



Утверждаю
Сведующий ГБДОУ д/с №10

Л.А. Сорокина

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 1.5 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД №10 КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА МОСКОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА "БОГАТЫРЬ", В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | С, мг | Минеральные вещества | | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|--------------|----------------------|-------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13 | 2008 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 20 | 2,11 | 1,89 | 0,11 | 24,73 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 213 | 2008 |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ | 150 | 4,29 | 5,90 | 17,98 | 145,40 | 0,36 | 0,00 | 0,00 | 189 | 2008 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 3,32 | 2,75 | 14,68 | 95,08 | 0,61 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 355 | 11,74 | 14,93 | 45,53 | 363,80 | 0,97 | 0,00 | 0,00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 442 | 2008 |
| ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ | 20 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 170 | 2,25 | 2,11 | 30,03 | 152,40 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 25 | 0,24 | 0,83 | 0,70 | 11,76 | 1,55 | 0,00 | 0,00 | 20 | 2008 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 150/10/7 | 4,07 | 6,20 | 5,15 | 89,80 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | 83 | 2008 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,09 | 4,12 | 20,03 | 133,54 | 10,36 | 0,00 | 0,00 | 335 | 2008 |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ ИЗ ИНДЕЙКИ | 50 | 8,43 | 9,84 | 0,34 | 120,46 | 0,17 | 0,00 | 0,00 | 184 | 1983 |
| НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 150 | 0,03 | 0,00 | 13,93 | 54,99 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 692 | 2008 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2,45 | 0,28 | 15,05 | 36,75 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 577 | 18,31 | 21,27 | 55,20 | 447,30 | 21,08 | 0,00 | 0,00 | | |

| Полдник | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|-------|------|------|-----|------|
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 120 | 2,27 | 1,87 | 8,41 | 61,45 | 8,07 | 0,00 | 0,00 | 338 | 2008 |
| БИТОЧКИ ИЗ ИНДЕЙКИ | 40 | 5,21 | 6,42 | 4,08 | 92,61 | 0,17 | 0,00 | 0,00 | 283 | 2008 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1,75 | 1,41 | 11,89 | 66,19 | 0,33 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 86 | 0,34 | 0,26 | 8,86 | 40,42 | 4,30 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 416 | 10,89 | 10,14 | 41,72 | 301,46 | 12,87 | 0,00 | 0,00 | | |
| Всего за день: | | 43,19 | 48,45 | 172,48 | 1 264,96 | 37,92 | 0,00 | 0,00 | | |

2 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | С, мг | Минеральные вещества | | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------|----------------------|--------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 8 | 1,69 | 2,14 | 0,00 | 26,46 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 14 | 2008 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13 | 2008 |
| КАША ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ МОЛОЧНАЯ | 150 | 2,62 | 4,16 | 8,99 | 87,18 | 1,28 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 3,32 | 2,75 | 14,68 | 95,08 | 0,61 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 353 | 10,31 | 13,53 | 40,67 | 327,70 | 1,94 | 0,00 | 0,00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 86 | 0,34 | 0,34 | 8,43 | 40,42 | 8,60 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 86 | 0,34 | 0,34 | 8,43 | 40,42 | 8,60 | 0,00 | 0,00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР | 30 | 0,31 | 1,93 | 1,14 | 22,89 | 2,56 | 0,00 | 0,00 | 22 | 2008 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ | 150/12 | 6,05 | 4,14 | 11,19 | 106,26 | 3,75 | 0,00 | 0,00 | 99 | 2008 |
| ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 150 | 3,22 | 2,73 | 14,08 | 96,38 | 10,69 | 0,00 | 0,00 | 338 | 2008 |
| СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ | 75 | 16,86 | 6,21 | 5,12 | 156,13 | 11,67 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 442 | 2008 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,80 | 0,32 | 17,20 | 42,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 607 | 29,99 | 15,48 | 63,88 | 492,66 | 31,67 | 0,00 | 0,00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ | 70/10 | 12,05 | 7,76 | 21,11 | 198,99 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 224 | 2008 |
| БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ | 60 | 6,26 | 5,00 | 36,12 | 212,92 | 0,18 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 9,27 | 37,03 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 430 | 2008 |
| БИОКЕФИР | 100 | 3,40 | 2,50 | 5,50 | 61,00 | 0,70 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 390 | 21,81 | 15,26 | 72,00 | 509,94 | 1,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| Всего за день: | | 62,45 | 44,61 | 184,98 | 1 370,72 | 43,21 | 0,00 | 0,00 | | |

3 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | С, мг | Минеральные вещества | | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|----------------------|-------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13 | 2008 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 20 | 2,11 | 1,89 | 0,11 | 24,73 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 213 | 2008 |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 3,48 | 4,34 | 21,30 | 140,65 | 0,36 | 0,00 | 0,00 | 189 | 2008 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 3,32 | 2,75 | 14,68 | 95,08 | 0,61 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 345 | 10,26 | 13,29 | 44,61 | 338,65 | 0,97 | 0,00 | 0,00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | |
| БАНАН СВЕЖИЙ | 86 | 1,29 | 0,43 | 18,06 | 82,56 | 8,60 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 86 | 1,29 | 0,43 | 18,06 | 82,56 | 8,60 | 0,00 | 0,00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ | 30 | 0,23 | 2,85 | 0,70 | 28,14 | 1,23 | 0,00 | 0,00 | | |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,18 | 4,40 | 6,00 | 80,64 | 8,65 | 0,00 | 0,00 | 95 | 2008 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 125 | 3,76 | 3,48 | 22,58 | 136,58 | 1,10 | 0,00 | 0,00 | 332 | 2008 |
| БИТОЧКИ(КОТЛЕТЫ) МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ | 60 | 11,87 | 9,65 | 3,86 | 143,14 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 288 | 2008 |
| СОУС МОЛОЧНЫЙ | 30 | 0,73 | 1,63 | 2,58 | 29,77 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 368 | 2008 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,33 | 0,02 | 19,49 | 83,99 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 402 | 2008 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2,45 | 0,28 | 15,05 | 36,75 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 595 | 23,55 | 22,31 | 70,26 | 539,01 | 11,06 | 0,00 | 0,00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| ПУДИНГ ОВОЩНОЙ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ | 110/20 | 3,25 | 6,73 | 10,48 | 116,62 | 10,01 | 0,00 | 0,00 | 166 | 2008 |
| РУЛЕТ С ЯЙЦОМ | 60 | 7,81 | 9,11 | 2,92 | 121,18 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 280 | 2008 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 9,27 | 37,03 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 430 | 2008 |
| РЯЖЕНКА | 100 | 2,90 | 2,50 | 4,20 | 54,00 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 435 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 460 | 15,38 | 18,52 | 35,35 | 369,62 | 10,38 | 0,00 | 0,00 | | |
| Всего за день: | | 50,48 | 54,55 | 168,28 | 1 329,84 | 31,01 | 0,00 | 0,00 | | |

4 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | С, мг | Минеральные вещества | | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------|----------------------|--------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13 | 2008 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 8 | 1,69 | 2,14 | 0,00 | 26,46 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 14 | 2008 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 4,94 | 5,51 | 19,72 | 151,34 | 0,36 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 3,32 | 2,75 | 14,68 | 95,08 | 0,61 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 343 | 11,97 | 14,79 | 47,16 | 371,47 | 1,02 | 0,00 | 0,00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 86 | 0,34 | 0,26 | 8,86 | 40,42 | 4,30 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 86 | 0,34 | 0,26 | 8,86 | 40,42 | 4,30 | 0,00 | 0,00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР | 30 | 0,32 | 2,87 | 1,20 | 31,30 | 2,59 | 0,00 | 0,00 | 22 | 2008 |
| РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,01 | 4,16 | 8,04 | 85,32 | 4,29 | 0,00 | 0,00 | 89 | 2008 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 180 | 13,67 | 15,91 | 23,72 | 289,59 | 12,77 | 0,00 | 0,00 | 299 | 2008 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0,27 | 0,58 | 1,14 | 10,58 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 371 | 2008 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,33 | 0,02 | 19,49 | 83,99 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 402 | 2008 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2,45 | 0,28 | 15,05 | 36,75 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 580 | 21,05 | 23,82 | 68,64 | 537,53 | 19,65 | 0,00 | 0,00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| СЫРНИКИ | 100 | 13,84 | 10,32 | 16,42 | 213,36 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 219 | 2008 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1,75 | 1,41 | 11,89 | 66,19 | 0,33 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БИОКЕФИР | 100 | 3,40 | 2,50 | 5,50 | 61,00 | 0,70 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 380 | 20,98 | 14,49 | 46,53 | 401,74 | 1,03 | 0,00 | 0,00 | | |
| Всего за день: | | 54,34 | 53,36 | 171,19 | 1 351,16 | 26,00 | 0,00 | 0,00 | | |

5 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | С, мг | Минеральные вещества | | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------|----------------------|--------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13 | 2008 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 20 | 2,11 | 1,89 | 0,11 | 24,73 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 213 | 2008 |
| КАША "ДРУЖБА"ЖИДКАЯ | 150 | 4,60 | 5,46 | 23,42 | 164,36 | 0,42 | 0,00 | 0,00 | 190 | 2008 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 3,32 | 2,75 | 14,68 | 95,08 | 0,61 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 355 | 12,05 | 14,49 | 50,97 | 382,76 | 1,03 | 0,00 | 0,00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | |
| БАНАН СВЕЖИЙ | 86 | 1,29 | 0,43 | 18,06 | 82,56 | 8,60 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 86 | 1,29 | 0,43 | 18,06 | 82,56 | 8,60 | 0,00 | 0,00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,19 | 2,99 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ | 150/10 | 3,89 | 3,49 | 8,15 | 79,23 | 4,81 | 0,00 | 0,00 | | |
| ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 120 | 2,08 | 1,31 | 8,75 | 54,43 | 10,65 | 0,00 | 0,00 | 129 | 2008 |
| СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 50 | 13,92 | 15,11 | 5,12 | 211,13 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 298 | 2008 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 442 | 2008 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2,45 | 0,28 | 15,05 | 36,75 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 545 | 23,33 | 20,37 | 52,97 | 454,73 | 21,55 | 0,00 | 0,00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 120 | 2,06 | 7,64 | 7,28 | 103,62 | 17,94 | 0,00 | 0,00 | 131 | 2008 |
| МЯСО ОТВАРНОЕ | 40 | 11,49 | 9,75 | 0,22 | 128,23 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 252 | 2008 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1,75 | 1,41 | 11,89 | 66,19 | 0,33 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| РЯЖЕНКА | 100 | 2,90 | 2,50 | 4,20 | 54,00 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 435 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 430 | 19,52 | 21,48 | 32,07 | 392,83 | 18,67 | 0,00 | 0,00 | | |
| Всего за день: | | 56,19 | 56,77 | 154,07 | 1 312,88 | 49,85 | 0,00 | 0,00 | | |

6 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | С, мг | Минеральные вещества | | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------|----------------------|--------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 8 | 1,69 | 2,14 | 0,00 | 26,46 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 14 | 2008 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13 | 2008 |
| КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 4,62 | 4,85 | 20,81 | 147,50 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 189 | 2008 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 3,32 | 2,75 | 14,68 | 95,08 | 0,61 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 343 | 11,65 | 14,13 | 48,25 | 367,63 | 1,06 | 0,00 | 0,00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 442 | 2008 |
| ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ | 20 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 170 | 2,25 | 2,11 | 30,03 | 152,40 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,15 | 7,25 | 7,55 | 0,00 | 0,00 | | 2008 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ | 150/10/15 | 4,75 | 4,06 | 12,52 | 103,99 | 4,97 | 0,00 | 0,00 | 92 | 2008 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,09 | 4,12 | 20,03 | 133,54 | 10,36 | 0,00 | 0,00 | 335 | 2008 |
| СУФЛЕ ИЗ ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКИ ПАРОВОЕ | 60 | 9,91 | 12,81 | 2,76 | 165,45 | 0,08 | 0,00 | 0,00 | 298 | 2008 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,33 | 0,02 | 19,49 | 83,99 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 402 | 2008 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2,45 | 0,28 | 15,05 | 36,75 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 600 | 20,86 | 21,35 | 71,00 | 530,97 | 22,96 | 0,00 | 0,00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 120 | 2,52 | 4,66 | 8,56 | 85,01 | 22,36 | 0,00 | 0,00 | 131 | 2008 |
| РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ | 50 | 4,49 | 6,57 | 3,16 | 87,29 | 0,61 | 0,00 | 0,00 | 280 | 2008 |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 9,27 | 37,03 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 430 | 2008 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 86 | 0,34 | 0,26 | 8,86 | 40,42 | 4,30 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 426 | 8,77 | 11,67 | 38,33 | 290,54 | 27,29 | 0,00 | 0,00 | | |
| Всего за день: | | 43,53 | 49,26 | 187,61 | 1 341,54 | 54,31 | 0,00 | 0,00 | | |

7 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | С, мг | Минеральные вещества | | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------|----------------------|--------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 20 | 2,11 | 1,89 | 0,11 | 24,73 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 213 | 2008 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13 | 2008 |
| КАША ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ МОЛОЧНАЯ | 150 | 2,68 | 4,21 | 8,17 | 84,56 | 1,29 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 3,32 | 2,75 | 14,68 | 95,08 | 0,61 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 365 | 10,79 | 13,33 | 39,96 | 323,35 | 1,90 | 0,00 | 0,00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 86 | 0,34 | 0,34 | 8,43 | 40,42 | 8,60 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 86 | 0,34 | 0,34 | 8,43 | 40,42 | 8,60 | 0,00 | 0,00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | 0,22 | 0,03 | 0,46 | 3,52 | 1,35 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 3,97 | 6,04 | 4,89 | 86,82 | 7,16 | 0,00 | 0,00 | 67 | 2012 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 130 | 2,53 | 2,31 | 15,94 | 96,49 | 7,93 | 0,00 | 0,00 | 125 | 2008 |
| ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 60/35 | 10,26 | 11,45 | 8,93 | 172,94 | 1,22 | 0,00 | 0,00 | 283 | 2008 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 442 | 2008 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2,45 | 0,28 | 15,05 | 36,75 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 605 | 20,18 | 20,26 | 60,42 | 465,52 | 20,66 | 0,00 | 0,00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ | 70/10 | 12,00 | 7,50 | 21,05 | 196,39 | 0,10 | 0,00 | 0,00 | 224 | 2008 |
| БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ" МОЛОЧНАЯ | 60 | 5,93 | 4,96 | 34,08 | 203,30 | 0,18 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| ЧАЙ С САХАРОМ | 150 | 0,10 | 0,00 | 9,27 | 37,03 | 0,02 | 0,00 | 0,00 | 430 | 2008 |
| БИОКЕФИР | 120 | 4,08 | 3,00 | 6,60 | 73,20 | 0,84 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 410 | 22,11 | 15,46 | 71,00 | 509,92 | 1,14 | 0,00 | 0,00 | | |
| Всего за день: | | 53,42 | 49,39 | 179,81 | 1 339,21 | 32,30 | 0,00 | 0,00 | | |

8 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | С, мг | Минеральные вещества | | № рецептуры | Сборник рецептов |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------|----------------------|--------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 8 | 1,69 | 2,14 | 0,00 | 26,46 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 14 | 2008 |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13 | 2008 |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 3,61 | 4,36 | 22,56 | 146,29 | 0,36 | 0,00 | 0,00 | 189 | 2008 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 3,32 | 2,75 | 14,68 | 95,08 | 0,61 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 338 | 10,31 | 13,60 | 47,88 | 356,22 | 1,02 | 0,00 | 0,00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | |
| БАНАН СВЕЖИЙ | 86 | 1,29 | 0,43 | 18,06 | 82,56 | 8,60 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 86 | 1,29 | 0,43 | 18,06 | 82,56 | 8,60 | 0,00 | 0,00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,15 | 7,25 | 7,55 | 0,00 | 0,00 | | 2008 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,21 | 4,35 | 9,56 | 91,45 | 5,04 | 0,00 | 0,00 | 215 | 1983 |
| ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ | 130 | 2,61 | 2,33 | 10,31 | 75,05 | 8,97 | 0,00 | 0,00 | 338 | 2008 |
| ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ | 70 | 12,62 | 7,08 | 4,34 | 143,69 | 9,24 | 0,00 | 0,00 | 290 | 2008 |
| СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0,27 | 0,58 | 1,14 | 10,58 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 371 | 2008 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,33 | 0,02 | 19,49 | 83,99 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 402 | 2008 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2,45 | 0,28 | 15,05 | 36,75 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 600 | 22,82 | 14,70 | 61,04 | 448,76 | 30,80 | 0,00 | 0,00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 120 | 3,92 | 4,28 | 23,59 | 147,97 | 1,09 | 0,00 | 0,00 | 332 | 2008 |
| БИТОЧКИ ИЗ ИНДЕЙКИ | 50 | 6,02 | 8,00 | 5,91 | 116,71 | 0,44 | 0,00 | 0,00 | 283 | 2008 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1,75 | 1,41 | 11,89 | 66,19 | 0,33 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 0,99 | 0,13 | 6,36 | 30,59 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| РЯЖЕНКА | 100 | 2,90 | 2,50 | 4,20 | 54,00 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 435 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 435 | 15,58 | 16,32 | 51,95 | 415,46 | 2,16 | 0,00 | 0,00 | | |
| Всего за день: | | 50,00 | 45,05 | 178,93 | 1 303,00 | 42,58 | 0,00 | 0,00 | | |

9 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | С, мг | Минеральные вещества | | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|--------------|----------------------|-------------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13 | 2008 |
| ЯЙЦО ВАРЕНОЕ | 20 | 2,11 | 1,89 | 0,11 | 24,73 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 213 | 2008 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ПРОТЕРТАЯ | 150 | 4,66 | 4,66 | 18,37 | 136,16 | 0,31 | 0,00 | 0,00 | | |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 2,85 | 2,35 | 13,94 | 86,81 | 0,52 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 365 | 12,30 | 13,38 | 49,42 | 366,68 | 0,83 | 0,00 | 0,00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | |
| ГРУША СВЕЖАЯ | 86 | 0,34 | 0,26 | 8,86 | 40,42 | 4,30 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 86 | 0,34 | 0,26 | 8,86 | 40,42 | 4,30 | 0,00 | 0,00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,19 | 2,99 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ | 150/15 | 4,31 | 3,84 | 10,57 | 94,09 | 3,85 | 0,00 | 0,00 | 100 | 2008 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 200 | 16,47 | 17,96 | 13,24 | 270,66 | 23,50 | 0,00 | 0,00 | 306 | 2008 |
| СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 69,00 | 3,00 | 0,00 | 0,00 | 442 | 2008 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,80 | 0,32 | 17,20 | 42,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 585 | 24,57 | 22,30 | 56,91 | 479,94 | 33,34 | 0,00 | 0,00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ | 110/10 | 16,15 | 11,17 | 36,83 | 309,74 | 0,16 | 0,00 | 0,00 | 130 | 2002 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,32 | 0,18 | 8,48 | 40,79 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1,75 | 1,41 | 11,89 | 66,19 | 0,33 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БИОКЕФИР | 120 | 4,08 | 3,00 | 6,60 | 73,20 | 0,84 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 410 | 23,30 | 15,76 | 63,80 | 489,92 | 1,33 | 0,00 | 0,00 | | |
| Всего за день: | | 60,51 | 51,70 | 178,99 | 1 376,96 | 39,80 | 0,00 | 0,00 | | |

10 день

| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | С, мг | Минеральные вещества | | № рецептуры | Сборник рецептов |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------|----------------------|--------|-------------|------------------|
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | F, мг | Se, мг | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 13 | 2008 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 8 | 1,69 | 2,14 | 0,00 | 26,46 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 14 | 2008 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 4,60 | 5,16 | 20,15 | 148,79 | 0,40 | 0,00 | 0,00 | 189 | 2008 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 150 | 2,85 | 2,35 | 13,94 | 86,81 | 0,52 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 338 | 10,83 | 14,00 | 44,73 | 350,45 | 0,97 | 0,00 | 0,00 | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | | |
| БАНАН | 90 | 1,35 | 0,45 | 18,90 | 86,40 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 90 | 1,35 | 0,45 | 18,90 | 86,40 | 9,00 | 0,00 | 0,00 | | |
| Обед | | | | | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,33 | 0,06 | 1,15 | 7,25 | 7,55 | 0,00 | 0,00 | | 2008 |
| БОРЩ ИЗ СВ. КАП. С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ | 150/10/7 | 4,32 | 5,41 | 6,97 | 95,01 | 8,18 | 0,00 | 0,00 | 176 | 1983 |
| КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 130 | 2,53 | 2,31 | 15,94 | 96,49 | 7,93 | 0,00 | 0,00 | 125 | 2008 |
| РУЛЕТ С ЯЙЦОМ | 60 | 9,83 | 9,80 | 2,92 | 134,30 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 280 | 2008 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 150 | 0,33 | 0,02 | 17,67 | 76,81 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 402 | 2008 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2,45 | 0,28 | 15,05 | 36,75 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| Итого за прием пищи: | 572 | 19,79 | 17,88 | 59,70 | 446,61 | 23,71 | 0,00 | 0,00 | | |
| Полдник | | | | | | | | | | |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 120 | 2,38 | 4,66 | 7,77 | 81,20 | 20,92 | 0,00 | 0,00 | 131 | 2008 |
| БИТОЧЕК ИЗ ИНДЕЙКИ | 50 | 5,62 | 8,89 | 3,47 | 113,15 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 272 | 2008 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 150 | 1,75 | 1,41 | 11,89 | 66,19 | 0,33 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | к/к | к/к |
| РЯЖЕНКА | 100 | 2,90 | 2,50 | 4,20 | 54,00 | 0,30 | 0,00 | 0,00 | 435 | 2008 |
| Итого за прием пищи: | 445 | 14,31 | 17,68 | 37,93 | 365,53 | 21,55 | 0,00 | 0,00 | | |
| Всего за день: | | 46,28 | 50,01 | 161,26 | 1 248,99 | 55,23 | 0,00 | 0,00 | | |

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Минеральные вещества | | |
|--|------------------|---------|----------------|-------------------------------------|----------------------|-------|--------|
| | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | С, мг | F, мг | Se, мг |
| Итого за весь период | 520,39 | 503,15 | 1 737,60 | 13 239,26 | 412,21 | 0,00 | 0,00 |
| Среднее значение за период | 52,04 | 50,32 | 173,76 | 1 323,93 | 41,22 | 0,00 | 0,00 |
| Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности | 15.7 | 34.2 | 50.1 | | | | |

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

| Возраст детей | Завтрак | II Завтрак | Обед | Полдник |
|---------------|---------|------------|------|---------|
| Ясли 12 часов | 350 | 103 | 587 | 420 |