

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 245»



Утверждаю:

Приказом заведующего

Л.С.Захарова

№ 165 - ОСН ОТ 31.10.2025

ОСНОВНОЕ ОРГАНИЗОВАННОЕ МЕНЮ

Возрастная категория от 1,5 до 3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
КАША МАННАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	4,43	4,77	19,98	140,51	416	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	5,39	4,25	17,72	131,74	395	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,53	4,71	10,32	89,80	1	2008
Итого за прием пищи:	355	11,35	13,73	48,02	362,05		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30	0,41	0,06	2,39	11,93		2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ (С ГРЕНКАМИ)	150	5,41	6,43	15,28	142,63	79	2012
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	60	12,94	6,41	3,56	138,95	261	2008
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	5,36	3,04	34,21	185,70	205	2012
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,97	27,87	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
Итого за прием пищи:	555	27,35	16,28	83,44	607,08		
ЙОГУРТ	180	5,18	4,63	8,34	104,54	16	2008
ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80		2008
Итого за прием пищи:	210	6,95	6,04	30,84	214,34		
СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	140	1,77	4,02	10,08	83,90	56	2008
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	213	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,27	29,03	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
Итого за прием пищи:	400	9,67	8,93	35,78	262,44		
Всего за день:		45,32	47,98	202,08	1 445,91		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
	150	5,33	4,56	25,34	164,09	189	2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	32	3,22	6,19	11,13	113,57	3	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	180	5,12	4,30	14,46	118,36	433	2008
КАКАО НА МОЛОКЕ	119	0,48	0,48	11,66	55,93		2008
ЯБЛОКО	481	14,15	15,53	62,59	401,95		2008
Итого за прием пищи:	30	0,24	0,03	0,51	3,90	20	2008
СОЛЕННЫЕ ОГУРЦЫ ПОРЦИОННО	150	5,74	6,89	13,45	138,78	108	2008
СУП МОСКОВСКИЙ С МЯСОМ	50	9,45	7,30	5,88	123,10	287	2012
ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ	110	2,57	2,57	7,22	66,12	346	2008
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	0,01	0,00	10,29	41,10	383	2012
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	535	21,24	17,13	58,38	473,00		2008
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	14,85	64,50	442	2008
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	40	1,12	1,32	30,92	141,60		2008
ВАФЛИ	190	1,87	1,47	45,77	206,10		2008
Итого за прием пищи:	60	9,23	6,02	4,66	109,59	239	2008
КОТЛЕТА ИЗ ГОРБУШИ	120	2,85	3,32	19,82	120,83	321	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	0,06	0,01	6,38	26,88	431	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	400	14,94	9,66	48,99	343,81		2008
Итого за прием пищи:		42,20	46,79	205,73	1 424,86		
Всего за день:							

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
	150	4,52	5,43	17,73	138,25	413	2012
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	25	1,53	4,71	10,32	89,80	2	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	180	4,94	4,25	14,76	118,09	394	2012
ЧАЙ НА МОЛОКЕ	119	0,48	0,48	11,66	55,93		2008
ЯБЛОКО	474	11,47	14,87	54,47	402,07		
Итого за прием пищи:	30	0,44	0,03	2,56	12,22	56	2008
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ (СВЕКЛА)	150	5,97	6,95	13,89	146,10	80	2008
БОРЩ СИБИРСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	160	12,89	11,81	33,28	291,16	265	2008
ПЛОВ	150	0,00	0,00	10,17	40,64	375	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	535	22,53	19,13	80,93	490,12		
Итого за прием пищи:	60	4,41	4,40	34,13	103,29	458	2012
РАССТЕГАЙ С ПОВИДЛОМ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	400	2012
МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	240	9,47	8,77	42,51	287,57		
Итого за прием пищи:	160/20	13,81	8,80	44,35	214,15	238	2012
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С ПОВИДЛОМ	180	0,59	0,24	14,63	74,36	398	2012
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	400	17,20	9,35	77,11	375,02		
Итого за прием пищи:		45,67	49,12	215,02	1 464,78		
Всего за день:							

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
	150	3,96	4,67	20,41	140,12	190	2008
КАША "ДРУЖБА" НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	180	4,98	4,12	15,74	121,11	395	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	32	3,15	6,66	10,32	114,16	3	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	119	0,48	0,48	11,66	55,93		2008
ЯБЛОКО	481	12,57	15,93	58,13	431,32		
Итого за прием пищи:	30	0,38	0,03	2,01	10,19	320	2012
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ (МОРКОВЬ)	150	9,84	5,04	19,96	114,55	104	2008
СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ	60	10,58	10,54	3,70	102,06	277	2012
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	110	2,90	2,58	20,79	118,09	181	2008
ГАРНИР ПЕРЛОВЫЙ	150	0,72	0,04	13,80	59,04	376	2012
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (КУРАГА)	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	545	27,65	18,57	81,29	503,93		
Итого за прием пищи:	170	0,85	0,17	16,83	73,10	442	2008
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	50	4,10	4,26	28,28	167,40	469	2012
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	220	4,95	4,43	45,11	240,50		
Итого за прием пищи:	180	2,81	3,43	17,35	113,08	137	2012
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	0,03	0,00	6,87	28,08	431	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	400	5,64	3,74	42,35	227,67		
Итого за прием пищи:		43,81	47,67	206,88	1 403,42		
Всего за день:							

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
	120/20	20,90	13,34	30,82	230,51	237	2012
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	25	1,53	4,71	10,32	89,80	1	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	180	6,01	4,92	14,81	129,33	433	2008
КАКАО НА МОЛОКЕ	118	0,47	0,47	11,56	55,46		2008
ЯБЛОКО	463	28,91	23,44	67,51	505,10		
Итого за прием пищи:	150	5,12	2,21	9,83	79,99	87	2012
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	60	11,71	11,63	4,38	118,87	278	2008
ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО	110	1,77	3,03	10,06	74,69	56	2008
СВЕКЛА ТУШЕННАЯ	150	0,00	0,00	9,71	38,83	383	2012
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА (ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ)	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	515	21,83	17,21	55,01	412,38		
Итого за прием пищи:	180	5,06	4,37	8,38	94,28	434	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	40	4,59	1,78	31,41	130,11	115	2012
СУХАРИКИ СДОБНЫЕ	220	9,65	6,15	39,79	254,39		
Итого за прием пищи:	40	0,83	3,90	3,37	52,08	53	2012
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	140	6,70	4,97	29,84	91,41	206	2012
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	2,15	1,70	11,17	69,01	432	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	400	12,48	10,88	62,51	299,01		
Итого за прием пищи:		42,87	47,68	204,82	1 440,88		
Всего за день:							

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
	150	3,62	4,34	23,41	147,57	415	2012
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	32	3,15	6,66	10,32	114,16	3	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	180	4,98	4,12	15,55	120,34	395	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	362	11,75	15,12	49,28	382,07		
Итого за прием пищи:	30	0,38	0,03	2,01	10,19	320	2012
ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ (МОРКОВЬ)	150	4,26	7,09	11,12	129,62	56	2012
СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	50	9,60	10,33	4,01	147,47	259	2008
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	120	2,98	2,80	19,37	114,38	181	2008
ГАРНИР ЯЧНЕВЫЙ	150	0,00	0,00	6,97	27,87	376	2012
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	545	20,45	20,59	64,51	529,53		
Итого за прием пищи:	50	3,58	3,96	32,73	180,61		2012
ГРЕБЕШОК С ПОВИДЛОМ	160	0,80	0,16	15,84	68,80	442	2008
СОК	210	4,38	4,12	48,57	249,41		
Итого за прием пищи:	180	5,35	4,84	13,53	121,77	132	2012
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЯЙЦОМ	180	0,03	0,00	6,68	27,31	430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	400	8,18	5,15	38,34	239,59		
Итого за прием пищи:		41,76	46,98	200,70	1 400,60		
Всего за день:							

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
	150	3,45	4,26	25,16	122,09	01	2008
КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	25	1,58	4,07	10,72	85,92	1	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	180	4,93	4,25	14,94	118,81	394	2012
ЧАЙ НА МОЛОКЕ	119	0,48	0,48	11,66	55,93		2008
ЯБЛОКО	474	10,44	13,06	62,48	382,75		
Итого за прием пищи:	30	0,55	2,59	2,24	34,63	53	2012
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	150	5,04	7,44	9,78	129,65	76	2012
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	60	8,68	2,45	6,30	82,26	288	2012
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ СЕРДЦА ГОВЯЖЬЕГО В СОУСЕ	110	2,62	2,87	19,46	114,46	335	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	0,00	0,00	9,71	38,83	383	2012
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА (ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ)	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	545	20,12	15,69	68,52	499,83		
Итого за прием пищи:	180	5,76	4,50	21,24	111,20	15	2008
СНЕЖОК	30	1,77	1,41	22,50	109,80		2008
ПРЯНИКИ	210	7,53	5,91	43,74	221,00		
Итого за прием пищи:	70	5,46	0,97	8,52	64,80	260	2012
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ПАРОВЫЕ	110	1,80	4,01	10,10	84,05	56	2008
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	180	0,52	0,21	14,28	71,17	398	2012
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	400	10,58	5,50	51,03	306,53		
Итого за прием пищи:		43,67	46,16	205,77	1 413,11		
Всего за день:							

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
	120	20,16	12,98	29,71	219,54	237	2012
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	32	3,10	6,72	10,32	114,52	1	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	180	5,40	4,54	15,12	124,37	433	2008
КАКАО НА МОЛОКЕ	119	0,48	0,48	11,66	55,93		2008
ЯБЛОКО	451	29,14	24,72	66,81	514,36		
Итого за прием пищи:	30	0,90	0,06	1,89	11,64		2012
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬЙ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	150	4,44	4,71	12,53	110,19	85	2012
СУП НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С КЛЕЦКАМИ	160	8,83	7,40	10,70	147,84	132	2012
БИГУС С МЯСОМ КУР	150	0,00	0,00	9,68	38,70	375	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД С ВИТАМИНОМ С	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	535	17,40	12,51	55,83	408,37		
Итого за прием пищи:	160	0,80	0,16	16,16	68,80	442	2008
СОК	60	4,43	2,73	20,88	125,75	451	2008
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЬЕ С ЯЙЦОМ	220	5,23	2,89	37,04	194,55		
Итого за прием пищи:	180	3,55	2,91	35,94	184,19	325	2008
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С РИСОМ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	400	6,35	3,22	60,85	297,79		
Итого за прием пищи:		43,12	47,34	208,53	1 415,07		
Всего за день:							

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	150	4,80	4,27	24,98	127,79	184	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,53	4,71	10,32	89,80	3	2008
ЧАЙ НА МОЛОКЕ	180	4,93	4,25	15,13	119,59	394	2012
ЯБЛОКО	119	0,48	0,48	11,66	55,93		2008
Итого за прием пищи:	474	11,74	13,71	62,09	393,11		
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	30	0,41	0,06	2,39	11,93		2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	4,37	6,76	8,06	112,50	95	2008
КНЕЛИ ИЗ КУР	50	8,37	7,69	3,62	114,19	319	2008
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	120	10,52	2,65	22,00	104,02	1	
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ (КУРАГА)	150	0,72	0,04	14,04	60,05	376	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
Итого за прием пищи:	545	27,62	17,54	71,14	502,69		
БИФАЦЦЛ	180	5,59	4,37	20,60	146,66	434	2008
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,42	3,19	33,51	100,02	460	2012
Итого за прием пищи:	230	10,01	7,56	54,11	326,68		
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГОНОВСКИ	60	12,92	5,91	4,56	139,16	261	2008
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	120	5,35	2,87	34,21	104,24	206	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,99	2,43	12,57	84,72	432	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
Итого за прием пищи:	400	24,06	11,52	69,47	414,63		
Всего за день:		43,43	49,33	206,81	1 437,11		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
	150	4,73	4,58	24,05	156,61	189	2008
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	180	5,13	4,25	16,16	124,51	395	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	32	3,10	6,72	10,32	114,52	1	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	118	0,47	0,47	11,56	55,46		2008
ЯБЛОКО	480	13,43	16,02	62,09	451,10		
Итого за прием пищи:	30	0,90	0,06	1,89	11,64	40	2008
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	150	4,28	6,07	12,95	126,84		2008
СУП ХАРЧО С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	160	14,20	13,69	21,92	167,93	276	2012
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	0,00	0,00	9,71	38,83	383	2012
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА (ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ)	25	1,91	0,16	12,55	59,21	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	535	22,61	20,16	67,50	445,24		
Итого за прием пищи:	180	0,87	0,17	17,63	75,08		2008
СОК	40	3,00	3,92	29,76	126,80		
ПЕЧЕНЬЕ	220	3,87	4,09	47,39	211,88		
Итого за прием пищи:	60	10,73	5,31	4,92	111,34	248	2012
БЕЛИП С ТВОРОГОМ	120	6,36	4,71	28,98	103,69	166	2012
ГАРНИР ГРЕЧНЕВЫЙ С ОВОЩАМИ	180	0,04	0,00	6,92	28,57	431	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	5	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	4	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	400	19,93	10,33	58,95	370,11		
Итого за прием пищи:		42,84	48,60	205,93	1 428,33		
Всего за день:							