



**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧЕСКОЕ МЕНЮ
(2-х недельное)**

Сезон: **Осенне-зимний**Категория: **Дети 1-3 лет**

Диета:

Меню на 1 неделю понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
Печенье	Печенье сахарное	20	1,5	2,36	4,72	46	0,02	0,01		5,8	0,42
033/4	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,46	5,9	17,09	139	0,06	0,14	0,58	121,96	0,28
117/3	Какао с молоком	150	2,79	2,84	12,03	85	0,03	0,12	0,48	97,6	0,28
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Всего в Завтрак			10,45	11,42	41,24	309	0,16	0,29	1,06	233,96	1,98
2-й завтрак											
130/6	Сок фруктовый яблочный	150	0,6		16,95	70	0,02	0,02	3	18	2,25
Всего в 2-й завтрак			0,6		16,95	70	0,02	0,02	3	18	2,25
Обед											
011/в	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	40	0,62	2,03	3,78	36	0,01	0,01	14,42	17,25	0,23
036/в	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	3,38	1,65	12,89	80	0,08	0,06	6,77	14,2	0,97
099/в	Котлета мясная рубленая паровая	60	9,16	6,96	2,83	111	0,04	0,06		7,02	1,51
057	Рагу овощное	100	2,5	3,39	9,63	84	0,06	0,08	5,62	64,24	0,71
124/6	Компот из свежих фруктов (яблок)	150	0,06	0,06	12,19	50			9,57	2,3	0,32
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59	0,08	0,03		12,9	1,5
Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,22	58	0,06	0,03		9,9	1,35
Всего в Обед			20,58	14,99	63,64	478	0,33	0,27	36,38	127,81	6,59
Полдник											
077	Омлет натуральный	100	7,85	9,06	3,21	125	0,04	0,3	0,18	100,82	1,32
133/3	Чай сладкий с лимоном	150	0,14	0,03	9,1	37			1,05	4,19	0,37
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59	0,08	0,03		12,9	1,5
Всего в Полдник			10,54	9,57	23,41	221	0,12	0,33	1,23	117,91	3,19
Всего в 1 неделю понедельник			42,17	35,98	145,24	1078	0,63	0,91	41,67	497,68	14,01

Меню на 1 неделю вторник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
	Завтрак										
001/6	Бутерброд с маслом сливочным	20	1,32	4,14	5,6	65	0,04	0,03		7,35	0,76
070/5	Каша рисовая молочная жидкая	120	2,92	4,03	17,51	118	0,03	0,09	0,33	69,41	0,21
126/6	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	0,03	0,11	0,98	90,14	0,07
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Всего в Завтрак			8,28	10,49	41,14	292	0,15	0,25	1,31	175,5	2,04
	2-й завтрак										
120/1	Снежок	100	3,1	2,5	10,9	78					
Всего в 2-й завтрак			3,1	2,5	10,9	78					
	Обед										
156/2	Салат"Ералаш"	45	0,7	2,34	4,84	43	0,01	0,02	13,55	18,19	0,37
041/6	Суп рыбный	150	5,36	1,46	7,75	66	0,06	0,05	3,22	20,01	0,63
094/4	Жаркое по-домашнему	180	10,06	10,14	23,37	225	0,15	0,14	12,45	26,95	2,26
130/6	Сок фруктовый яблочный	150	0,6		16,95	70	0,02	0,02	3	18	2,25
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,22	58	0,06	0,03		9,9	1,35
Всего в Обед			20,73	14,68	71,53	501	0,35	0,28	32,22	101,65	7,86
	Полдник										
081/4	Пудинг творожный с изюмом запеченный	90	11,1	7,19	12,29	158	0,04	0,18	0,28	123,19	0,5
Сгущ.	Молоко сгущенное с сахаром	10	0,72	0,85	5,6	33		0,01	0,1	31,7	
132/4	Чай сладкий	150	0,09	0,02	8,92	36			0,02	2,04	0,36
Хлеб	Хлеб пшеничный	15	1,27	0,24	5,55	29	0,04	0,02		6,45	0,75
Всего в Полдник			13,18	8,3	32,36	256	0,09	0,21	0,4	163,38	1,61
Всего в 1 неделю вторник			45,29	35,97	155,93	1128	0,59	0,73	33,93	440,53	11,51

Меню на 1 неделю среда

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
027/6	Сыр порционный	15	3,9	3,98		51		0,05	0,42	157,5	
068/7	Каша пшеничная молочная жидкая	120	4,19	4,02	19,03	129	0,06	0,09	0,31	63,89	0,97
134/4	Чай сладкий с молоком	150	2,06	2,13	12,13	76	0,02	0,09	0,41	81,2	0,39
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Всего в Завтрак			11,85	10,45	38,56	295	0,13	0,25	1,14	311,19	2,36
2-й завтрак											
140/1	Яблоки свежие	150	0,62	0,62	15,14	68		0,03	25,04	24,72	0,32
Всего в 2-й завтрак			0,62	0,62	15,14	68		0,03	25,04	24,72	0,32
Обед											
015/2	Салат из моркови с растительным маслом	45	0,56	3,04	4,51	48	0,03	0,03	2,16	22,06	0,3
034/г	Суп картофельный с макар.изд.на кур.бульоне	150	1,56	1,55	11,22	65	0,04	0,03	3,87	9,15	0,5
169/4	Курица в соусе с томатом	60	11,99	12,87	1,93	172	0,04	0,08	0,58	14,39	0,86
048	Капуста тушеная	100	2,12	4,48	4,65	80	0,03	0,04	11,3	59,3	0,84
122/е	Компот из сухофруктов (курага)	150			18	81				0,24	0,04
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,22	58	0,06	0,03		9,9	1,35
Всего в Обед			20,24	22,68	58,93	543	0,25	0,23	17,91	123,64	4,89
Полдник											
180	Булочка дорожная	45	3,15	6,05	24,17	164	0,04	0,02		6,52	0,38
120/1	Снежок	150	4,65	3,75	16,35	117					
Всего в Полдник			7,8	9,8	40,52	281	0,04	0,02		6,52	0,38
Всего за 1 неделю среда			40,51	43,54	155,15	1187	0,43	0,53	44,09	466,07	17,53

Меню на 1 неделю четверг

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
001/5	Бутерброд с сыром	20	2,56	4,61	3,74	67	0,03	0,03	0,18	73,18	0,5
067/д	Каша манная молочная жидкая	120	3,5	4,02	16,91	118	0,04	0,09	0,33	70,96	0,21
126/б	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	0,03	0,11	0,98	90,14	0,07
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Всего в Завтрак			10,1	10,95	38,68	294	0,15	0,25	1,49	242,88	1,78
2-й завтрак											
162	Йогурт	100	5	1,5	8,5	68	0,03	0,15	0,6	124	0,1
Всего в 2-й завтрак			5	1,5	8,5	68	0,03	0,15	0,6	124	0,1
Обед											
143/2	Салат "Солнечный зайчик"	40	0,68	2,05	4,1	38	0,01	0,01	13,97	14,93	0,21
028/д	Борщ с кап.и картоф.с кур.на м/раст.	158	4,77	5,86	7,44	102	0,02	0,05	4,98	24,02	0,84
088/а	Рыба, припущенная в молоке	80	11,75	6,53	2,36	115	0,07	0,1	1,29	55,4	0,63
056/1	Розовое пюре	100	2,38	2,78	13,44	88	0,08	0,08	6,42	45,41	0,71
132/4	Чай сладкий	150	0,09	0,02	8,92	36			0,02	2,04	0,36
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59	0,08	0,03		12,9	1,5
Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,22	58	0,06	0,03		9,9	1,35
Всего в Обед			24,53	18,14	58,58	496	0,32	0,3	26,68	164,6	5,6
Полдник											
083/б	Сырники творожные, запеченные	60	10,06	7,32	7,74	137	0,02	0,14	0,11	83,74	0,41
Повидло	Повидло	20	0,1		13,8	53					
124/б	Компот из свежих фруктов (яблок)	150	0,06	0,06	12,19	50			9,57	2,3	0,32
Всего в Полдник			10,22	7,38	33,73	240	0,02	0,14	9,68	86,04	0,73
Всего в 1 неделю четверг			49,85	37,97	139,49	1098	0,53	0,84	38,45	617,52	8,21

Меню на 1 неделю пятница

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
225	Яичная паста	10	0,68	4,48	0,09	43		0,03		3,65	0,14
067/5	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	120	4,26	5,99	15,39	133	0,09	0,13	0,47	103,91	0,62
134/4	Чай сладкий с молоком	150	2,06	2,13	12,13	76	0,02	0,09	0,41	81,2	0,39
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Всего в Завтрак			8,7	12,92	35,01	291	0,16	0,27	0,88	197,36	2,15
2-й завтрак											
140/1	Яблоки свежие	150	0,62	0,62	15,14	68		0,03	25,04	24,72	0,32
Всего в 2-й завтрак			0,62	0,62	15,14	68		0,03	25,04	24,72	0,32
Обед											
035/6	Суп гороховый с мясом	158	6,3	3,52	12,22	106	0,14	0,06	2,12	27,1	1,64
047	Гренки для супов	10	1,52	0,16	9,72	48	0,02	0,01		4	0,22
099/в	Котлета мясная рубленная паровая	60	9,16	6,96	2,83	111	0,04	0,06		7,02	1,51
075/1	Макаронные изделия с овощами	100	3,28	4	20,68	132	0,04	0,02	0,99	14,78	0,6
003/в	Кукуруза сахарная консервированная	20	0,44	0,08	2,24	11		0,01	0,96	1	0,08
118/3	Кисель витаминизированный	150			14,7	60	0,45	0,45	22,5	6,7	
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,22	58	0,06	0,03		9,9	1,35
Всего в Обед			24,71	15,46	81,01	565	0,81	0,65	26,57	79,1	6,4
Полдник											
202/2	Булочка Российская	45	3,08	3,19	24,82	140	0,03	0,02	0,02	11,5	0,39
127/1	Молоко стерилизованное витаминизированное	150	3,86	3,6	7,05	76	0,04	0,16	0,78	153	0,07
Всего в Полдник			6,94	6,79	31,87	216	0,07	0,18	0,8	164,5	0,46
Всего в 1 неделю пятница			40,96	35,79	163,03	1140	1,04	1,13	53,29	465,68	9,32

Меню на 2 неделю понедельник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак										
001/5	Бутерброд с сыром	20	2,56	4,61	3,74	67	0,03	0,03	0,18	73,18	0,5
068/д	Каша пшенная молочная жидкая	120	4,98	5,29	21,67	154	0,1	0,12	0,47	101,28	0,62
126/6	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2	10,63	70	0,03	0,11	0,98	90,14	0,07
	Всего в Завтрак		9,88	11,9	36,04	291	0,16	0,26	1,63	264,6	1,19
	2-й завтрак										
140/1	Яблоки свежие	150	0,62	0,62	15,14	68		0,03	25,04	24,72	0,32
	Всего в 2-й завтрак		0,62	0,62	15,14	68		0,03	25,04	24,72	0,32
	Обед										
015/2	Салат из моркови с растительным маслом	45	0,56	3,04	4,51	48	0,03	0,03	2,16	22,06	0,3
039/5	Суп овощной с мясом	150	3,55	4,02	6,6	77	0,05	0,05	5,41	18,93	0,71
106/3	Тефтели мясо-крупяные	60	8,03	6,12	5,11	108	0,02	0,06	0,2	6,56	1,12
048	Капуста тушеная	100	2,12	4,48	4,65	80	0,03	0,04	11,3	59,3	0,84
122/д	Компот из сухофруктов (смесь)	150			18	81				0,24	0,04
Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,22	58	0,06	0,03		9,9	1,35
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
	Всего в Обед		18,27	18,4	57,49	491	0,24	0,23	19,07	125,59	5,36
	Полдник										
137/2	Оладьи с яблоками	80	5,65	4,36	27,69	173	0,06	0,08	5,49	52,96	0,76
Сгуш.	Молоко сгущенное с сахаром	10	0,72	0,85	5,6	33		0,01	0,1	31,7	
130/6	Сок фруктовый яблочный	150	0,6		16,95	70	0,02	0,02	3	18	2,25
	Всего в Полдник		6,97	5,21	50,24	276	0,08	0,11	8,59	102,66	3,01
	Всего в 2 неделю понедельник		35,73	36,13	158,91	1125	0,49	0,63	54,33	517,57	9,88

Меню на 2 неделю вторник

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
Масло	Масло сливочное порцией	5	0,04	3,9	0,05	36		0,01		0,9	0,01
066/а	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	150	4,66	5,79	20,78	150	0,09	0,17	1,47	139	0,4
134/4	Чай сладкий с молоком	150	2,06	2,13	12,13	76	0,02	0,09	0,41	81,2	0,39
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Всего в Завтрак			8,46	12,14	40,36	301	0,16	0,29	1,88	229,7	1,8
2-й завтрак											
120/1	Снежок	100	3,1	2,5	10,9	78					
Всего в 2-й завтрак			3,1	2,5	10,9	78					
Обед											
018/1	Салат из свеклы с изюмом	40	0,59	2,03	7,8	52	0,02	0,01	3,47	16,08	0,62
030/2	Щи из св.капусты со сметаной с цыпл.	160	4,36	4,73	5,23	82	0,04	0,05	7,27	26	0,59
183/1	Рыба, тушеная с овощ.в соусе	80	7,88	4,41	3,16	84	0,04	0,06	1,12	30,15	0,52
056/а	Пюре картофельное	130	2,71	3,48	15,61	105	0,09	0,1	7,8	44,59	0,77
130/6	Сок фруктовый яблочный	150	0,6		16,95	70	0,02	0,02	3	18	2,25
Хлеб	Хлеб пшеничный	30	2,55	0,48	11,1	59	0,08	0,03		12,9	1,5
Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,22	58	0,06	0,03		9,9	1,35
Всего в Обед			21	15,55	71,07	510	0,35	0,3	22,66	157,62	7,6
Полдник											
083/6	Сырники творожные, запеченные	60	10,06	7,32	7,74	137	0,02	0,14	0,11	83,74	0,41
115	Соус сметанный сладкий	20	0,69	1,22	3,27	27	0,01	0,02	0,08	18,61	0,03
122/д	Компот из сухофруктов (смесь)	150			18	81				0,24	0,04
Всего в Полдник			10,75	8,54	29,01	245	0,03	0,16	0,19	102,59	0,48
Всего в 2 неделю вторник			43,31	38,73	151,34	1134	0,55	0,74	24,73	489,91	9,87

Меню на 2 неделю среда

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
	Завтрак										
Печенье	Печенье сахарное	20	1,5	2,36	4,72	46	0,02	0,01		5,8	0,42
069/6	Каша ячневая молочная жидкая	120	3,34	3,96	16,29	114	0,05	0,08	0,31	63,89	0,3
117/3	Какао с молоком	150	2,79	2,84	12,03	85	0,03	0,12	0,48	97,6	0,28
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Всего в Завтрак			9,33	9,48	40,44	284	0,15	0,23	0,79	175,89	2
	2-й завтрак										
140/5	Бананы свежие	100	1,5		22,4	91	0,04	0,05	10	8	0,6
Всего в 2-й завтрак			1,5		22,4	91	0,04	0,05	10	8	0,6
	Обед										
011/в	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	40	0,62	2,03	3,78	36	0,01	0,01	14,42	17,25	0,23
044/4	Свекольник на курином бульоне со сметаной	150	1,39	2,36	9,09	63	0,03	0,04	4,13	24,23	0,77
110/3	Суфле из отварной курицы	60	13,99	13,56	2,91	190	0,05	0,14	0,12	37,36	0,95
049/1	Овощи в молочном соусе	100	2,11	9,28	9,71	131	0,05	0,06	2,21	36,19	0,5
130/6	Сок фруктовый яблочный	150	0,6		16,95	70	0,02	0,02	3	18	2,25
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,54	0,28	7,48	39	0,04	0,02		6,6	0,9
Всего в Обед			21,95	27,83	57,32	568	0,25	0,31	23,88	148,23	6,6
	Полдник										
077	Омлет натуральный	80	6,05	7,05	2,33	97	0,04	0,2	0,25	70,43	0,9
133/3	Чай сладкий с лимоном	150	0,14	0,03	9,1	37			1,05	4,19	0,37
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Всего в Полдник			7,89	7,4	18,83	173	0,09	0,22	1,3	83,22	2,27
Всего в 2 неделю среда			40,67	44,71	138,99	1116	0,54	0,81	35,97	415,34	11,47

Меню на 2 неделю четверг

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		B1	B2	C	Ca	Fe
	Завтрак										
001/6	Бутерброд с маслом сливочным	20	1,32	4,14	5,6	65	0,04	0,03		7,35	0,76
064/4	Каша гречневая молочная вязкая	120	4,96	5,83	19,73	151	0,09	0,14	0,42	89,21	1,45
134/4	Чай сладкий с молоком	150	2,06	2,13	12,13	76	0,02	0,09	0,41	81,2	0,39
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Всего в Завтрак			10,04	12,42	44,86	331	0,2	0,28	0,83	186,36	3,6
	2-й завтрак										
162	Йогурт	100	5	1,5	8,5	68	0,03	0,15	0,6	124	0,1
Всего в 2-й завтрак			5	1,5	8,5	68	0,03	0,15	0,6	124	0,1
	Обед										
018/6	Салат из отварной свеклы с чесноком с растительным маслом	40	0,62	2,5	3,13	37	0,01	0,01	1,54	12,88	0,48
043/3	Суп с клецками с курицей	150	3,56	3,11	8,43	76	0,04	0,04	2,76	10,15	0,53
087/5	Суфле "рыбка золотая"	80	9,09	6,99	6,99	127	0,05	0,09	0,7	33,3	0,64
057	Рагу овощное	100	2,5	3,39	9,63	84	0,06	0,08	5,62	64,24	0,71
118/3	Кисель витаминизированный	150			14,7	60	0,45	0,45	22,5	6,7	
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,22	58	0,06	0,03		9,9	1,35
Всего в Обед			19,78	16,73	61,5	481	0,72	0,72	33,12	145,77	4,71
	Полдник										
079/e	Запеканка творожная	80	13,28	9,4	11,52	184	0,04	0,19	0,25	132,71	0,44
114/2	Соус сладкий из кураги	20	0,08		3,15	13			0,05	45,33	4,18
132/4	Чай сладкий	150	0,09	0,02	8,92	36			0,02	2,04	0,36
Всего в Полдник			13,45	9,42	23,59	233	0,04	0,19	0,32	180,08	4,98
Всего в 2 неделю четверг			48,27	40,07	138,45	1113	1	1,34	34,87	636,21	13,39

Меню на 2 неделю пятница

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак											
001/5	Бутерброд с сыром	20	2,56	4,61	3,74	67	0,03	0,03	0,18	73,18	0,5
033/г	Суп молочный с рисом	150	3,47	4,08	12,7	101	0,04	0,13	0,55	111,88	0,15
117/3	Какао с молоком	150	2,79	2,84	12,03	85	0,03	0,12	0,48	97,6	0,28
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Всего в Завтрак			10,52	11,85	35,87	292	0,15	0,3	1,21	291,26	1,93
2-й завтрак											
140/2	Груши свежие	150	0,6		16,05	63	0,03	0,05	7,5	28,5	3,45
Всего в 2-й завтрак			0,6		16,05	63	0,03	0,05	7,5	28,5	3,45
Обед											
146/2	"Бабушкин салатик"	45	0,85	4,22	3,57	56	0,01	0,02	1,96	8,47	0,3
037/в	Суп крестьянский с мясом,со сметаной	150	4,23	4,48	7,72	88	0,04	0,04	4,81	21,3	0,77
093/а	Гуляш из отварного мяса	60	9,08	8,28	6,68	138	0,04	0,06	0,84	12,29	1,35
075/2	Вермишель отварная	100	3,54	3,44	22,88	137	0,04	0,01		6,73	0,5
132/4	Чай сладкий	150	0,09	0,02	8,92	36			0,02	2,04	0,36
Хлеб	Хлеб пшеничный	20	1,7	0,32	7,4	39	0,05	0,02		8,6	1
Хлеб	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,31	0,42	11,22	58	0,06	0,03		9,9	1,35
Всего в Обед			21,8	21,18	68,39	552	0,24	0,18	7,63	69,33	5,63
Полдник											
202/1	Булочка "Веснушка"	50	3,75	2,68	26,72	146	0,05	0,01		9,35	0,49
127/1	Молоко стерилизованное витаминизированное	150	3,86	3,6	7,05	76	0,04	0,16	0,78	153	0,07
Всего в Полдник			7,61	6,28	33,77	222	0,09	0,17	0,78	162,35	0,56
Всего в 2 неделю пятница			40,53	39,31	154,08	1129	0,52	0,69	17,12	551,44	11,57
Итого			427,29	388,19	1498,6	11248	6,31	8,33	378,44	5097,95	107,18
Среднее за период			42,73	38,82	149,86	1125	0,63	0,83	37,84	509,79	10,72