280 35 1	14 68 1 31 31 32 46 1 44
ЧЕТВЕРГ	13.11.2025	Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара Печенье  Ужин  Запеканка из творога Соус молочный сладкий Чай без сахара Яблоко  Завтрак Каша жидкая молочная	40 гр. <b>540 гр.</b> 150 гр. 50 гр. <b>200 гр.</b> 130 гр. 30 гр. 150 гр. 95 гр.	60 гр. 670 гр. 180 гр. 70 гр. 250 гр. 150 гр. 40 гр. 180 гр. 100 гр.	94 529 1 226 227 280 35 1 42	14 68 1 31 31 32 46 1 42
ЧЕТВЕРГ	13.11.2025	Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара Печенье  Ужин  Запеканка из творога Соус молочный сладкий Чай без сахара Яблоко  Завтрак	40 гр. <b>540 гр.</b> 150 гр. 50 гр. <b>200 гр.</b> 130 гр. 30 гр. 150 гр. 95 гр. <b>405 гр.</b>	60 гр. 670 гр. 180 гр. 70 гр. 250 гр. 150 гр. 40 гр. 180 гр. 100 гр.	94 529 1 226 227 280 35 1 42 358	14 68 1 31 31 32 46 1 42 41
ЧЕТВЕРГ	13.11.2025	Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара Печенье  Ужин  Запеканка из творога Соус молочный сладкий Чай без сахара Яблоко  Завтрак  Каша жидкая молочная манная	40 гр.  540 гр.  150 гр.  50 гр.  200 гр.  130 гр.  30 гр.  150 гр.  95 гр.  405 гр.	60 гр. 670 гр. 180 гр. 70 гр. 250 гр. 150 гр. 40 гр. 180 гр. 180 гр.	94 529 1 226 227 280 35 1 42 358	84 68 1 31 31 32 46 1 42 41 17
ЧЕТВЕРГ	13.11.2025	Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара Печенье  Ужин  Запеканка из творога Соус молочный сладкий Чай без сахара Яблоко  Завтрак  Каша жидкая молочная манная Какао с молоком	40 гр.  540 гр.  150 гр.  200 гр.  130 гр.  30 гр.  150 гр.  95 гр.  405 гр.  180 гр.	60 гр. 670 гр. 180 гр. 70 гр. 250 гр. 150 гр. 40 гр. 180 гр. 100 гр. 470 гр. 200 гр.	94 529 1 226 227 280 35 1 42 358 144 80	14 68 1 31 31 32 46 1 42 41
ЧЕТВЕРГ	13.11.2025	Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара Печенье  Ужин  Запеканка из творога Соус молочный сладкий Чай без сахара Яблоко  Завтрак Каша жидкая молочная манная Какао с молоком Сыр твердых сортов в нарезке	40 гр.  540 гр.  150 гр.  50 гр.  200 гр.  130 гр.  30 гр.  150 гр.  95 гр.  405 гр.  180 гр.  7 гр.	60 гр. 670 гр. 180 гр. 70 гр. 250 гр. 150 гр. 40 гр. 180 гр. 100 гр. 200 гр.	94 529 1 226 227 280 35 1 42 358 144 80 25	14 68 1 31 31 32 46 1 42 41 17
ЧЕТВЕРГ	13.11.2025	Компот из смеси сухофруктов  Хлеб пшеничный  Полдник  Чай без сахара Печенье  Ужин  Запеканка из творога Соус молочный сладкий Чай без сахара Яблоко  Завтрак Каша жидкая молочная манная Какао с молоком Сыр твердых сортов в нарезке	40 гр.  540 гр.  150 гр.  50 гр.  200 гр.  130 гр.  30 гр.  150 гр.  95 гр.  405 гр.  180 гр.  7 гр.  25 гр.	60 гр. 670 гр. 180 гр. 70 гр. 250 гр. 150 гр. 40 гр. 180 гр. 100 гр. 470 гр. 200 гр. 10 гр. 30 гр.	94 529 1 226 227 280 35 1 42 358 144 80 25 59	14 68 1 31 31 32 46 1 42 41 17 89 36

		<u>Обед</u>				
		Салат картофельный с кукурузой	30 гр.	50 гр.	29	48
		Суп картофельный с клецками	150 гр.	180 гр.	62	125
		Макароны отварные	110 гр.	130 гр.	142	168
		Котлеты, рубленые из птицы	50 гр.	70 гр.	127	177
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	141
			530 гр.	670 гр.	521	743
		<u>Полдник</u>	•	•		
		Чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26
		Сушка простая	50 гр.	70 гр.	226	316
		, i	200 гр.	250 гр.	247	342
		Ужин	•	•		
		Винегрет с растительным маслом	85 гр.	90 гр.	130	138
		Яйцо вареное	40 гр.	40 гр.	63	63
		Чай с лимоном и сахаром	150 гр.	180 гр.	23	28
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	59	78
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
			400 гр.	450 гр.	317	351
ПЯТНИЦА	14.11.2025	Завтрак	-	-		
		Каша «Дружба»	150 гр.	180 гр.	139	167
		Кофейный напиток с молоком	180 гр.	200 гр.	11	87
		Масло сливочное (порциями)	5 гр.	5 гр.	33	33
		Хлеб пшеничный	25 гр.	30 гр.	59	70
			360 гр.	415 гр.	309	357
		Второй завтрак	-	-		
		Напиток из шиповника	150 гр.	180 гр.	54	65
		Обед				
		Салат из свеклы с сыром	30 гр.	50 гр.	33	56
		Суп фасолевый	150 гр.	180 гр.	98	118
		Рис припущенный	110 гр.	130 гр.	148	175
		Рулет из рыбы	50 гр.	70 гр.	84	118
		Соус томатный	30 гр.	40 гр.	22	29
		Компот из смеси сухофруктов	150 гр.	180 гр.	67	84
		Хлеб пшеничный	40 гр.	60 гр.	94	141
		70100 HELIWI HIBW	560 гр.	710 гр.	546	721
		<u>Полдник</u>	P.	· P·	1	
		чай с сахаром	150 гр.	180 гр.	21	26
		Шанежка наливная	50 гр.	70 гр.	123	173
		шанежка наливнал	200 гр.	250 гр.	144	199
		Ужин	p.			
		Картофель, тушеный с луком и томатом	125 гр.	130 гр.	128	133
		Чай с молоком и сахаром	150 гр.	180 гр.	41	50
		Хлеб ржано-пшеничный	30 гр.	40 гр.	59	78
		Яблоко	95 гр.	100 гр.	42	44
	-	2 2112	400 гр.			