

"Согласовано"

Зам. дир. *А.С. Яковенко*
" " 2022 г.



"Утверждаю"

Генеральный директор ООО "Балтсервис"

А.С. Яковенко



" " 2022г.

Примерное 10-дневное меню
для дошкольного отделения при МАОУ СОШ № 1 г. Неман "РОДНИЧОК"
возрастная категория от 1 до 3 лет и с 3 до 7 лет (пребывание 8-10 часов)
2022-2023гг

Сезон: Лето; ранняя Осень Приложениями по сезонным заменам: поздняя Осень; Зима, Весна

На основании Сборника рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях изд. Москва Дели принт 2012г.

По рекомендациям СанПиН 2.3./2.4.3590-20

Возрастная градация от 1 до 3- лет и от 3 до 7 лет 75 % от суточного рациона

	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход, г от 1 до 3 лет	Выход, г от 3 до 7 лет	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 день								
Завтрак								
1	Каша овсяная молочная с маслом 1/200	1694 (СР № 173)	150	200	6,510	8,275	28,879	216,031
2	Печенье весовое 1/30		30	30	1,260	1,680	19,590	98,520
3	Какао с молоком 1/180	1707 (СР № 382)	180	180	3,170	2,466	18,272	107,960
Итого:			360	410	10,940	12,421	66,741	422,511
Завтрак 2								
1	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого:			100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Обед								
1	Салат из свежей капусты со свежим огурцом 1/50	1752 (СР № 45)	40	50	0,703	2,045	2,833	32,551
2	Свекольник со сметаной на бульоне 1/180	1440 (СР № 81)	150	180	3,652	6,285	10,806	114,397
3	Тефтеля мясная в соусе 1/80	134 (СР № 279)	80	80	10,638	6,324	10,199	140,266
4	Каша гречневая с маслом 1/130	1680 (СР № 302)	120	130	5,961	4,436	31,004	187,783
5	Кисель фруктово-ягодный 1/180	1670 (СР № 359)	150	180	0,065		28,548	114,451
6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
8	Вода питьевая 1/180	-/-	180	180				
Итого:			760	840	23,419	19,490	104,190	685,849
Толдик								
1	Оладьи с творогом с ягодным соусом 1/100/30	655 (СР № 404)	150	150	8,908	7,979	48,037	299,594

2	Чай заварной с сахаром 1/180	1675 (CP № 376)	150	180	0,108	0,028	13,537	54,829
Итого:			300	330	9,016	8,007	61,574	354,423
Всего:					44,025	40,218	241,455	1503,883

02 день

Завтрак

1	Каша рисовая молочная с маслом 1/200	1721 (CP № 175)	150	200	4,710	6,625	32,179	207,181
2	Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/20/5/10	117 (CP № 3)	35	35	3,930	6,345	10,470	114,705
3	Кофейный напиток с молоком 1/180	1713 (P № 379)	180	180	1,633	1,360	17,576	89,079
Итого:			365	415	10,273	14,330	60,225	410,965

Завтрак 2

1	Йогурт фруктовый питьевой 1/100	121 (CP № 386)	100	100	29,300	2,500	11,290	184,860
Итого:			100	100	29,300	2,500	11,290	184,860

Обед

1	Салат из свежих огурцов с маслом 1/50	1114 (CP № 20)	40	50	0,373	4,048	1,393	43,491
2	Суп с вермишелью на бульоне 1/180	1758 (CP № 103)	150	180	4,246	5,851	13,513	123,698
3	Оладьи из печени в белом соусе 1/80	1712 (CP № 282)	80	80	14,772	9,708	13,472	200,348
4	Картофельное пюре с маслом 1/130	1720 (CP № 312)	120	130	2,854	4,231	19,098	125,882
5	Компот из изюма 1/180	1201 (CP № 348)	150	180	0,392	0,081	22,410	91,935
6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
8	Вода питьевая 1/180	-/-	180	180				
Итого:			760	840	25,037	24,319	90,686	681,754

Полдник

1	Голубец ленивый в соусе 1/100/40 (мясной)	2561 (CP № 287)	140	140	11,991	9,955	16,640	204,115
2	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
3	Чай заварной с сахаром 1/180	1675 (CP № 376)	150	180	0,108	0,028	13,537	54,829
Итого:			310	340	13,299	10,182	40,577	307,144
Всего:					77,909	51,331	202,778	1584,723

03 день

Завтрак

1	Каша гречневая молочная с маслом 1/200	1280 (CP № 173)	150	200	7,810	7,475	36,279	243,631
2	Пряники весовые 1/50	-/-	50	50	3,150	0,400	34,400	153,800
3	Чай заварной с молоком 1/180	1665 (CP № 378)	150	180	1,458	1,153	15,652	78,814
Итого:			350	430	12,418	9,028	86,331	476,245

Завтрак 2

1	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого:			100	100	0,650	0,300	8,950	41,100

Обед

1	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом 1/50	182 (CP № 19)	40	50	0,327	4,068	1,669	44,597
---	---	---------------	----	----	-------	-------	-------	--------

2	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/180	1442 (CP № 88)	150	180	3,688	6,256	7,453	100,868
3	Плов с мясом 1/200	1692 (CP № 265)	200	200	15,812	11,800	42,024	337,544
4	Компот из свежих плодов 1/180	1690 (CP № 342)	150	180	0,072	0,072	15,264	61,992
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
7	Вода питьевая 1/180	-/-	180	180				
Итого:			760	830	22,299	22,596	87,209	641,401

Полдник

1	Запеканка творожная с ягодным соусом 1/100/50	1755 (CP №223)	150	150	16,184	11,585	37,359	318,433
2	Чай заварной с сахаром 1/180	1675 (CP № 376)	150	180	0,108	0,028	13,537	54,829
Итого:			300	330	16,292	11,612	50,896	373,261
Всего:					51,659	43,536	233,387	1 532,008

04 день

Завтрак

1	Каша пшеничная молочная с маслом 1/200	1676 (CP № 175)	150	200	6,210	7,375	29,779	210,331
2	Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/20/5/10	117 (CP № 3)	35	35	3,930	6,345	10,470	114,705
3	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/180/5	0988 (CP №377)	185	185	0,153	0,033	13,687	55,654
Итого:			370	420	10,293	13,753	53,936	380,690

Завтрак 2

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/100	116 (CP №389)	100	100	0,000	0,000	13,000	52,001
Итого:			100	100	0,000	0,000	13,000	52,001

Обед

1	Салат из свежей капусты с огурцами и помидорами 1/50	1756 (CP № 45)	40	50	0,663	2,052	2,828	32,434
2	Суп гороховый на бульоне 1/180	1764 (CP № 102)	150	180	6,622	5,968	14,152	136,811
3	Макаронник с курицей 1/200	1509 (CP № 285)	200	200	21,568	7,002	39,681	308,014
4	Компот из яблок и ягод з/м 1/180	1448 (CP № 344)	150	180	0,090	0,068	15,255	61,988
5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
7	Вода питьевая 1/180	-/-	180	180				
Итого:			760	830	31,343	15,490	92,716	635,647

Полдник

1	Блинчики Домашние с ягодным соусом 2/50/50	151 (CP № 399)	150	150	6,972	7,598	40,613	258,722
2	Чай заварной с сахаром 1/180	1675 (CP № 376)	150	180	0,108	0,028	13,537	54,829
Итого:			300	330	7,08	7,626	54,15	313,551
Всего:					48,716	36,869	213,802	1381,889

05 день

Завтрак

1	Каша манная молочная с маслом 1/200	1727 (CP № 181)	150	200	4,480	6,560	21,489	162,916
2	Печенье весовое 1/50	-/-	50	50	2,100	2,800	32,650	164,200
3	Какао с молоком 1/180	1707 (CP № 382)	150	180	3,170	2,466	18,272	107,960
Итого:			350	430	9,75	11,826	72,411	435,076

Завтрак 2

1	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого:			100	100	0,650	0,300	8,950	41,100

Обед

1	Салат из свежих огурцов с маслом 1/50	1114 (CP № 20)	40	50	0,373	4,048	1,393	43,491
2	Свекольник со сметаной на бульоне 1/180	1440 (CP № 81)	150	180	3,652	6,285	10,806	114,397
3	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/80	1766(CP №234)	80	80	9,806	7,736	12,356	158,274
4	Картофельное пюре с маслом 1/130	1720 (CP № 312)	120	130	2,854	4,231	19,098	125,882
5	Компот из ягод з/м 1/180	1658 (CP № 342)	150	180	0,144	0,054	15,228	61,974
6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
8	Вода питьевая 1/180	-/-	180	180				
Итого:			760	840	19,228	22,754	79,680	600,418

Полдник

1	Макароны отварные с сыром 1/120/10	1115 (CP № 415)	130	130	7,527	6,073	32,260	213,807
2	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
3	Чай заварной с сахаром 1/180	1675 (CP № 376)	150	180	0,108	0,028	13,537	54,829
Итого:			300	330	8,835	8,836	8,837	8,838
Всего:					38,463	43,716	169,878	1085,432

Об день**Завтрак**

1	Каша рисовая молочная с маслом 1/200	1721(CP № 175)	150	200	4,710	6,625	32,179	207,181
2	Печенье весовое 1/30		30	30	1,260	1,680	19,590	98,520
3	Какао с молоком 1/180	1707 (CP № 382)	180	180	3,170	2,466	18,272	107,960
Итого:			360	410	9,14	10,771	70,041	413,661

Завтрак 2

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/100	116 (CP №389)	100	100	0,000	0,000	13,000	52,001
Итого:			100	100	0,000	0,000	13,000	52,001

Обед

1	Салат из свежей капусты со свежим огурцом 1/50	1752 (CP № 45)	40	50	0,703	2,045	2,833	32,551
2	Суп овощной с зеленым горошком со сметаной на бульоне 1/180	1454 (CP №99)	150	180	3,886	6,310	8,918	108,007
3	Каша гречневая с маслом 1/130	1680 (CP № 302)	120	130	5,961	4,436	31,004	187,783
4	Котлета мясная в соусе 1/60/20	1772(CP №268)	80	80	11,012	14,951	12,589	228,97
5	Кисель фруктово-ягодный 1/180	1670 (CP № 359)	150	180	0,065		28,548	114,451

6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
8	Вода питьевая 1/180	-/-	180	180				
Итого:			760	830	28,609	19,102	98,089	678,708

Полдник

1	Запеканка творожная с ягодным соусом 1/100/50	1755 (CP №223)	150	150	16,184	11,585	37,359	318,433
2	Чай заварной с сахаром 1/180	1675 (CP № 376)	150	180	0,108	0,028	13,537	54,829
Итого:			300	330	16,292	11,612	50,896	373,261

Всего:

					54,041	41,485	232,026	1517,631
--	--	--	--	--	---------------	---------------	----------------	-----------------

07 день

Завтрак

1	Каша овсяная молочная с маслом 1/200	1694 (CP № 173)	150	200	6,510	8,275	28,879	216,031
2	Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/20/5/10	117 (CP № 3)	35	35	3,930	6,345	10,470	114,705
3	Чай заварной с сахаром и лимоном 1/180/5	0988 (CP №377)	185	185	0,153	0,033	13,687	55,654
Итого:			370	420	10,593	14,653	53,036	386,390

Завтрак 2

1	Йогурт фруктовый питьевой 1/100	121 (CP № 386)	100	100	29,300	2,500	11,290	184,860
Итого:			100	100	29,300	2,500	11,290	184,860

Обед

1	Салат из свежих огурцов с маслом 1/50	1114 (CP № 20)	40	50	0,373	4,048	1,393	43,491
2	Борщ со свежей капустой с картофелем и сметаной на бульоне 1/180	1439 (CP № 82)	150	180	3,659	6,249	9,731	109,804
3	Тефтеля мясная в соусе 1/80	134 (CP № 279)	80	80	10,638	6,324	10,199	140,266
4	Макаронны отварные с маслом 1/130		120	130	5,251	3,849	34,949	195,441
5	Компот из изюма 1/180	1201 (CP № 348)	150	180	0,392	0,081	22,410	91,935
6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
8	Вода питьевая 1/180	-/-	180	180				
Итого:			760	840	22,713	20,951	99,482	677,336

Полдник

1	Омлет 1/120	1706 (CP № 210)	120	120	9,756	12,386	1,463	156,353
3	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
4	Чай заварной с сахаром 1/180	1675 (CP № 376)	150	180	0,108	0,028	13,537	54,829
Итого:			290	300	11,064	12,614	25,4	259,382

Всего:

					73,67	50,718	189,208	1507,968
--	--	--	--	--	--------------	---------------	----------------	-----------------

08 день

Завтрак

1	Каша гречневая молочная с маслом 1/200	1280 (CP № 173)	150	200	7,810	7,475	36,279	243,631
2	Пряники весовые 1/50	-/-	50	50	3,150	0,400	34,400	153,800
3	Кофейный напиток с молоком 1/180	1713 (P № 379)	150	180	1,633	1,360	17,576	89,079

Итого:			350	430	12,593	9,235	88,255	486,510
---------------	--	--	------------	------------	---------------	--------------	---------------	----------------

Завтрак 2

1	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
---	----------------------------------	-----	-----	-----	-------	-------	-------	--------

Итого:			100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
---------------	--	--	------------	------------	--------------	--------------	--------------	---------------

Обед

1	Салат из свежих огурцов и помидоров с маслом 1/50	182 (CP № 19)	40	50	0,327	4,068	1,669	44,597
---	---	---------------	----	----	-------	-------	-------	--------

2	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне 1/180	1442 (CP № 88)	150	180	3,688	6,256	7,453	100,868
---	---	----------------	-----	-----	-------	-------	-------	---------

3	Жаркое по-домашнему с курицей 1/200	1702 (CP № 259)	200	200	17,308	9,668	29,056	272,468
---	-------------------------------------	-----------------	-----	-----	--------	-------	--------	---------

4	Компот из свежих плодов 1/180	1690 (CP № 342)	150	180	0,072	0,072	15,264	61,992
---	-------------------------------	-----------------	-----	-----	-------	-------	--------	--------

5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
---	---------------------	-----	----	----	-------	-------	--------	--------

6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
---	---------------------------	-----	----	----	-------	-------	--------	--------

7	Вода питьевая 1/180	-/-	180	180				
---	---------------------	-----	-----	-----	--	--	--	--

Итого:			760	830	23,795	20,464	74,241	576,325
---------------	--	--	------------	------------	---------------	---------------	---------------	----------------

Полдник

1	Голубец ленивый в соусе 1/100/40 (мясной)	2561 (CP №287)	140	140	11,991	9,955	16,640	204,115
---	---	----------------	-----	-----	--------	-------	--------	---------

2	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
---	---------------------------	-----	----	----	-------	-------	--------	--------

3	Чай заварной с сахаром 1/180	1675 (CP № 376)	150	180	0,108	0,028	13,537	54,829
---	------------------------------	-----------------	-----	-----	-------	-------	--------	--------

Итого:			310	340	13,299	10,182	40,577	307,144
---------------	--	--	------------	------------	---------------	---------------	---------------	----------------

Всего:					50,337	40,182	212,023	1 411,079
---------------	--	--	--	--	---------------	---------------	----------------	------------------

09 день

Завтрак

1	Суп молочный с вермишелью 1/200	1802 (CP № 120)	150	200	4,690	6,695	23,019	171,091
---	---------------------------------	-----------------	-----	-----	-------	-------	--------	---------

2	Бутерброд с маслом и твердым сыром 1/20/5/10	117 (CP № 3)	35	35	3,930	6,345	10,470	114,705
---	--	--------------	----	----	-------	-------	--------	---------

3	Чай заварной с молоком 1/180	1665 (CP № 378)	180	180	1,458	1,153	15,652	78,814
---	------------------------------	-----------------	-----	-----	-------	-------	--------	--------

Итого:			365	415	10,078	14,193	49,141	364,610
---------------	--	--	------------	------------	---------------	---------------	---------------	----------------

Завтрак 2

1	Сок фруктовый разливной в ассортименте 1/100	116 (CP №389)	100	100	0,000	0,000	13,000	52,001
---	--	---------------	-----	-----	-------	-------	--------	--------

Итого:			100	100	0,000	0,000	13,000	52,001
---------------	--	--	------------	------------	--------------	--------------	---------------	---------------

Обед

1	Салат из свежих помидоров с маслом 1/50	181 (CP № 23)	40	50	0,276	4,088	1,932	45,624
---	---	---------------	----	----	-------	-------	-------	--------

2	Суп гороховый на бульоне 1/180	1764 (CP № 102)	150	180	6,622	5,968	14,152	136,811
---	--------------------------------	-----------------	-----	-----	-------	-------	--------	---------

3	Плов с курицей 1/200	1443 (CP № 291)	200	200	17,608	9,278	41,476	319,838
---	----------------------	-----------------	-----	-----	--------	-------	--------	---------

4	Компот из яблок и ягод з/м 1/180	1448 (CP № 344)	150	180	0,090	0,068	15,255	61,988
---	----------------------------------	-----------------	-----	-----	-------	-------	--------	--------

5	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
---	---------------------	-----	----	----	-------	-------	--------	--------

6	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
---	---------------------------	-----	----	----	-------	-------	--------	--------

7	Вода питьевая 1/180	-/-	180	180				
---	---------------------	-----	-----	-----	--	--	--	--

Итого:			760	830	26,996	19,802	93,615	660,660
---------------	--	--	------------	------------	---------------	---------------	---------------	----------------

Полдник

1	Оладьи с творогом с ягодным соусом 1/100/50	1655 (СР № 404)	150	150	8,908	7,979	48,037	299,594
2	Чай заварной с сахаром 1/180	1675 (СР № 376)	150	180	0,108	0,028	13,537	54,829
Итого:			300	330	9,016	8,007	61,574	354,423
Всего:					46,09	42,002	217,33	1431,694
10 день								
Завтрак								
1	Каша манная молочная с маслом 1/200	1727 (СР № 181)	150	200	4,480	6,560	21,489	162,916
2	Печенье весовое 1/30		30	30	1,260	1,680	19,590	98,520
3	Какао с молоком 1/180	1707 (СР № 382)	180	180	3,170	2,466	18,272	107,960
Итого:			360	410	8,910	10,706	59,351	369,396
Завтрак 2								
1	Фрукты свежие по сезону (v)1/100	-/-	100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Итого:			100	100	0,650	0,300	8,950	41,100
Обед								
1	Салат из свежей капусты с огурцами и помидорами 1/50	1756 (СР № 45)	40	50	0,663	2,052	2,828	32,434
2	Суп с вермишелью на бульоне 1/180	1758 (СР № 103)	150	180	4,246	5,851	13,513	123,698
3	Котлета рыбная запеченная в белом соусе 1/80	1766(СР №234)	80	80	9,806	7,736	12,356	158,274
4	Картофельное пюре с маслом 1/130	1720 (СР № 312)	120	130	2,854	4,231	19,098	125,882
5	Компот из ягод з/м 1/180	1658 (СР № 342)	150	180	0,144	0,054	15,228	61,974
6	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
7	Хлеб ржано-пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
8	Вода питьевая 1/180	-/-	150	180				
Итого:			730	840	20,113	20,324	83,823	598,662
Полдник								
1	Макароны отварные с сыром 1/120/10	1115 (СР № 415)	130	130	7,527	6,073	32,260	213,807
2	Хлеб пшеничный 1/20	-/-	20	20	1,200	0,200	10,400	48,200
3	Чай заварной с сахаром 1/180	1675 (СР № 376)	150	180	0,108	0,028	13,537	54,829
Итого:			300	330	8,835	6,301	56,197	316,836
Всего:					38,51	37,63	208,32	1325,99
Всего за 10 дней :					523,42	427,69	2120,21	14282,30
Среднее значение за период:					52,34	42,77	212,02	1428,23

Сезонные замены салатов после 01 октября до 01 марта

День	Прием пищи	Заменяемый салат	№ рец	Сезонный салат
1	Обед	Салат из свежей капусты со свежим огурцом	1672 (45)	Салат из свежей капусты с морковью
2	Обед	Салат из свежих огурцов с маслом	1682 (52)	Салат из свеклы
3	Обед	Салат из свежих огурцов и помидоров	1678 (65)	Салат морковный с чесноком
4	Обед	Салат из свежей капусты с огурцами и помидорами	1809 (67)	Винегрет овощной
5	Обед	Салат из свежих огурцов с маслом	1817 (29)	Салат из сырых овощей
6	Обед	Салат из свежей капусты со свежим огурцом	1678 (65)	Салат морковный с чесноком
7	Обед	Салат из свежих огурцов с маслом	1672 (45)	Салат из свежей капусты с морковью
8	Обед	Салат из свежих огурцов и помидоров	1809 (67)	Винегрет овощной
9	Обед	Салат из свежих помидоров с маслом	1678	Салат морковный с чесноком
10	Обед	Салат из свежей капусты с огурцами и помидорами	1672	Салат из свежей капусты с морковью

Приложение № 2

Сезонные замены салатов из сырых овощей урожая прошлого года после 01 марта и до 01 июня

День	Прием пищи	Заменяемый салат	№ рец	Сезонный салат
1	Обед	Салат из свежей капусты	1803 (47)	Салат из квашеной капусты
2	Обед	Салат из свеклы	1682 (52)	-
3	Обед	Салат морковный с чесноком	625 (70)	Огурец соленый 20 гр
4	Обед	Винегрет овощной	1809 (67)	-
5	Обед	Салат из сырых овощей	558 (37)	Салат картофельный с квашеной капустой
6	Обед	Салат морковный с чесноком	108 (75)	Огурец соленый 20 гр
7	Обед	Салат из свежей капусты	1803 (47)	Салат из квашеной капусты
8	Обед	Винегрет овощной	1809 (67)	-
9	Обед	Салат морковный с чесноком	108 (75)	Икра морковная
10	Обед	Салат из свежей капусты	1803 (47)	Салат из квашеной капусты