

"Согласовано"

"Согласовано"

Главный технолог

ООО "РБЕ" Авербах Р.М.



**Примерное 21-дневное меню и пищевая ценность используемых блюд на
2026 год для детей дошкольного возраста, пребывающих в государственных
организациях города Москвы.
Возраст: 3-7 лет**

Разработано с учетом рекомендаций и требований СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения и приказа № 228 от 22 марта 2021 г. "Об утверждении Норм питания получателей социальных услуг в государственных организациях социального обслуживания города Москвы"

Отбор:

Номер дня				Диеты	Белки, в г.	Жиры, в г.	Углеводы, в г.	Энергетич. ценность, в кКал
Вид приема пищи								
Код	Наименование для печати	Выход	№ р-ры					
День 1					79	79	290	2 190
Завтрак					17	21	52	467
20-00010587	Творог детский порционный	50,00	270	гр.3-7	4,25	2,25	1,75	45,00
20-00007101	Каша жидкая молочная гречневая	150,00	183	гр.3-7	6,81	6,74	26,04	192,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00037180	Какао с молоком	180,00	416	гр.3-7	3,89	3,89	15,01	110,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					27	25	87	679
20-00075077	Салат из капусты б/к с огурцом	50,00	52	гр.3-7	0,65	3,55	1,71	42,00
20-00070091	Суп куриный с вермишелью	180,00	278	гр.3-7	5,36	5,45	8,75	106,00
20-00132730	Язык говяжий отварной со сливочным соусом	70,00	519	гр.3-7	12,38	10,02	3,62	154,00
20-00072238	Картофель, запеченный по-домашнему	130,00	633	гр.3-7	4,50	5,19	36,49	211,00
20-00106023	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	180,00	820	гр.3-7	0,40		17,62	72,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					8	6	25	183
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.3-7	0,96	0,24	9,00	42,00
20-00128437	Средиземноморская пицца с курицей и сыром	50,00	1091	гр.3-7	6,91	5,25	16,03	139,00
Ужин					21	21	95	651
20-00094784	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	50,00	40	гр.3-7	0,53	5,06	1,85	55,00
20-00126518	Фишболы (треска)	70,00	471	гр.3-7	13,57	2,51	13,90	132,00
20-00092696	Ризотто	150,00	630/B1	гр.3-7	3,39	12,45	33,38	260,00
20-00063718	Кисель из вишни	200,00	786	гр.3-7	0,20	0,04	27,30	110,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.3-7	5,92	6,52	8,16	116,00
День 2					71	72	227	1 845
Завтрак					13	22	33	380
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.3-7	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00031577	Каша жидкая пшенная молочная	150,00	233	гр.3-7	3,99	6,20	17,52	143,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128045	Чай с сахаром	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	5,74	23,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					27	23	59	554
20-00074955	Салат Зимний	50,00	63	гр.3-7	1,04	4,41	4,30	61,00

20-00114159	Суп с рыбными консервами	180,00	95	гр.3-7	1,53	2,50	12,24	77,00
20-00071726	Люля-кебаб из говядины	70,00	540	гр.3-7	16,93	12,57	0,75	184,00
20-00133013	Ассорти из печеных овощей (кабач,перец,цветная,морковь,фасоль)	130,00		гр.3-7	2,16	2,56	7,14	60,00
20-00110739	Отвар шиповника без сахара	180,00	129	гр.3-7	0,49	0,20	6,95	32,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.3-7	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					10	11	54	355
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00079564	Печенье сахарное	40,00	12.21	гр.3-7	2,96	3,76	29,24	163,00
20-00039851	Яблоки	150,00	458	гр.3-7	0,60	0,60	14,70	66,00
Ужин					19	16	60	462
20-00075053	Салат зеленый с помидорами	50,00	570	гр.3-7	0,54	4,09	1,59	46,00
20-00132665	Куриное фрикассе в сливочном соусе	70,00	8526	гр.3-7	12,71	5,50	3,65	115,00
20-00123094	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	130,00	641/В1	гр.3-7	2,77	5,92	22,31	153,00
20-00114074	Компот из клюквы	180,00	811	гр.3-7	0,09	0,04	13,25	54,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.3-7				
День 3					76	84	318	2 337
Завтрак					19	28	67	598
20-00040001	Сыр	25,00	13	гр.3-7	5,80	7,38		90,00
20-00041418	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес) с маслом	150,00	228	гр.3-7	6,32	8,84	23,60	200,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00035727	Кофейный напиток с молоком	180,00	379	гр.3-7	2,97	3,10	25,40	142,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.3-7	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					24	35	99	805
20-00112908	Салат витаминный с болгарским перцем	50,00	49 2 в	гр.3-7	0,80	3,04	4,81	50,00
20-00126191	Суп-пюре из разных овощей	180,00	46	гр.3-7	2,90	4,79	14,47	113,00
20-00045071	Котлеты домашние	70,00	456	гр.3-7	10,51	18,48	7,93	240,00
20-00132682	Паста "Пенне" с овощами и томатом	130,00	400	гр.3-7	3,89	4,33	26,07	159,00
20-00108841	Компот из плодов с/м	180,00	123	гр.3-7	0,09		15,75	63,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
20-00132667	Брускетта из пшенич хлеба с чесноком	20,00	145020	гр.3-7	2,11	3,74	10,96	86,00
Полдник					5	2	38	189
20-00070964	Чай без сахара	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	0,02	
20-00044271	Киви свежие	90,00	458	гр.3-7	0,72	0,36	7,29	35,00
20-00051725	Булочка Школьная	50,00	425, 405	гр.3-7	4,15	1,59	30,66	154,00
Ужин					22	12	83	535
20-00047437	Салат из капусты пекинской и свежих огурцов	50,00	5 м, ТК ДС	гр.3-7	0,50	3,08	1,01	34,00
20-00132828	Наггетсы рыбные	75,00	595	гр.3-7	13,67	4,09	11,03	136,00
20-00073461	Картофель по-деревенски	130,00	646/В1	гр.3-7	3,77	4,65	30,73	179,00

20-00113111	Кисель абрикосовый	180,00	784	гр.3-7	0,94	0,05	21,76	92,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.3-7	5,92	6,52	8,16	116,00
День 4					97	93	295	2 409
Завтрак					28	27	46	539
20-00044921	Пудинг творожный запеченный	180,00	5.16	гр.3-7	26,24	17,15	28,33	373,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128045	Чай с сахаром	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	5,74	23,00
20-00095078	Соус ванильный	20,00	675/В1	гр.3-7	0,38	0,99	3,02	23,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					30	24	90	696
20-00074948	Салат из картофеля с огурцами	50,00	24	гр.3-7	0,87	2,16	6,49	49,00
20-00126214	Суп гороховый с мясом (свинина) и гренками	200,00	102	гр.3-7	8,02	9,78	21,60	206,00
20-00068347	Чиполлетти из курицы	80,00	621	гр.3-7	12,67	8,23	12,14	174,00
20-00069424	Овощи запеченные (брокколи,кап б/к,кукуруза,морковь,лук)	130,00	315	гр.3-7	3,69	2,57	9,50	75,00
20-00035743	Компот из яблок	180,00	409	гр.3-7	0,14	0,14	12,51	52,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.3-7	3,44	0,56	18,04	91,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					8	9	55	332
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00079567	Вафли	40,00	12.21	гр.3-7	1,12	1,32	30,92	140,00
20-00039851	Яблоки	150,00	458	гр.3-7	0,60	0,60	14,70	66,00
Ужин					23	27	72	624
20-00075053	Салат зеленый с помидорами	50,00	570	гр.3-7	0,54	4,09	1,59	46,00
20-00074037	Плов мясной	160,00	509	гр.3-7	17,36	18,77	29,87	358,00
20-00072523	Рататуй	50,00	335	гр.3-7	0,94	3,63	3,76	52,00
20-00113082	Напиток из плодов сухих (изюм)	180,00	845	гр.3-7	0,38	0,09	17,84	74,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
День 5					69	77	242	1 934
Завтрак					13	21	36	392
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.3-7	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00031863	Каша молочная жидкая Дружба	150,00	226	гр.3-7	4,05	5,93	21,18	155,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128045	Чай с сахаром	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	5,74	23,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					27	32	73	687

20-00132737	Салат-коктейль из овощей	50,00	165	гр.3-7	0,65	10,09	2,97	105,00
20-00113338	Рассольник ленинградский	180,00	82	гр.3-7	1,57	3,87	12,44	90,00
20-00132727	Печень тушеная по-таирски (азу)	65/50	17	гр.3-7	16,74	12,63	3,60	196,00
20-00069346	Каша гречневая с луком	150,00	657	гр.3-7	4,94	4,49	22,47	150,00
20-00109208	Компот из клубники и яблок	180,00	489	гр.3-7	0,09	0,09	12,73	52,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					5	4	34	189
20-00070964	Чай без сахара	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	0,02	
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.3-7	0,96	0,24	9,00	42,00
20-00010322	Булочка с изюмом	50,00	501	гр.3-7	3,93	3,50	24,90	147,00
Ужин					16	13	68	456
20-00133020	Салат "Восторг" из белокочанной капусты	50,00	20 м	гр.3-7	0,62	2,60	5,75	49,00
20-00132852	Рыба, запеченная с луком и сыром (минтай филе)	65,00	451	гр.3-7	9,50	5,63	4,01	105,00
20-00044492	Картофель отварной со сливочным маслом и зеленью	130,00	310	гр.3-7	2,64	4,17	20,84	131,00
20-00042651	Кисель из черной смородины	180,00	418	гр.3-7	0,23	0,09	18,83	77,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.3-7	5,92	6,52	8,16	116,00
День 6					78	99	294	2 384
Завтрак					25	33	37	548
20-00044347	Сыр	10,00	13	гр.3-7	2,32	2,95		36,00
20-00037114	Омлет натуральный запеченный	130,00	253	гр.3-7	13,59	16,76	2,56	216,00
20-00096819	Капуста брокколи на пару	50,00	339	гр.3-7	1,69	0,93	1,07	20,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00037180	Какао с молоком	180,00	416	гр.3-7	3,89	3,89	15,01	110,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.3-7	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					20	26	80	638
20-00047446	Салат из моркови с маслом растительным	50,00	52	гр.3-7	0,59	3,54	4,64	53,00
20-00072019	Борщ Краснодарский	180,00	211	гр.3-7	1,53	2,50	9,05	65,00
20-00126477	Пельмени отварные с маслом и сметаной	150/5/10	1072	гр.3-7	14,47	19,52	40,29	394,00
20-00110739	Отвар шиповника без сахара	180,00	129	гр.3-7	0,49	0,20	6,95	32,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					11	13	74	461
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00070938	Печенье крекер	30,00	12.21	гр.3-7	1,92	5,04	20,55	135,00
20-00109703	Банан	210,00	338	гр.3-7	3,15	1,05	44,10	200,00
Ужин					20	27	81	643
20-00113686	Салат зеленый с огурцами	50,00	34	гр.3-7	0,48	7,06	0,85	69,00
20-00126463	Котлета Особая	70,00	269	гр.3-7	11,67	13,91	11,06	216,00
20-00069483	Макароны отварные с овощами	150,00	400	гр.3-7	4,68	5,07	29,73	183,00

20-00106014	Компот из вишни с/м	180,00	815	гр.3-7	0,16	0,04	20,07	81,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.3-7				
День 7					75	94	308	2 381
Завтрак					25	24	71	604
20-00070398	Запеканка из творога с яблоком	150,00	428	гр.3-7	20,27	12,56	33,12	327,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00035727	Кофейный напиток с молоком	180,00	379	гр.3-7	2,97	3,10	25,40	142,00
20-00040547	Соус клюквенный	30,00	400	гр.3-7	0,02	0,01	3,83	15,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					23	23	100	697
20-00126224	Винегрет с фасолью	50,00	26	гр.3-7	0,95	5,10	4,99	70,00
20-00069996	Суп «Чорба» с говядиной	180,00	260	гр.3-7	7,56	8,15	13,75	158,00
20-00132847	Каштаны рыбные с соусом пикантным	70,00	472	гр.3-7	7,61	4,31	9,31	106,00
20-00132744	Рис припущенный / перец сладкий запеченный	130/20	305	гр.3-7	3,54	4,71	35,07	197,00
20-00106023	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	180,00	820	гр.3-7	0,40		17,62	72,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					5	14	42	312
20-00070964	Чай без сахара	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	0,02	
20-00011054	Апельсины свежие	180,00	458	гр.3-7	1,62	0,36	14,58	68,00
20-00091035	Кекс с цукатами	50,00	920	гр.3-7	3,47	13,32	27,41	244,00
Ужин					15	27	65	558
20-00087644	Салат из помидоров и свежей капусты с растительным маслом	60,00	8.5	гр.3-7	0,93	2,59	3,66	41,00
20-00114288	Жаркое по-домашнему	200,00	631	гр.3-7	10,06	23,64	23,44	346,00
20-00042654	Кисель из брусники	180,00	418	гр.3-7	0,16	0,11	19,03	77,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.3-7	5,92	6,52	8,16	116,00
День 8					82	86	270	2 188
Завтрак					12	20	40	388
20-00010587	Творог детский порционный	50,00	270	гр.3-7	4,25	2,25	1,75	45,00
20-00041418	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес) с маслом	150,00	228	гр.3-7	6,32	8,84	23,60	200,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128045	Чай с сахаром	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	5,74	23,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					27	36	86	779
20-00099453	Сельдь филе с/с	20,00	20	гр.3-7	2,18	2,70		33,00
20-00072381	Салат из баклажанов и помидоров	30,00	46	гр.3-7	0,46	1,28	1,93	21,00

20-00069981	Суп «Кубанский»	180,00	248	гр.3-7	8,10	3,60	20,21	146,00
20-00126466	Шницель мясной	70,00	268	гр.3-7	9,43	21,99	10,72	279,00
20-00073747	Рагу из овощей (1 в) с соусом томатным	130,00	334 1 в	гр.3-7	1,95	5,59	15,21	120,00
20-00041549	Гренки из хлеба пшеничного	15,00	153	гр.3-7	2,04	0,33	10,69	54,00
20-00114074	Компот из клюквы	180,00	811	гр.3-7	0,09	0,04	13,25	54,00
20-00044264	Хлеб пшеничный	10,00	480	гр.3-7	0,86	0,14	4,51	23,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					10	11	54	355
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00079564	Печенье сахарное	40,00	12.21	гр.3-7	2,96	3,76	29,24	163,00
20-00039851	Яблоки	150,00	458	гр.3-7	0,60	0,60	14,70	66,00
Ужин					26	13	58	448
20-00126226	Салат из овощей с кукурузой	50,00	81	гр.3-7	0,72	3,64	5,05	56,00
20-00074930	Стрипсы куриные	70,00	595	гр.3-7	18,33	4,80	11,17	161,00
20-00132790	Капуста тушеная с болгарским перцем	130,00	500 м	гр.3-7	2,47	3,68	10,71	86,00
20-00113442	Напиток абрикосовый	150,00	844	гр.3-7	0,63	0,03	12,11	51,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
День 9					72	87	278	2 184
Завтрак					13	22	33	380
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.3-7	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00031577	Каша жидкая пшенная молочная	150,00	233	гр.3-7	3,99	6,20	17,52	143,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128045	Чай с сахаром	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	5,74	23,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					21	22	89	634
20-00113400	Салат из свеклы	50,00	34	гр.3-7	0,75	3,05	4,41	48,00
20-00044599	Суп-пюре из разных овощей	180,00	140	гр.3-7	2,32	4,01	9,81	85,00
20-00132850	Рыба, запеченная под маринадом (минтай филе)	47/48	446	гр.3-7	9,33	6,79	6,44	124,00
20-00126177	Картофель отварной со сливочным маслом	130,00	636	гр.3-7	2,76	3,77	22,28	134,00
20-00108841	Компот из плодов с/м	180,00	123	гр.3-7	0,09		15,75	63,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
20-00132667	Брускетта из пшенич хлеба с чесноком	20,00	145020	гр.3-7	2,11	3,74	10,96	86,00
Полдник					12	14	50	373
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.3-7	0,96	0,24	9,00	42,00
20-00051724	Булочка домашняя с сахаром	50,00	424	гр.3-7	5,10	7,05	31,24	205,00
Ужин					24	30	84	703
20-00092666	Салат витаминный с растительным маслом	50,00	33	гр.3-7	0,53	7,57	5,18	91,00

20-00132755	Паприкаш	80,00	506	гр.3-7	12,61	13,40	2,47	181,00
20-00044889	Каша рассыпчатая (гречневая)	150,00	353	гр.3-7	7,53	8,15	33,98	240,00
20-00044569	Компот из груши	180,00	409	гр.3-7	0,09	0,07	23,87	97,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.3-7				
День 10					97	101	287	2 451
Завтрак					32	29	64	647
20-00040754	Суфле творожное паровое	180,00	269	гр.3-7	27,29	17,66	25,09	369,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00035727	Кофейный напиток с молоком	180,00	379	гр.3-7	2,97	3,10	25,40	142,00
20-00126453	Соус из смородины	30,00	400 м	гр.3-7	0,03	0,01	3,93	16,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					26	30	83	711
20-00088034	Салат из свежих огурцов с зеленью с р/м 2в	60,00	103/В2	гр.3-7	0,38	6,65	1,04	65,00
20-00070091	Суп куриный с вермишелью	180,00	278	гр.3-7	5,36	5,45	8,75	106,00
20-00101476	Язык тушеный в сметанном соусе	100,00	513	гр.3-7	12,49	13,62	3,68	187,00
20-00063579	Рис с овощами	150,00	665	гр.3-7	3,57	4,07	32,73	182,00
20-00042655	Компот из кураги	180,00	412	гр.3-7	0,94	0,05	18,16	77,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					8	8	48	299
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00070964	Чай без сахара	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	0,02	
20-00079567	Вафли	40,00	12.21	гр.3-7	1,12	1,32	30,92	140,00
20-00044271	Киви свежие	90,00	458	гр.3-7	0,72	0,36	7,29	35,00
Ужин					24	27	62	584
20-00075053	Салат зеленый с помидорами	50,00	570	гр.3-7	0,54	4,09	1,59	46,00
20-00071725	Котлеты «Полтавские»	70,00	539	гр.3-7	16,43	18,99	6,32	262,00
20-00080989	Овощи запеченные (брокколи,картоф,морковь,кукуруза,лук)	130,00	315/2	гр.3-7	3,71	2,77	16,52	105,00
20-00042651	Кисель из черной смородины	180,00	418	гр.3-7	0,23	0,09	18,83	77,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.3-7	5,92	6,52	8,16	116,00
День 11					71	74	245	1 928
Завтрак					17	23	30	399
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.3-7	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00132625	Сухие завтраки с молоком	150,00	348	гр.3-7	3,78	4,04	5,93	75,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00037180	Какао с молоком	180,00	416	гр.3-7	3,89	3,89	15,01	110,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94

20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					34	30	77	714
20-00132760	Салат "Паллада"	50,00	143	гр.3-7	2,34	4,97	1,51	60,00
20-00099484	Суп крестьянский с мясом и сметаной	195,00	98	гр.3-7	4,60	6,75	7,76	111,00
20-00132856	Печень по-строгановски	60/50	507	гр.3-7	17,18	10,91	3,85	183,00
20-00069702	Изделия макаронные отварные (спагетти)	150,00	629	гр.3-7	5,82	6,77	37,61	234,00
20-00110739	Отвар шиповника без сахара	180,00	129	гр.3-7	0,49	0,20	6,95	32,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					4	3	45	222
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00039851	Яблоки	150,00	458	гр.3-7	0,60	0,60	14,70	66,00
20-00113460	Ватрушка с повидлом	50,00	1019	гр.3-7	3,28	2,16	30,42	154,00
Ужин					15	18	71	499
20-00113686	Салат зеленый с огурцами	50,00	34	гр.3-7	0,48	7,06	0,85	69,00
20-00132848	"Морские" шарики (треска) в сливочно-томатном соусе	50/20	470	гр.3-7	7,88	3,46	12,31	112,00
20-00044506	Пюре картофельное	130,00	362	гр.3-7	2,78	6,42	18,55	143,00
20-00035695	Компот из лимонов	180,00	682	гр.3-7	0,14	0,02	20,25	81,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.3-7				
День 12					67	78	238	1 925
Завтрак					10	19	27	320
20-00040001	Сыр	25,00	13	гр.3-7	5,80	7,38		90,00
20-00080944	Каша овсяная на молоке	150,00	360	гр.3-7	2,69	3,35	11,69	87,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128045	Чай с сахаром	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	5,74	23,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					22	21	78	583
20-00075056	Салат из моркови и огурцов	50,00	66	гр.3-7	0,76	3,62	5,09	56,00
20-00044601	Щи со сметаной	180,00	30	гр.3-7	1,49	1,22	6,53	43,00
20-00110232	Пудинг из риса с отварным протертым мясом запеченный	200,00	2.56	гр.3-7	15,52	15,26	29,48	318,00
20-00106023	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	180,00	820	гр.3-7	0,40		17,62	72,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					9	12	49	342
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00070964	Чай без сахара	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	0,02	
20-00070938	Печенье крекер	30,00	12.21	гр.3-7	1,92	5,04	20,55	135,00
20-00010918	Груша	180,00	338	гр.3-7	0,72	0,54	18,54	83,00
Ужин					19	19	53	462
20-00074997	Салат зеленый с луком, яйцом и растительным маслом	50,00	9.82	гр.3-7	1,11	4,32	1,32	49,00
20-00096675	Рагу из птицы	160,00	342	гр.3-7	11,14	8,75	15,63	186,00

20-00126523	Фасоль стручковая с яйцом запеченная	70,00	7.53	гр.3-7	3,34	5,56	2,23	72,00
20-00113308	Напиток смородиновый	180,00	853	гр.3-7	0,11	0,04	15,16	61,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
День 13					87	87	292	2 300
Завтрак					24	23	38	455
20-00042664	Запеканка творожная с изюмом	150,00	80	гр.3-7	22,40	14,51	19,08	297,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128045	Чай с сахаром	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	5,74	23,00
20-00040547	Соус клюквенный	30,00	400	гр.3-7	0,02	0,01	3,83	15,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					27	27	90	708
20-00132812	Салат "Дуэт" из свеклы и перца болгарского с заправкой	50,00		гр.3-7	0,73	1,79	4,30	36,00
20-00040909	Рассольник ленинградский	180,00	104	гр.3-7	1,73	3,46	11,61	85,00
20-00126234	Бефстроганов	40/40	493	гр.3-7	13,05	12,81	3,00	179,00
20-00044889	Каша рассыпчатая (гречневая)	150,00	353	гр.3-7	7,53	8,15	33,98	240,00
20-00113082	Напиток из плодов сухих (изюм)	180,00	845	гр.3-7	0,38	0,09	17,84	74,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					8	7	67	361
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00109703	Банан	210,00	338	гр.3-7	3,15	1,05	44,10	200,00
20-00071395	Булочка с маком (улитка)	50,00	1005	гр.3-7	4,67	5,54	22,65	159,00
Ужин					21	23	68	566
20-00126398	Салат из капусты белокочанной, огурцов и сладкого перца	50,00	17	гр.3-7	0,63	3,53	1,87	42,00
20-00125779	Суфле рыбное	70,00	457	гр.3-7	12,74	8,41	2,71	137,00
20-00109994	Картофель по-деревенски с сыром	130,00	645/В1	гр.3-7	4,52	10,70	25,40	216,00
20-00042654	Кисель из брусники	180,00	418	гр.3-7	0,16	0,11	19,03	77,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.3-7	5,92	6,52	8,16	116,00
День 14					72	109	262	2 324
Завтрак					21	32	48	563
20-00132784	Ассорти из свежих овощей «Витаминка»	50,00	173м	гр.3-7	0,50	0,06	1,72	10,00
20-00044347	Сыр	10,00	13	гр.3-7	2,32	2,95		36,00
20-00054001	Омлет варенный на пару	120,00	4.6	гр.3-7	11,76	16,64	3,06	209,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00035727	Кофейный напиток с молоком	180,00	379	гр.3-7	2,97	3,10	25,40	142,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.3-7	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00

Обед					20	27	89	676
20-00075053	Салат зеленый с помидорами	50,00	570	гр.3-7	0,54	4,09	1,59	46,00
20-00114159	Суп с рыбными консервами	180,00	95	гр.3-7	1,53	2,50	12,24	77,00
20-00126477	Пельмени отварные с маслом и сметаной	150/5/10	1072	гр.3-7	14,47	19,52	40,29	394,00
20-00085742	Компот из клубники свежесамороженной	180,00	680	гр.3-7			16,07	65,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					11	11	54	355
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00070964	Чай без сахара	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	0,02	
20-00079564	Печенье сахарное	40,00	12.21	гр.3-7	2,96	3,76	29,24	163,00
20-00011054	Апельсины свежие	180,00	458	гр.3-7	1,62	0,36	14,58	68,00
Ужин					19	40	49	636
20-00074955	Салат Зимний	50,00	63	гр.3-7	1,04	4,41	4,30	61,00
20-00126467	Шницель натуральный рубленый из свинины	70,00	267	гр.3-7	12,37	31,41	8,72	367,00
20-00132649	Капуста тушеная с томатами	130,00	500 м	гр.3-7	2,12	3,68	10,17	82,00
20-00110739	Отвар шиповника без сахара	180,00	129	гр.3-7	0,49	0,20	6,95	32,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.3-7				
День 15					80	85	260	2 132
Завтрак					18	24	59	525
20-00010587	Творог детский порционный	50,00	270	гр.3-7	4,25	2,25	1,75	45,00
20-00041418	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес) с маслом	150,00	228	гр.3-7	6,32	8,84	23,60	200,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00036404	Какао с молоком	200,00	416	гр.3-7	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00039907	Хлеб пшеничный	40,00	480	гр.3-7	3,44	0,56	18,04	91,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					29	28	76	677
20-00126289	Салат овощной с фасолью	50,00	140	гр.3-7	1,06	5,15	6,28	76,00
20-00097890	Суп с лапшой с мясом (говядина)	180/15	280	гр.3-7	5,87	9,44	9,03	144,00
20-00132820	Запеканка из картофеля с рыбой	200,00	80	гр.3-7	18,78	13,30	26,06	300,00
20-00108841	Компот из плодов с/м	180,00	123	гр.3-7	0,09		15,75	63,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					5	7	41	245
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00039851	Яблоки	150,00	458	гр.3-7	0,60	0,60	14,70	66,00
20-00105140	Булочка печеная ванильная	50,00	12.1	гр.3-7	4,06	6,05	26,55	177,00
Ужин					20	20	54	475
20-00126290	Салат из отварного картофеля свежего огурца и зеленого салата	50,00	68	гр.3-7	0,86	3,62	5,73	59,00
20-00110589	Говядина тушеная без томатной пасты (дети 1-3 года)	40/40	499	гр.3-7	12,14	12,78	0,50	166,00
20-00069424	Овощи запеченные (брокколи,кап б/к,кукуруза,морковь,лук)	130,00	315	гр.3-7	3,69	2,57	9,50	75,00
20-00042709	Компот из чернослива	180,00	412	гр.3-7	0,41	0,13	19,33	81,00

20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.3-7	5,92	6,52	8,16	116,00
День 16					83	84	288	2 241
Завтрак					17	24	39	442
20-00044347	Сыр	10,00	13	гр.3-7	2,32	2,95		36,00
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.3-7	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00031703	Каша манная молочная	150,00	227	гр.3-7	4,88	6,01	23,90	169,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128045	Чай с сахаром	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	5,74	23,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					29	26	90	706
20-00113524	Салат зеленый с огурцами и помидорами	50,00	35	гр.3-7	0,48	7,07	1,11	70,00
20-00069988	Суп Минестроне	180,00	249	гр.3-7	1,51	5,69	9,23	94,00
20-00086812	Печень тушеная в сметане	100,00	103	гр.3-7	17,83	7,98	2,90	155,00
20-00132799	Фарфалле отварные	150,00	631	гр.3-7	5,49	4,29	37,58	212,00
20-00106014	Компот из вишни с/м	180,00	815	гр.3-7	0,16	0,04	20,07	81,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					8	8	59	344
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00113214	Чай с лимоном и сахаром	180,00	423	гр.3-7	0,16	0,04	9,13	38,00
20-00079567	Вафли	40,00	12.21	гр.3-7	1,12	1,32	30,92	140,00
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.3-7	0,96	0,24	9,00	42,00
Ужин					22	19	69	531
20-00126293	Салат "Степной" из различных овощей	50,00	41	гр.3-7	0,76	5,10	4,08	65,00
20-00126513	Котлета Пожарская	70,00	613	гр.3-7	14,64	4,10	7,69	126,00
20-00067340	Овощи по-карпатски с рисом	150,00	226	гр.3-7	3,18	8,97	20,21	174,00
20-00106023	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	180,00	820	гр.3-7	0,40		17,62	72,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
День 17					69	73	266	1 998
Завтрак					10	17	34	331
20-00010587	Творог детский порционный	50,00	270	гр.3-7	4,25	2,25	1,75	45,00
20-00031577	Каша жидкая пшенная молочная	150,00	233	гр.3-7	3,99	6,20	17,52	143,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128045	Чай с сахаром	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	5,74	23,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					21	22	92	649

20-00074936	Винегрет овощной	50,00	46	гр.3-7	0,70	3,09	3,97	47,00
20-00070076	Суп-пюре из тыквы и овощей	180,00	228	гр.3-7	1,73	2,97	7,56	63,00
20-00128049	Митболы с томатным соусом	80,00	543	гр.3-7	8,24	6,61	8,78	127,00
20-00069551	Каша гречневая с овощами	150,00	658	гр.3-7	5,81	4,73	26,60	173,00
20-00128030	Напиток из цитрусовых (лимоны)	180,00	855	гр.3-7	0,11	0,02	20,14	81,00
20-00044264	Хлеб пшеничный	10,00	480	гр.3-7	0,86	0,14	4,51	23,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
20-00132667	Брускетта из пшенич хлеба с чесноком	20,00	145020	гр.3-7	2,11	3,74	10,96	86,00
Полдник					5	4	34	192
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00044271	Киви свежие	90,00	458	гр.3-7	0,72	0,36	7,29	35,00
20-00041311	Булочка молочная	50,00	502	гр.3-7	4,62	3,40	26,54	155,00
Ужин					25	23	76	616
20-00126228	Салат Витаминный	50,00	2	гр.3-7	0,68	3,09	3,33	44,00
20-00123897	Рыба запеченная (филе минтая)	95,00	444	гр.3-7	17,51	6,01	4,83	143,00
20-00074036	Картофель фри (запеченный)	130,00	648/B1	гр.3-7	3,77	13,74	30,73	261,00
20-00041401	Кисель из клюквы	180,00	418	гр.3-7	0,13	0,04	18,05	74,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.3-7	5,92	6,52	8,16	116,00
День 18					61	85	218	1 879
Завтрак					13	21	40	398
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.3-7	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00027118	Каша жидкая рисовая молочная	150,00	182	гр.3-7	3,83	5,07	24,74	161,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128045	Чай с сахаром	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	5,74	23,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					18	35	57	613
20-00099453	Сельдь филе с/с	20,00	20	гр.3-7	2,18	2,70		33,00
20-00041214	Огурцы свежие	30,00	70	гр.3-7	0,21	0,03	0,57	3,00
20-00081156	Щи «Новгородские»	180,00	287	гр.3-7	1,39	2,74	6,01	54,00
20-00126180	Рагу из свинины и овощей	160,00	263	гр.3-7	11,17	28,98	15,41	366,00
20-00108841	Компот из плодов с/м	180,00	123	гр.3-7	0,09		15,75	63,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					9	12	45	327
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00070938	Печенье крекер	30,00	12.21	гр.3-7	1,92	5,04	20,55	135,00
20-00039851	Яблоки	150,00	458	гр.3-7	0,60	0,60	14,70	66,00
Ужин					19	17	54	447
20-00074997	Салат зеленый с луком, яйцом и растительным маслом	50,00	9.82	гр.3-7	1,11	4,32	1,32	49,00
20-00114194	Фрикассе из курицы	70,00	599	гр.3-7	8,70	6,73	3,47	109,00

20-00069477	Макароны спагетти с брокколи	130,00	398	гр.3-7	5,58	4,95	23,84	163,00
20-00110739	Отвар шиповника без сахара	180,00	129	гр.3-7	0,49	0,20	6,95	32,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.3-7				
День 19					91	86	281	2 265
Завтрак					36	32	64	691
20-00070405	Пудинг из творога с персиком	180,00	433	гр.3-7	29,61	18,32	34,69	423,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00036404	Какао с молоком	200,00	416	гр.3-7	4,22	3,96	15,20	114,00
20-00126414	Соус ванильный	30,00	675/B1	гр.3-7	0,58	1,48	4,54	34,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					27	27	81	677
20-00075044	Салат «Мозаика»	50,00	134	гр.3-7	1,46	3,69	5,18	60,00
20-00126214	Суп гороховый с мясом (свинина) и гренками	200,00	102	гр.3-7	8,02	9,78	21,60	206,00
20-00069246	Рулет из трески II с яйцом	80,00	369	гр.3-7	10,74	7,12	9,74	146,00
20-00094834	Овощи тушеные (1в) с растительным маслом	150,00	330	гр.3-7	3,38	5,61	6,68	90,00
20-00042709	Компот из чернослива	180,00	412	гр.3-7	0,41	0,13	19,33	81,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					5	3	37	193
20-00070964	Чай без сахара	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	0,02	
20-00009283	Мандарины свежие	120,00	458	гр.3-7	0,96	0,24	9,00	42,00
20-00054490	Булочка к чаю	50,00	442	гр.3-7	4,39	2,26	28,24	151,00
Ужин					15	18	68	494
20-00126296	Салат из капусты белокочанной и свежих огурцов	50,00	5	гр.3-7	0,67	3,05	1,75	37,00
20-00081019	Плов куриный	150,00	592	гр.3-7	10,01	10,53	28,22	248,00
20-00072523	Рататуй	50,00	335	гр.3-7	0,94	3,63	3,76	52,00
20-00113173	Напиток вишневый	180,00	847	гр.3-7	0,09	0,02	15,52	63,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	8	116
20-00117058	Кефир 3,2 %	200,00	386	гр.3-7	5,92	6,52	8,16	116,00
День 20					78	81	286	2 194
Завтрак					13	18	35	355
20-00010587	Творог детский порционный	50,00	270	гр.3-7	4,25	2,25	1,75	45,00
20-00132625	Сухие завтраки с молоком	150,00	348	гр.3-7	3,78	4,04	5,93	75,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00074444	Напиток кофейный на молоке	180,00	433	гр.3-7	3,13	3,22	18,34	115,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					26	26	70	619

20-00132808	Салат Радуга	50,00	104	гр.3-7	1,37	6,37	3,14	76,00
20-00077127	Уха ростовская	180,00	119	гр.3-7	8,42	3,62	10,85	110,00
20-00074899	«Ежики» мясные	70,00	527	гр.3-7	10,02	11,52	9,27	181,00
20-00132790	Капуста тушеная с болгарским перцем	130,00	500 м	гр.3-7	2,47	3,68	10,71	86,00
20-00106023	Компот из плодов сухих (сухофрукты)	180,00	820	гр.3-7	0,40		17,62	72,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					11	9	85	466
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
20-00128040	Чай без сахара	180,00	420	гр.3-7	0,13	0,04	0,04	2,00
20-00079567	Вафли	40,00	12.21	гр.3-7	1,12	1,32	30,92	140,00
20-00109703	Банан	210,00	338	гр.3-7	3,15	1,05	44,10	200,00
Ужин					21	22	64	536
20-00075053	Салат зеленый с помидорами	50,00	570	гр.3-7	0,54	4,09	1,59	46,00
20-00100493	Печень по-строгановски	50/50	507	гр.3-7	14,53	10,37	3,85	167,00
20-00044506	Пюре картофельное	130,00	362	гр.3-7	2,78	6,42	18,55	143,00
20-00041398	Кисель из черной смородины	200,00	418	гр.3-7	0,26	0,10	20,92	86,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин					6	7	10	124
20-00038516	Молоко 3,2% д/детей с 3 лет 0,200л/1шт			гр.3-7	6,18	6,59	9,68	124,00
День 21					75	103	264	2 285
Завтрак					16	24	39	437
20-00062520	Яйцо куриное сваренное вкрутую	60,00	261	гр.3-7	7,62	6,90	0,42	94,00
20-00041418	Каша жидкая на молоке (хлопья овсяные Геркулес) с маслом	150,00	228	гр.3-7	6,32	8,84	23,60	200,00
20-00004505	Масло сливочное (порциями)	10,00	12.9	гр.3-7	0,05	8,25	0,08	75,00
20-00128045	Чай с сахаром	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	5,74	23,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
Второй завтрак					1		22	94
20-00040557	Сок	200,00	407	гр.3-7	1,00	0,20	22,00	94,00
Обед					24	31	79	696
20-00126400	Салат из капусты белокочанной со сладким перцем	50,00	531	гр.3-7	1,12	4,09	3,08	54,00
20-00040909	Рассольник ленинградский	180,00	104	гр.3-7	1,73	3,46	11,61	85,00
20-00064986	Паста «Болоньезе»	200,00	404	гр.3-7	17,86	23,30	29,80	400,00
20-00108841	Компот из плодов с/м	180,00	123	гр.3-7	0,09		15,75	63,00
20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Полдник					6	14	42	319
20-00070964	Чай без сахара	180,00	411	гр.3-7	0,05	0,02	0,02	
20-00011054	Апельсины свежие	180,00	458	гр.3-7	1,62	0,36	14,58	68,00
20-00091038	Кекс творожный	50,00	924/В1	гр.3-7	4,33	13,72	27,43	251,00
Ужин					28	33	82	739
20-00126327	Салат из свеклы с сыром с растительным маслом	50,00	50	гр.3-7	2,39	4,76	3,78	68,00
20-00126699	Рыба по-архангельски (минтай филе в панировке, сметана, отварное яйцо, зеленый	115,00	454 м	гр.3-7	18,77	8,41	5,64	174,00
20-00126182	Картофель, запеченный с луком	130,00	302	гр.3-7	3,76	18,93	30,17	306,00
20-00044569	Компот из груши	180,00	409	гр.3-7	0,09	0,07	23,87	97,00

20-00039910	Хлеб пшеничный	20,00	480	гр.3-7	1,72	0,28	9,02	45,00
20-00039899	Хлеб ржано-пшеничный	25,00	481	гр.3-7	1,65	0,30	9,88	49,00
Второй ужин								
20-00126568	Ряженка 2,5%	200,00	386	гр.3-7				

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"			
ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ		Идентификатор: cf960d87-4941-4046-b0ff-02ccc6a612c0	
ОТПРАВЛЕНО	ООО "РБЕ", Грудкин Александр Александрович Эл.доверенность №6b103805-cc23-4be6-bbc6-f01febb33f34	05.05.26 18:00 (MSK)	Сертификат 6905375C99A1C18B4B5E4BC4019C039B
УТВЕРЖДЕНО	ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА МОСКВЫ "МОЙ СЕМЕЙНЫЙ ЦЕНТР "ГОРИЗОНТ", Маковеева Валентина Николаевна, Директор	06.05.26 12:51 (MSK)	Сертификат 00FC28E00FE71DCD30FC1CE352A2027E9B