

Кефир		177,4	10,9
	Итого -		10,9
Обед			
Суп картофельный с рыбными фрикадельками		180	6,64
Печень говяжья по-строгановски		130,1	37,12
Пюре картофельное с морковью		130	6,55
Икра свекольная		38,6	2,51
Компот из свежих яблок		179,2	3,02
Хлеб пшеничный		19,5	0,83
Хлеб ржаной		34,7	1,49
	Итого -		58,16
Полдник			
Булочка российская		79,8	6,37
Молоко кипяченое		200	11,23
Яблоки		120	8,74
	Итого -		26,34
Соль на день			
Соль		4,6	0,07
	Итого -		0,07
Зелень на день			
Зелень		0,8	0,2
	Итого -		0,2
29.12.2021 среда			
Завтрак			
Суп молочный с макаронными изделиями		197,7	9,55
Чай с сахаром		180	0,57
Хлеб пшеничный		27,1	1,15
	Итого -		11,27
Второй завтрак			
Напиток с витаминами "Валетек Класные Витаминки"		157,6	5,2
	Итого -		5,2
Обед			
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)		174,7	3,58
Сметана		3	0,5
Голубцы ленивые		159,9	47,06
Соус сметанный		29,9	1,35
Икра кабачковая (промышленного производства)		38,9	5,25
Картофель отварной		119,9	5,79
Компот из смеси сухофруктов		178,7	2,04
Хлеб пшеничный		25,3	1,07
Хлеб ржаной		39,2	1,69
	Итого -		68,33
Полдник			
Рагу из овощей		199,8	9,82
Чай с сахаром		190	0,49
Хлеб пшеничный		18	0,77
Апельсины		95	0

		Итого -	11,08
Соль на день			
Соль		4	0,06
		Итого -	0,06
Зелень на день			
Зелень		0,9	0,21
		Итого -	0,21
30.12.2021 четверг			
Завтрак			
Соус сметанный		28,2	1,25
Запеканка морковная с творогом		148,7	28,14
Сыр твердый порциями		15,6	7,74
Масло (порциями)		5	2,5
Хлеб пшеничный		17,8	0,75
Какао с молоком		177,8	8,61
		Итого -	48,99
Второй завтрак			
Печенье		39,1	4,49
Йогурт		179,1	21,11
		Итого -	25,6
Обед			
Суп картофельный с мучными клецками		179,3	3,01
Плов из птицы		199,4	27,72
Салат из соленых огурцов с луком		59,5	4,73
Компот из свежих яблок		179,2	3,02
Хлеб пшеничный		17,8	0,75
Хлеб ржаной		37	1,59
		Итого -	40,82
Полдник			
яйцо отварное		40,1	7,21
Винегрет овощной		151,1	6,97
Хлеб пшеничный		24,9	1,06
Чай с сахаром		180	0,46
Мандарины		97,1	0
		Итого -	15,7
Соль на день			
Соль		0,4	0,01
		Итого -	0,01
Зелень на день			
Зелень		0,7	0,18
		Итого -	0,18

Составитель

(должность)

(подпись)

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)