Согласовано
Директор
«___»_____2023г.

Утверждаю
Директор МАУ «Детское питание г. Юрги»
Захарова О.В.
«_09_»__января_____2023г.

Примерное цикличное меню (зима) с 09.01.2023 по 14.01.2023г (1-4 классы)

Завтрак **Обед**

	09.01. (Понедельник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		09.01. (Понедельник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Каша манная молоч с персик и масл	200/20/5	7,21/6,47/34,77/225,07	1	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
2	Сыр сливочный в индивид упаковке	18	1,7/4,42/0,85/49,98	2	Рассольник с мясом и сметаной	200	6,4/6,2/12,2/130,6
3	Батон пшеничный/хлеб ржаной	25/20	1,8/0,68/12,28/63,05/	3	Филе птицы тушеное в томатном со	90	14,85/13,32/5,94/202,68
			1,14/0,22/7,44/36,26	4	Каша гречневая рассып с маслом	150	7,2/5,1/33,9/210,3
4	Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8	5	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48
5	Фруктовый десерт (фруктовое пюре	200	1,2/4/25/104,8				1,14/0,22/7,44/36,26
6				6	Компот из сухофруктов	200	0,4/0/27/110

	10.01. (Вторник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		10.01. (Вторник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Кукуруза консервированная	60	1,24/0,21/6,11/31,32	1	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
3	Мясо тушеное	90	18/16,5/2,89/232,8	3	Борщ с мясом и сметаной	200	5,74/8,78/8,74/138,04
4	Картофель отвар с маслом и зеленьк	150	3,3/3,9/25,65/151,35	4	Гуляш	90	18,13/17,05/3,69/240,96
5	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48/	5	Спагетти отварные с маслом	150	6,45/4,05/40,2/223,65
			1,14/0,22/7,44/36,26	6	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48
6	Напиток витаминизир плодово – яго	200	0/0/14,4/58,4				1,14/0,22/7,44/36,26
7				7	Напиток витаминизир плодово – яго	200	0/0/19,2/76,8

	11.01. (Среда)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		11.01. (Среда)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38	1	Икра овощная (кабачковая)	60	1,2/5,4/5,12/73,2
2	Запеканка из твор с ягодой(брусник	150	16,03/7,85/31,16/261,16	2	Щи с мясом и сметаной	200	6,0/6,28/7,12/109,74
3	Батон пшеничный/хлеб ржаной	30/20	2,16/0,81/14,73/75,66/	3	Рыба запеченная с помидор и сыром	90	18,61/5,33/2,89/133,04
			1,14/0,22/7,44/36,26	4	Картофельное пюре с маслом	150	3,3/7,8/22,35/173,1
5	Горячий шоколад	200	3,2/3,2/14,6/100,8	5	Хлеб пшеничный/ржаной	50/45	3,8/0,4/24,6/117,5
6							2,97/0,54/18,09/89,1
7				6	Сок фруктовый	200	0/0/19,6/78

	12.01. (Четверг)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		12.01. (Четверг)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Сыр порциями	15	3,48/4,43/0/54,6	1	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
2	Филе птицы туш с овощным чатни	90	13,94/16,18/5,21/224,21	2	Суп картоф с макарон изделиями	200	5,51/4,83/14,47/123,38
3	Каша гречневая вязкая с маслом	150	4,35/3,9/20,4/134,25	3	Бефстроганов	90	18,49/18,54/3,59/256
4	Хлеб пшеничный/ржаной	25/20	1,78/0,18/11,05/60/	4	Рис отварной с маслом	150	3,3/4,95/32,25/186,45
			1,14/0,22/7,44/36,26	5	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48
5	Компот из сухофруктов	200	0,4/0/27/110				1,14/0,22/7,44/36,26
6				6	Отвар из шиповника	200	0,8/0/24,6/101,2

	13.01. (Пятница)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		13.01. (Пятница)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Яблоко запеченное с творогом	75	4,21/1,13/20,86/111,57	1	Маринад из моркови	60	1,2/4,26/6,18/67,92
2	Каша пшенная молочная с маслом	200/5	8,78/8,33/32,87/241,61	2	Суп гороховый с мясом	200	5,74/8,78/8,74/138,04
3	Батон пшеничный/хлеб ржаной	35/40	2,63/1,01/17,43/91,7/	3	Филе птицы запеченное с помидор	90	18,52/15,91/10,69/261,14
			2,64/0,48/16,08/79,2	4	Картофель запеченный	150	3,15/4,5/17,55/122,85
5	Чай с облепихой	200	0,2/0/19,8/80	5	Хлеб пшеничный/ржаной	45/30	3,19/0,31/19,89/108/
6	Молочный десерт (коктейль)	200	этикет				1,71/0,33/11,16/54,39
7				6	Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8

	14.01. (Суббота)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		14.01. (Суббота)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69	1	Икра свекольная	60	1,26/4,26/7,26/72,48
2	Жаркое с мясом	240	20,88/8,88/24,48/428,64	2	Суп куриный с вермишелью	200	4,8/7,6/9/123,6
3	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48/	3	Мясо тушеное	90	18/16,5/2,89/232,8
			1,14/0,22/7,44/36,26	4	Каша пшенная вязкая с маслом	150	4,05/4,5/22,8/147,3
4	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2/0/11/45,6	5	Хлеб пшеничный/ржаной	45/30	3,19/0,31/19,89/108/
5							1,71/0,33/11,16/54,39
6				6	Компот фруктово-ягодный	200	0,2/0/15,02/61,6

Согласовано

Директор

«___»_____2023г.

Утверждаю

Директор МАУ «Детское питание г. Юрги»

Захарова О.В.

«_16__»_января___2023г.

Примерное цикличное меню (зима) с 16.01.2023 по 21.01.2023г (1-4 классы)

Завтрак

	16.01. (Понедельник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Каша овсяная молочная с маслом	200/5	7,79/11,89/26,65/244,56
2	Оладьи с джемом (2 шт)	50/10	2,67/9,57/17,81/168,61
3	Батон пшеничный/хлеб ржаной	20/20	1,44/0,13//9,83/50,44/
			1,14/0,22/7,44/36,26
4	Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8
5	Молочный десерт	200	8,25/6,25/22/175
6			

Обед

	16.01. (Понедельник)	Вес,г	
1	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
2	Суп овощной с мясом и сметаной	200	6,2/6,2/11/125,8
3	Филе птицы тушеное с овощами (фи	90	15,76/13,35/1,61/190,46
4	Каша гречневая рассыпчатая с масл	150	7,2/5,1/33,9/210,3
5	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48
			1,14/0,22/7,44/36,26
6	Напиток витаминизир плодово–ягод	200	0/0/19,8/81,6

	17.01. (Вторник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Сыр сливочный в индивидуальной у	18	1,7/4,42/0,85/49,98
2	Бифстроганов (г)	90	18,49/18,54/3,59/256
3	Рис отварной с маслом	150	3,3/4,95/32,25/186,45
4	Хлеб пшеничный/ржаной	20/30	1,4/0,14/8,8/48/
			1,71/0,33/11,16/54,39
5	Кисель витаминизир плодово-ягодн	200	0/0/20/80,40
6			

	17.01. (Вторник)	Вес,г	
1	Икра овощная	60	1,2/5,4/5,12/73,2
2	Суп картофельный с мясом	200	6/5,4/10,8/115,6
3	Курица запеченная с соусом и зелен	90	24,03/19,83/1,61/279,17
4	Картофель отварной с маслом и зел	150	3,3/3,9/25,69/151,35
5	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,13/0,21/13,26/72/
			1,14/0,22/7,44/36,26
6	Компот из смеси фруктов и ягод	200	0,26/0/15,46/62

	18.01. (Среда)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	100	0,6/0/16,95/69
2	Омлет натуральный	150	15,6/16,35/2,7/220,2
3	Масло сливочное порциями	15	0,12/10,83.0,19/98,14
4	Батон пшеничный/хлеб ржаной	35/30	2,16/0,81/14,73/75,66
			1,98/0,36/12,06/59,40
5	Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8
6	Фруктовый десерт (фруктов пюре)	200	

	18.01. (Среда)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
2	Борщ с мясом и сметаной	200	5,74/8,78/8,74/138,04
3	Фрикадельки куриные с томатным с	90	14,03/11,56/9,77/200,41
4	Макароны отварные с маслом	150	6,45/4,05/40,2/223,65
5	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,13/0,21/13,26/72/
			1,14/0,22/7,44/36,26
6	Сок фруктовый	200	0/0/22,8/92

	19.01. (Четверг)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
2	Запеканка из рыбы под сыр шапкой	90	18,4/11,32/9,43/214,33
3	Картофельное пюре с маслом	150	3,3/7,8/22,35/173,1/
4	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48/
			1,14/0,22/7,44/36,26
5	Компот из сухофруктов	200	0,4/0/27/110
6			

	19.01. (Четверг)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Икра свекольная	60	1,26/4,26/7,26/72,48
2	Суп томатный с курицей, фасолью и	200	25,25/27,65/13,69/407,89
3	Мясо тушеное	90	17,99/16,59/2,87/232,87
4	Рис отварной с маслом	150	3,3/4,95/32,25/186,45
5	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48
			1,14/0,22/7,44/36,26
6	Компот из сухофруктов	200	0,4/0/27/110

	20.01. (Пятница)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Икра свекольная	60	1,29/4,27/6,97/72,75
2	Гуляш (с)	90	18,13/17,05/3,69/240,96
3	Спагетти отварные с маслом	150	6,45/4,05/40,2/223,65/
4	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48/
			1,14/0,22/7,44/36,26
5	Сок фруктовый	200	0/0/22,8/92
6			

	20.01. (Пятница)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
2	Суп куриный с рисом и томатом	200	4,94/4,7/13,2/114,68
3	Биточек мясной "Пионерский"	90	17,25/14,98/7,87/235,78
4	Слож гар №1 (карт пюре, фасоль стр	100/50	4,15/10,86/18,64/189,12
5	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,13/0,21/13,26/72/
			1,14/0,22/7,44/36,26
6	Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8

	21.01. (Суббота)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
2	Запеканка из творога со сгущ молок	150	25,71/11,95/32,3/342,12
3	Батон пшеничный/ Хлеб ржаной	30/20	2,16/0,81/14,73/75,66/
			1,14/0,22/7,44/36,26
4	Какао с молоком	200	6,64/5,14/18.6/148,4
5			

	21.01. (Суббота)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Маринад из моркови	60	1,2/4,26/6,18/67,92
2	Суп картофельный с фасолью	200	6,8/3,4/8,8/111
3	Рыба запеч под сырно - овощной ша	90	19,71/15,75/6,21/245,34
4	Каша перловая рассыпчатая с масло	150	3,6/4,95/24,6/156,6
5	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	3,19/0,31/19,89/108/
6			1,42/0,27/9,3/45,32
	Компот фруктово-ягодный	200	0,2/0/15,56/63,2

Согласовано

Директор

«___»_____2023г.

Утверждаю

Директор МАУ «Детское питание г. Юрги»

Захарова О.В.

«_23_»_января_____2023г.

Примерное цикличное меню (зима) с 23.01.2023. по 28.01.2023г (1-4 классы)

Завтрак **Обед**

	23.01.(Понедельник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		23.01.(Понедельник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Каша рисовая молочная с маслом	200/5	6,31/7,15/31,59/215,25	1	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
2	Блинчики с ягодным соусом (2 шт)	80/20	4,44/6,31/41,44/248,45	2	Щи с мясом и сметаной	200	6,0/6,28/7,12/109,74
3	Батон пшеничный/хлеб ржаной	20/20	1,44/0,13/9,83/50,44	3	Плов с мясом	250	26,9/33,15/40,4/567,0
			1,14/0,22/7,44/36,26	4	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48
4	Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8				1,14/0,22/7,44/36,26
5	Молочный десерт (коктейль)	200	этикет	5	Компот из сухофруктов	200	0,4/0/27/110

	24.01. (Вторник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		24.01. (Вторник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Курица запеченная	90	2,41/15,3/0,54/229,77	1	Маринад из моркови	60	1,2/4,26/6,18/67,92
3	Каша гречневая вязкая с маслом	150	4,35/3,9/20,4/134,25	3	Суп рыбный с крупой (рыбные конс	200	5/8,6/12,6/147,8
4	Сыр сливочный в индивидуальной у	18	1,7/4,42/0,85/49,98	4	Чахохбили	90	20,25/15,57/2,34/230,13
5	Хлеб пшеничный/ржаной	20/25	1,4/0,14/8,8/48	5	Картофель отварной с маслом и зел	150	3,3/3,9/25,69/151,35
			1,42/0,27/9,3/45,32	6	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,13/0,21/13,26/72
6	Напиток витаминизир плодово – яго	200	0/0/19,2/76,8				1,14/0,22/7,44/36,26
7				7	Напиток витаминизир плодово – яго	200	0/0/19,2/76,8

	25.01. (Среда)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		25.01. (Среда)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Икра овощная (кабачковая)	60	1,2/5,4/5,16/73,2	1	Горошек консервированный	60	1,86/0,12/4,26/24,6
2	Мясо тушеное (г)	90	18/16,5/2,89/232,8	2	Суп картофельный с мясом	200	6/5,4/10,8/115,6
3	Картофель запеченный с сыром	150	3,15/4,5/17,55/122,85	3	Филе птицы тушеное с овощным ча	90	13,94/16,18/5,21/224,21
4	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48/	4	Спагетти отварные с маслом	150	6,45/4,05/40,2/223,65
			1,14/0,22/7,44/36,26	5	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,13/0,21/13,26/72/
5	Компот из сухофруктов	200	0,4/0/27/110				1,14/0,22/7,44/36,26
6				6	Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8

	26.01. (Четверг)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		26.01. (Четверг)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38	1	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
2	Пудинг из творога с яблоками со сгу	150	23,43/11,52/34,29/337,45	2	Суп овощной с мясом и сметаной	200	6,2/6,2/11/125,8
3	Батон пшеничный/хлеб ржаной	30/20	2,16/0,81/14,73/75,66/	3	Гуляш (г)	90	18,13/17,05/3,69/240,96
			1,14/0,22/7,44/36,26	4	Каша гречневая рассыпчатая с масл	150	7,2/5,1/33,9/210,3
4	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2/0/11/45,6	5	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48
5							1,14/0,22/7,44/36,26
6				6	Сок фруктовый	200	0,8/0,2/23,2/94,4

	27.01. (Пятница)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		27.01. (Пятница)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фруктовый десерт (фруктовое пюре	200	0/0/37,5/150	1	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
2	Филе птицы тушеное в томат соусе	90	14,85/13,32/5,94/202,68	2	Свекольник с мясом и сметаной	200	5,88/8,82/9,6/142,2
3	Спагетти отварные с маслом	150	6,45/4,05/40,2/223,65	3	Рыба запеченная с помид и сыр	90	18,61/5,33/2,89/133,04
4	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48/	4	Рис отварной с маслом	150	3,3/4,95/32,25/186,45
			1,14/0,22/7,44/36,26	5	Хлеб пшеничный/ржаной	45/40	3,19/0,31/19,89/108/
5	Чай с шиповником	200	0,4/0,6/17,8/78,6				2,64/0,48/16,08/79,2
6				6	Компот из смеси фруктов и ягод	200	0,26/0/15,46/62

	28.01. (Суббота)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		28.01. (Суббота)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69	1	Икра свекольная	60	1,26/4,26/7,26/72,48
2	Омлет с сыром	150	18,75/19,5/2,7/261,45	2	Суп куриный овощной	200	4,87/4,77/10,9/105,71
3	Батон пшеничный/Хлеб ржаной	30/20	2,16/0,81/14,73/75,66/	3	Бефстроганов	90	18,49/18,54/3,59/256
			1,14/0,22/7,44/36,26	4	Пюре из гороха с маслом	150	13,95/4,65/31,95/224,85
4	Горячий шоколад	200	3,2/3,2/14,6/100,8	5	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48
5							1,14/0,22/7,44/36,26
6				6	Отвар из шиповника	200	0,8/0/24,6/101,2

Согласовано

Директор

«___»_____2023г.

Утверждаю

Директор МАУ «Детское питание г. Юрги»

Захарова О.В.

«_30__»__января_____2023г.

Примерное цикличное меню (зима) с 30.01.2023 по 04.02.2023г (1-4 классы)

Завтрак **Обед**

	30.01. (Понедельник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		30.01. (Понедельник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Каша кукурузная молочная с маслом	200/5	7,17/7,38/35,05/234,72	1	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
2	Сыр порциями	15	3,48/4,43/0/54,6	2	Щи вегетарианские со сметаной	200	1,8/5,4/7,2/84,8
3	Батон пшеничный/хлеб ржаной	25/20	1,8/0,68/12,28/63,05/	3	Гуляш (с)	90	18,13/17,05/3,69/240,96
			1,14/0,22/7,44/36,26	4	Булгур отварной с маслом	150	3,3/4,95/32,25/186,45
4	Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8	5	Хлеб пшеничный/ржаной	30/20	2,13/0,21/13,26/72/
5	Молочный десерт (коктейль)	200	5,4/5/20,6/150				1,14/0,22/7,44/36,26
6				6	Компот из смеси фруктов и ягод	200	0,26/0/15,46/62

	31.01. (Вторник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		31.01. (Вторник)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69	1	Горошек консервированный	60	1,86/0,12/4,26/24,6
3	Курица запеченная с соусом и зелен	90	24,03/19,83/1,61/279,17	2	Борщ с мясом и сметаной	200	5,74/8,78/8,74/138,04
4	Рис отварной с маслом	150	3,3/4,95/32,25/186,45	3	Печень По-строгановски	90	13,81/7,8/7,21/154,12
4	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48	4	Картофельное пюре с маслом	150	3,3/7,8/22,35/173,1/
			1,14/0,22/7,44/36,26	5	Хлеб пшеничный/ржаной	45/40	3,19/0,31/19,89/108/
5	Кисель витаминизир плодово-ягодн	200	0/0/20,2/81,4				2,64/0,48/16,08/79,2
6				6	Кисель витаминизир плодово-ягодн	200	0/0/20,2/81,4

	01.02. (Среда)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		01.02. (Среда)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Сыр сливочный в индивидуальной у	18	1,7/4,42/0,85/49,98	1	Маринад из моркови	60	1,2/4,26/6,18/67,92
2	Рыба тушеная с овощами	90	12,42/2,88/4,59/93,51	2	Уха с рыбой (горбуша)	200	7,2/6,4/8/117,6
3	Картофельное пюрое с маслом	150	3,3/7,8/22,35/173,1	3	Котлета мясная "Лукоморье"(г,к)	90	18,13/17,05/3,69/240,96
4	Хлеб пшеничный/ржаной	35/20	2,66/0,28/17,22/82,25	4	Каша гречневая вязкая с маслом	150	4,35/3,9/20,4/134,25
			1,14/0,22/7,44/36,26	5	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48
5	Компот из сухофруктов	200	0,4/0/27/110				1,14/0,22/7,44/36,26
6				6	Сок фруктовый	200	0/0/24,2/96,6

	02.02. (Четверг)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		02.02. (Четверг)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38	1	Фрукты в ассортименте	100	0,8/0,2/7,5/38
2	Омлет с сыром	150	18,75/19,5/2,7/261,45	2	Суп гороховый с мясом	200	9/5,6/13,8/141
3	Батон пшеничный/хлеб ржаной	30/20	2,16/0,81/14,73/75,66/	3	Курица запеченная с соусом и зелен	90	24,03/19,83/1,61/279,17
			1,14/0,22/7,44/36,26	4	Макароны отварные с маслом	150	6,45/4,05/40,2/223,65
4	Какао с молоком	200	6,64/5,14/18.6/148,4	5	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48
5	Фруктовое десерт (фруктовое пюре)	200	этикет				1,14/0,22/7,44/36,26
6				6	Компот из сухофруктов	200	0,4/0/27/110

	03.02. (Пятница)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		03.02. (Пятница)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Маринад из моркови	60	1,2/4,26/6,18/67,92	1	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0/16,95/69
2	Гуляш	90	18,13/17,05/3,69/240,96	2	Суп куриный с домаш лапшой	200	9/5,6/13,8/141
3	Каша гречневая вязкая с маслом	150	4,35/3,9/20,4/134,25	3	Рыба запечен по сырно-овощной ша	90	19,71/15,77/6,21/245,34
4	Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	1,4/0,14/8,8/48	4	Рагу овощное с маслом	150	2,4/6,9/14,1/128,85
			1,14/0,22/7,44/36,26	5	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	3,19/0,31/19,89/108/
5	Сок фруктовый	200	0,8/0,2/23,2/94,4				1,42/0,27/9,3/45,32
6					Чай с сахаром	200	0,2/0/11/44,8

	04.02. (Суббота)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность		04.02. (Суббота)	Вес,г	пищевая/энергитическая ценность
1	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,45/12,3/54,9	1	Икра свекольная	60	1,26/4,26/7,26/72,48
2	Запеканка из твор с ягод соусом	150	24,38/10,3/35,75/335,9	2	Рассольник с мясом и сметаной	200	6,4/6,2/12,2/130,6
3	Батон пшеничный/ Хлеб ржаной	30/20	2,16/0,81/14,73/75,66/	3	Курица запеченная	90	22,41/15,3/0,54/229,77
			1,14/0,22/7,44/36,26	4	Каша пшенная вязкая с маслом	150	4,05/4,5/22,8/147,3
4	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2/0/11/45,6	5	Хлеб пшеничный/ржаной	45/25	3,19/0,31/19,89/108/
5							1,42/0,27/9,3/45,32
6				6	Компот фруктово-ягодный	200	0,2/0/15,56/63,2