

Утверждаю:

Заведующий МБДОУ

«Детский сад № 3 «Юля»

г.Феодосии Республики Крым

\_\_\_\_\_ М.В. Тисленко

## **Основное меню**

**на зимне-весенний период 2024-2025гг.**

**Детский сад 10,5 часов пребывания**

**возрастные категории 1-3, 3-7 лет**

**05-19**

При составлении меню была использована литература

1,Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания детей и дошкольных образовательных организаций

/Под ред. Г.И.Елагин В.А. Тутельяна.- М.: Дели плюс,2011,-583с.

2,Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания детей и дошкольных образовательных организаций 2-е издание, дополненное и переработанное

/Под ред. Г.И.Елагин В.А. Тутельяна.- М.: Дели плюс,2016,-639с.

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
"Детский сад № 3 "Юля" г.  
Феодосии Республики  
Крым \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ М.В. Тисленко

**ОСНОВНОЕ МЕНЮ**  
**ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД 2024-2025 гг.**

**НА**

**детский сад 10,5 часов пребывания**

**возрастные категории 1-3, 3-7 лет**

**Первый день (понедельник) 1-я неделя**

| № рец.  | Пищевые вещества на порцию |  |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |                |
|---------|----------------------------|--|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------------------|----------------|
|         | Наименование блюд          |  | Вес блюда     |             | Белки        |              | Жиры         |              | Углеводы      |               | Энергетическая ценность |                |
|         |                            |  | сад           | ясли        | сад          | ясли         | сад          | ясли         | сад           | ясли          | сад                     | ясли           |
|         | <b>завтрак</b>             |  |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |                |
| 206     | 1                          | Макароны отварные с сыром              | 130           | 120         | 3.25         | 2.6          | 4.2          | 2.73         | 21.4          | 13.91         | 138.1                   | 89.77          |
| 1       | 3                          | Бутерброд с маслом                     | 35            | 30          | 3            | 2.54         | 8.5          | 7.04         | 15.5          | 14.67         | 130                     | 1              |
| 393     | 4                          | Чай с лимоном                          | 180           | 150         | 0.02         | 0.02         | 0            | 0            | 15.8          | 10.99         | 57.7                    | 42.9           |
|         |                            | <b>итого за завтрак</b>                | <b>345</b>    | <b>300</b>  | <b>6.3</b>   | <b>5.2</b>   | <b>12.7</b>  | <b>9.8</b>   | <b>52.7</b>   | <b>39.6</b>   | <b>325.8</b>            | <b>133.7</b>   |
|         | <b>второй завтрак</b>      |  |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |                |
| 399     | 1                          | Сок фруктовый                          | 150           | 150         | 0.9          | 0.9          | 0            | 0            | 18            | 18            | 70                      | 70             |
|         |                            | <b>итого за второй завтрак</b>         | <b>150</b>    | <b>150</b>  | <b>0.9</b>   | <b>0.9</b>   | <b>0</b>     | <b>0</b>     | <b>18</b>     | <b>18</b>     | <b>70</b>               | <b>70</b>      |
|         | <b>обед</b>                |  |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |                |
| 81      | 1                          | Суп с бобовыми                         | 200           | 180         | 1.87         | 1.12         | 3.11         | 1.87         | 10.89         | 6.59          | 135                     | 81             |
|         | 3                          | Печень говяжья по-строгановски         | 75            | 65          | 35.6         | 27.8         | 27.2         | 20.5         | 15.6          | 13.1          | 156                     | 143            |
| 321     | 3                          | Пюре картофельное                      | 130           | 120         | 2.75         | 2.29         | 4.2          | 3.5          | 16.5          | 13.75         | 108                     | 98.3           |
| 20      | 4                          | Салаты из белокачанной капусты(овощи   | 50            | 40          | 0.96         | 0.54         | 3.64         | 2.43         | 2.15          | 1.43          | 52.44                   | 34.96          |
|         | 5                          | Сухарики из пшеничного хлеба           | 30            | 20          | 2.33         | 2.33         | 0.33         | 0.33         | 13.3          | 13.3          | 66.67                   | 66.67          |
|         | 6                          | Хлеб ржаной                            | 37.5          | 30          | 0.11         | 0.09         | 0            | 0            | 19.93         | 15.94         | 96                      | 76.8           |
| 376     | 7                          | Компот из сушеных фруктов              | 180           | 150         | 3.8          | 3.17         | 0            | 0            | 12.6          | 10.5          | 93                      | 77.5           |
|         |                            | <b>итого за обед</b>                   | <b>702.5</b>  | <b>605</b>  | <b>47.4</b>  | <b>37.3</b>  | <b>38.5</b>  | <b>28.6</b>  | <b>91.0</b>   | <b>74.6</b>   | <b>707.1</b>            | <b>578.2</b>   |
|         | <b>полдник</b>             |  |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |                |
| 235     | 1                          | Пудинг из творога(запеченный)          | 100           | 80          | 22.63        | 18.86        | 6.86         | 5.72         | 16.51         | 13.76         | 117                     | 97.5           |
| 372     | 2                          | Соус сметанный                         | 20            | 15          | 1.5          | 1.25         | 2.4          | 2.3          | 16            | 14            | 85.5                    | 80.13          |
| 401/400 | 3                          | Кисломолоч.напиток.(Кипяченое молоко.) | 160           | 150         | 5.22         | 4.18         | 4.5          | 4            | 7.56          | 6.72          | 92                      | 82             |
|         |                            | <b>итого за полдник</b>                | <b>280</b>    | <b>245</b>  | <b>29.4</b>  | <b>24.3</b>  | <b>13.8</b>  | <b>12.0</b>  | <b>40.1</b>   | <b>34.5</b>   | <b>294.5</b>            | <b>259.6</b>   |
|         |                            | <b>ИТОГО за целый день</b>             | <b>1477.5</b> | <b>1300</b> | <b>83.94</b> | <b>67.69</b> | <b>64.94</b> | <b>50.42</b> | <b>201.74</b> | <b>166.66</b> | <b>1397.41</b>          | <b>1041.53</b> |



Второй день (вторник) 1-я неделя

| № рец. | Пищевые вещества на порцию |  |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |               |
|--------|----------------------------|--|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------------------|---------------|
|        | Наименование блюд          |  | Вес блюда     |             | Белки        |              | Жиры         |              | Углеводы      |               | Энергетическая ценность |               |
|        |                            |  | сад           | ясли        | сад          | ясли         | сад          | ясли         | сад           | ясли          | сад                     | ясли          |
|        |                            | <b>завтрак</b>                             |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |               |
| 94     | 1                          | Каша молочная, жидкая с манной крупой      | 200           | 150         | 5.97         | 4.8          | 5.5          | 4.95         | 17.1          | 15.39         | 116.5                   | 104.85        |
| 1      | 2                          | Бутерброд с маслом                         | 35            | 30          | 3            | 2.58         | 8.5          | 7.31         | 15.5          | 13.3          | 130                     | 113.1         |
| 395    | 3                          | Кофейный напиток с молоком                 | 180           | 150         | 5.6          | 4.67         | 5            | 4.17         | 9.4           | 7.83          | 104                     | 86.67         |
|        |                            | <b>итого за завтрак</b>                    | <b>415</b>    | <b>330</b>  | <b>14.6</b>  | <b>12.1</b>  | <b>19.0</b>  | <b>16.4</b>  | <b>42.0</b>   | <b>36.5</b>   | <b>350.5</b>            | <b>304.6</b>  |
|        |                            | <b>второй завтрак</b>                      |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |               |
| 368    | 1                          | Фрукты свежие                              | 100           | 95          | 0.4          | 0.4          | 0.4          | 0.4          | 9.8           | 9.8           | 44                      | 44            |
|        |                            | <b>итого за второй завтрак</b>             | <b>100</b>    | <b>95</b>   | <b>0.4</b>   | <b>0.4</b>   | <b>0.4</b>   | <b>0.4</b>   | <b>9.8</b>    | <b>9.8</b>    | <b>44</b>               | <b>44</b>     |
|        |                            | <b>обед</b>                                |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |               |
| 57     | 1                          | Борщ с капустой и картофелем со сметаной   | 200           | 180         | 4.13         | 3.73         | 3.37         | 2.95         | 12.74         | 7.64          | 115.69                  | 105.99        |
| 277    | 2                          | Гуляш из отварного мяса                    | 75            | 65          | 11.5         | 10           | 7.13         | 6.2          | 2.29          | 2             | 201                     | 181.83        |
| 168    | 3                          | Каша со сливочным маслом                   | 130           | 120         | 5.65         | 4.71         | 5.28         | 4.86         | 22.02         | 18.35         | 142.09                  | 115.08        |
|        | 4                          | Овощи натуральные солёные. (Овощи свежие.) | 50            | 40          | 0.2          | 0.15         | 0            | 0            | 0.67          | 0.5           | 3.6                     | 2.7           |
|        | 5                          | Хлеб ржаной                                | 37.5          | 30          | 0.11         | 0.09         | 0            | 0            | 19.93         | 15.94         | 96                      | 76.8          |
| 382    | 6                          | Кисель из сока натурального                | 180           | 150         | 0.09         | 0.07         | 0.04         | 0.03         | 12.4          | 10.3          | 95                      | 79.2          |
|        |                            | <b>итого за обед</b>                       | <b>672.5</b>  | <b>585</b>  | <b>21.7</b>  | <b>18.8</b>  | <b>15.8</b>  | <b>14.0</b>  | <b>70.1</b>   | <b>54.7</b>   | <b>653.4</b>            | <b>561.6</b>  |
|        |                            | <b>полдник</b>                             |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |               |
| 215    | 1                          | Омлет натуральный                          | 60            | 50          | 9.71         | 7.28         | 3.9          | 2.93         | 9.04          | 6.78          | 110                     | 87            |
|        | 2                          | Икра кабачковая консервированная           | 40            | 40          | 0.9          | 0.5          | 3.7          | 2.8          | 5.06          | 4.89          | 54.96                   | 53.78         |
|        | 3                          | Хлеб пшеничный                             | 30            | 20          | 3.5          | 2.33         | 0.49         | 0.33         | 20            | 13.3          | 100                     | 66.67         |
| 393    | 4                          | Чай с лимоном                              | 180           | 150         | 0.02         | 0.02         | 0            | 0            | 15.8          | 10.99         | 57.7                    | 42.9          |
|        |                            | <b>итого за полдник</b>                    | <b>180</b>    | <b>150</b>  | <b>0.0</b>   | <b>0.0</b>   | <b>0.0</b>   | <b>0.0</b>   | <b>15.8</b>   | <b>11.0</b>   | <b>57.7</b>             | <b>42.9</b>   |
|        |                            | <b>ИТОГО за целый день</b>                 | <b>1367.5</b> | <b>1160</b> | <b>36.67</b> | <b>31.22</b> | <b>35.22</b> | <b>30.87</b> | <b>137.65</b> | <b>112.04</b> | <b>1105.58</b>          | <b>953.12</b> |



## Третий день (среда) 1-я неделя

| № рец.  | Пищевые вещества на порцию |   |               |             |             |              |             |              |               |               |                |
|---------|----------------------------|---|---------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|---------------|---------------|----------------|
|         | Наименование блюд          |   | Вес блюда     |             | Белки       |              | Жиры        |              | Углеводы      |               | Энергетический |
|         | завтрак                    |   | сад           | ясли        | сад         | ясли         | сад         | ясли         | сад           | ясли          | сад            |
| 94      | 1                          | Каша молочная, жидкая с гречневой крупой    | 200           | 150         | 5.97        | 4.8          | 5.5         | 4.95         | 17.1          | 15.39         | 116.5          |
| 3       | 2                          | Бутерброд с сыром                           | 45            | 35          | 6.2         | 4.84         | 9.02        | 7.04         | 17.5          | 14.67         | 155            |
| 393     | 3                          | Чай с лимоном                               | 180           | 150         | 0.02        | 0.02         | 0           | 0            | 15.8          | 10.99         | 57.7           |
|         |                            | <b>итого за завтрак</b>                     | <b>425</b>    | <b>335</b>  | <b>12.2</b> | <b>9.7</b>   | <b>14.5</b> | <b>12.0</b>  | <b>50.4</b>   | <b>41.1</b>   | <b>329.2</b>   |
|         |                            | <b>второй завтрак</b>                       |               |             |             |              |             |              |               |               |                |
| 399     | 1                          | Сок фруктовый                               | 150           | 150         | 0.9         | 0.9          | 0.4         | 0.4          | 9.8           | 9.8           | 40             |
|         | 2                          | Кондитерское изделие                        | 35            | 25          | 1.7         | 0.68         | 2.25        | 0.9          | 34.75         | 24.7          | 163.88         |
|         |                            | <b>итого за второй завтрак</b>              | <b>185</b>    | <b>175</b>  | <b>2.6</b>  | <b>1.58</b>  | <b>2.65</b> | <b>1.3</b>   | <b>44.55</b>  | <b>34.5</b>   | <b>203.88</b>  |
|         |                            | <b>обед</b>                                 |               |             |             |              |             |              |               |               |                |
| 82      | 1                          | Суп картофельный с макаронными изделиями    | 200           | 180         | 3.06        | 2.52         | 3.57        | 3.46         | 13.32         | 9.79          | 135            |
| 304     | 2                          | Плов из птицы                               | 150           | 140         | 16.64       | 12.48        | 14.05       | 10.2         | 18.52         | 16.1          | 204            |
|         | 3                          | Салаты. (Свежие или солёные овощи.)         | 50            | 40          | 0.96        | 0.64         | 3.64        | 2.43         | 2.15          | 1.43          | 52.44          |
|         | 4                          | Хлеб пшеничный                              | 30            | 20          | 3.5         | 2.33         | 0.49        | 0.33         | 20            | 13.3          | 100            |
|         | 5                          | Хлеб ржаной                                 | 37.5          | 30          | 0.11        | 0.09         | 0           | 0            | 19.93         | 15.94         | 96             |
| 372     | 6                          | Компот из свежих яблок                      | 180           | 150         | 0.12        | 0.1          | 0.12        | 0.1          | 11.7          | 9.75          | 73.2           |
|         |                            | <b>итого за обед</b>                        | <b>647.5</b>  | <b>560</b>  | <b>24.4</b> | <b>18.2</b>  | <b>21.9</b> | <b>16.5</b>  | <b>85.6</b>   | <b>66.3</b>   | <b>660.6</b>   |
|         |                            | <b>полдник</b>                              |               |             |             |              |             |              |               |               |                |
| 458     | 1                          | Ватрушка с творогом и изюмом                | 100           | 80          | 10.5        | 7.9          | 6.26        | 5.5          | 26            | 20.8          | 203            |
| 400/401 | 4                          | Кисломолочный напиток. (Кипячённое молоко.) | 160           | 150         | 5.22        | 4.18         | 4.5         | 4            | 7.56          | 6.72          | 92             |
|         |                            | <b>итого за полдник</b>                     | <b>260</b>    | <b>230</b>  | <b>15.7</b> | <b>12.1</b>  | <b>10.8</b> | <b>9.5</b>   | <b>33.6</b>   | <b>27.5</b>   | <b>295.0</b>   |
|         |                            | <b>ИТОГО за целый день</b>                  | <b>1517.5</b> | <b>1300</b> | <b>54.9</b> | <b>41.48</b> | <b>49.8</b> | <b>39.31</b> | <b>214.13</b> | <b>169.38</b> | <b>1488.72</b> |

---

|                |
|----------------|
| ическая        |
| юсть           |
| ясли           |
| 104.85         |
| 120            |
| 42.9           |
| <b>267.8</b>   |
|                |
| 40             |
| 107.55         |
| <b>147.55</b>  |
|                |
| 81             |
| 177.5          |
| 34.96          |
| 66.67          |
| 76.8           |
| 61             |
| <b>497.9</b>   |
|                |
| 162            |
| 82             |
| <b>244.0</b>   |
| <b>1157.23</b> |

Четвертый день (четверг) 1-я неделя

| № рец. | Пищевые вещества на порцию |   |           |      |       |       |       |       |          |        |                 |
|--------|----------------------------|---|-----------|------|-------|-------|-------|-------|----------|--------|-----------------|
|        | Наименование блюд          |   | Вес блюда |      | Белки |       | Жиры  |       | Углеводы |        | Энергет<br>ценн |
|        | завтрак                    |   | сад       | ясли | сад   | ясли  | сад   | ясли  | сад      | ясли   | сад             |
| 94     | 1                          | Каша молочная,жидкая "Геркулес"             | 200       | 150  | 5.97  | 4.8   | 5.5   | 4.95  | 17.1     | 15.39  | 116.5           |
| 1      | 2                          | Бутерброд с маслом                          | 35        | 30   | 3     | 2.58  | 8.5   | 7.31  | 15.5     | 11.07  | 130             |
| 397    | 3                          | Какао с молоком                             | 180       | 150  | 5.6   | 4.67  | 5     | 4.17  | 9.4      | 7.83   | 104             |
|        |                            | итого за завтрак                            | 415       | 330  | 14.6  | 12.1  | 19.0  | 16.4  | 42.0     | 34.3   | 350.5           |
|        |                            | второй завтрак                              |           |      |       |       |       |       |          |        |                 |
| 368    | 1                          | Флоды свежие                                | 100       | 95   | 0.4   | 0.4   | 0.4   | 0.4   | 9.8      | 9.8    | 44              |
|        |                            | итого за второй завтрак                     | 100       | 95   | 0.4   | 0.4   | 0.4   | 0.4   | 9.8      | 9.8    | 44              |
|        |                            | обед  |           |      |       |       |       |       |          |        |                 |
| 66     | 1                          | Суп картофельный вегетарианский со сметаной | 200       | 180  | 1.93  | 1.45  | 4.88  | 2.93  | 9.21     | 5.09   | 115.24          |
|        | 3                          | Картофель с мясом тушённый.                 | 150       | 140  | 2.75  | 2.29  | 4.2   | 3.5   | 16.5     | 13.75  | 108             |
|        | 4                          | Овощи натуральные,солёные.(Овощи свежие.)   | 50        | 40   | 0.2   | 0.15  | 0     | 0     | 0.67     | 0.5    | 3.6             |
|        | 5                          | Хлеб ржаной                                 | 37.5      | 30   | 0.11  | 0.09  | 0     | 0     | 19.93    | 15.94  | 96              |
| 376    | 6                          | Компот из сушеных фруктов                   | 180       | 150  | 3.8   | 3.17  | 0     | 0     | 12.6     | 10.5   | 93              |
|        |                            | итого за обед                               | 617.5     | 540  | 8.8   | 7.2   | 9.1   | 6.4   | 58.9     | 45.8   | 415.8           |
|        |                            | полдник                                     |           |      |       |       |       |       |          |        |                 |
| 258    | 1                          | Котлеты рыбная                              | 80        | 60   | 9.85  | 7.39  | 9.24  | 6.93  | 12.56    | 9.42   | 183             |
| 45     | 2                          | Винегрет овощной                            | 100       | 80   | 3.12  | 2.34  | 3.28  | 2.46  | 9.74     | 7.31   | 81.2            |
|        | 3                          | Хлеб пшеничный                              | 30        | 20   | 3.5   | 2.92  | 0.49  | 0.41  | 20       | 16.67  | 100             |
| 393    | 5                          | Чай с лимоном                               | 180       | 150  | 0.02  | 0.02  | 0     | 0     | 15.8     | 10.99  | 57.7            |
|        |                            | итого за полдник                            | 210       | 170  | 3.5   | 2.9   | 0.5   | 0.4   | 35.8     | 27.7   | 157.7           |
|        |                            | ИТОГО за целый день                         | 1342.5    | 1135 | 27.28 | 22.54 | 28.97 | 23.67 | 146.51   | 117.53 | 968.04          |

---

|               |
|---------------|
| ическая       |
| юсть          |
| ясли          |
| 104.85        |
| 93            |
| 86.67         |
| <b>284.5</b>  |
|               |
| 44            |
| <b>44</b>     |
|               |
| 86.43         |
| 98.3          |
| 2.7           |
| 76.8          |
| 77.5          |
| <b>341.7</b>  |
|               |
| <b>137.25</b> |
| 61            |
| 83.33         |
| 42.9          |
| <b>212.7</b>  |
| <b>882.94</b> |

Пятый день (пятница) 1-я неделя

| № рец. | Пищевые вещества на порцию |                                 |              |             |              |              |              |              |              |              |                         |               |
|--------|----------------------------|---------------------------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------|---------------|
|        | Наименование блюд          |                                 | Вес блюда    |             | Белки        |              | Жиры         |              | Углеводы     |              | Энергетическая ценность |               |
|        |                            |                                 | сад          | ясли        | сад          | ясли         | сад          | ясли         | сад          | ясли         | сад                     | ясли          |
|        |                            | <b>завтрак</b>                  |              |             |              |              |              |              |              |              |                         |               |
| 94     | 1                          | Каша молочная, жидкая с пшеница | 200          | 150         | 5.75         | 5.18         | 5.2          | 4.68         | 17.2         | 16.92        | 140.2                   | 130.68        |
| 1      | 2                          | Бутерброд с маслом              | 35           | 30          | 6.2          | 4.84         | 9.02         | 7.04         | 17.5         | 14.67        | 155                     | 120           |
| 393    | 3                          | Чай с лимоном                   | 180          | 150         | 0.02         | 0.02         | 0            | 0            | 15.8         | 10.99        | 57.7                    | 42.9          |
|        |                            | <b>итого за завтрак</b>         | <b>415</b>   | <b>330</b>  | <b>12.0</b>  | <b>10.0</b>  | <b>14.2</b>  | <b>11.7</b>  | <b>50.5</b>  | <b>42.6</b>  | <b>352.9</b>            | <b>293.6</b>  |
|        |                            | <b>второй завтрак</b>           |              |             |              |              |              |              |              |              |                         |               |
| 368    | 1                          | Фрукты свежие                   | 100          | 95          | 0.4          | 0.4          | 0.4          | 0.4          | 9.8          | 9.8          | 44                      | 44            |
|        |                            | <b>итого за второй завтрак</b>  | <b>100</b>   | <b>95</b>   | <b>0.4</b>   | <b>0.4</b>   | <b>0.4</b>   | <b>0.4</b>   | <b>9.8</b>   | <b>9.8</b>   | <b>44</b>               | <b>44</b>     |
|        |                            | <b>обед</b>                     |              |             |              |              |              |              |              |              |                         |               |
| 86     | 1                          | Суп картофельный с крупой       | 200          | 180         | 3.02         | 2.71         | 3.64         | 2.18         | 14.58        | 8.74         | 122                     | 73            |
| 336    | 2                          | Капуста тушеная                 | 130          | 120         | 2.65         | 2.12         | 4.95         | 3.96         | 12.65        | 10.12        | 105.3                   | 84.24         |
| 282    | 3                          | Биточки мясные                  | 80           | 60          | 9.71         | 7.28         | 3.9          | 2.93         | 9.04         | 6.78         | 116                     | 87            |
|        | 4                          | Хлеб пшеничный                  | 30           | 20          | 2.92         | 2.33         | 0.41         | 0.33         | 16.67        | 13.3         | 83.33                   | 66.67         |
|        | 5                          | Хлеб ржаной                     | 37.5         | 30          | 0.11         | 0.09         | 0            | 0            | 19.93        | 15.94        | 96                      | 76.8          |
| 376    | 6                          | Компот из сушеных фруктов       | 180          | 150         | 3.8          | 3.17         | 0            | 0            | 12.6         | 10.5         | 93                      | 77.5          |
|        |                            | <b>итого за обед</b>            | <b>657.5</b> | <b>560</b>  | <b>22.2</b>  | <b>17.7</b>  | <b>12.9</b>  | <b>9.4</b>   | <b>85.5</b>  | <b>65.4</b>  | <b>615.6</b>            | <b>465.2</b>  |
|        |                            | <b>полдник</b>                  |              |             |              |              |              |              |              |              |                         |               |
| 473    | 1                          | Булочка "Веснушка"              | 60           | 50          | 4.6          | 3.1          | 1.87         | 1.4          | 28           | 23.3         | 190.8                   | 159           |
| 432    | 2                          | (Оладьи)                        | 100          | 80          | 5.8          | 3.8          | 9.7          | 7.6          | 22.8         | 17.5         | 178                     | 145.7         |
|        | 3                          | (повидло фруктовое порционное)  | 20           | 15          | 5.09         | 3.82         | 3.4          | 2.55         | 38           | 30.4         | 224                     | 179           |
| 395    | 4                          | Кофейный напиток на молоке      | 180          | 150         | 9.5          | 7.92         | 15.58        | 12.98        | 22.5         | 18.75        | 104                     | 86.67         |
|        |                            | <b>итого</b>                    | <b>360</b>   | <b>295</b>  | <b>25.0</b>  | <b>18.6</b>  | <b>30.6</b>  | <b>24.5</b>  | <b>111.3</b> | <b>90.0</b>  | <b>696.8</b>            | <b>289.7</b>  |
|        |                            | <b>ИТОГО за целый день</b>      | <b>1533</b>  | <b>1280</b> | <b>59.57</b> | <b>46.78</b> | <b>58.07</b> | <b>46.05</b> | <b>257</b>   | <b>207.7</b> | <b>1709</b>             | <b>1092.5</b> |

Шестой день (понедельник) 2-я неделя

| № рец.  | Пищевые вещества на порцию |   |              |            |             |             |             |             |             |             |                         |
|---------|----------------------------|---|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------|
|         | Наименование блюд          |   | Вес блюда    |            | Белки       |             | Жиры        |             | Углеводы    |             | Энергетическая ценность |
|         |                            |   | сад          | ясли       | сад         | ясли        | сад         | ясли        | сад         | ясли        | сад                     |
|         |                            | <b>завтрак</b>  |              |            |             |             |             |             |             |             |                         |
| 165     | 1                          | Каша гречневая рассыпчатая, сладкая                     | 130          | 120        | 3.09        | 2.32        | 4.07        | 3.96        | 32.09       | 24.08       | 153                     |
| 1       | 2                          | Бутерброд с маслом                                      | 35           | 30         | 3           | 2.58        | 8.5         | 7.31        | 15.5        | 13.3        | 130                     |
| 393     | 3                          | Чай с лимоном   | 180          | 150        | 0.02        | 0.02        | 0           | 0           | 15.8        | 10.99       | 57.7                    |
|         |                            | <b>итого за завтрак</b>                                 | <b>345</b>   | <b>300</b> | <b>6.1</b>  | <b>4.9</b>  | <b>12.6</b> | <b>11.3</b> | <b>63.4</b> | <b>48.4</b> | <b>340.7</b>            |
|         |                            | <b>второй завтрак</b>                                   |              |            |             |             |             |             |             |             |                         |
| 399     | 1                          | Сок фруктовый   | 150          | 150        | 0.9         | 0.9         | 0           | 0           | 18          | 18          | 70                      |
|         |                            | <b>итого за второй завтрак</b>                          | <b>150</b>   | <b>150</b> | <b>0.9</b>  | <b>0.9</b>  | <b>0</b>    | <b>0</b>    | <b>18</b>   | <b>18</b>   | <b>70</b>               |
|         |                            | <b>обед</b>   |              |            |             |             |             |             |             |             |                         |
| 85      | 1                          | Суп картофельный с клёцками                             | 200          | 180        | 3.06        | 2.52        | 3.57        | 3.46        | 13.32       | 9.79        | 135                     |
| 205     | 2                          | Макаронные изделия отварные с маслом                    | 130          | 120        | 3.25        | 2.6         | 4.2         | 2.73        | 21.4        | 13.91       | 138.1                   |
| 247     | 2                          | Рыба тушёная под овощами.                               | 75           | 65         | 9.71        | 7.28        | 3.9         | 2.93        | 9.04        | 6.78        | 116                     |
| 20      | 4                          | Салат из капусты белокочанной(овощи солёные или свежие) | 50           | 40         | 0.86        | 0.57        | 3.66        | 2.44        | 5.02        | 3.35        | 56.34                   |
|         | 3                          | Хлеб пшеничный  | 30           | 20         | 3.5         | 2.92        | 0.49        | 0.41        | 20          | 16.67       | 100                     |
|         | 5                          | Хлеб ржаной   | 37.5         | 30         | 0.11        | 0.09        | 0           | 0           | 19.93       | 15.94       | 96                      |
| 376     | 6                          | Компот из сушеных фруктов                               | 180          | 150        | 3.8         | 3.17        | 0           | 0           | 12.6        | 10.5        | 93                      |
|         |                            | <b>итого за обед</b>                                    | <b>502.5</b> | <b>425</b> | <b>21.2</b> | <b>16.6</b> | <b>12.3</b> | <b>8.5</b>  | <b>88.0</b> | <b>67.2</b> | <b>599.4</b>            |
|         |                            | <b>полдник</b>  |              |            |             |             |             |             |             |             |                         |
| 233     | 1                          | Сырники   | 100          | 80         | 26.31       | 21.05       | 7.98        | 6.38        | 19.2        | 15.36       | 136                     |
|         | 3                          | Повидло фруктовое порционное                            | 20           | 15         | 5.09        | 3.82        | 3.4         | 2.55        | 38          | 30.4        | 224                     |
| 401/400 | 2                          | Кисломолочный напиток.(Кипячённое молоко.)              | 160          | 150        | 5.22        | 4.18        | 4.5         | 4           | 7.2         | 6.4         | 92                      |
|         |                            | <b>итого за полдник</b>                                 | <b>160</b>   | <b>28</b>  | <b>5.2</b>  | <b>4.2</b>  | <b>4.5</b>  | <b>4.0</b>  | <b>7.2</b>  | <b>6.4</b>  | <b>92.0</b>             |

|  |                     |        |      |       |       |       |       |        |        |         |
|--|---------------------|--------|------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|
|  | ИТОГО за целый день | 1157.5 | 1063 | 33.46 | 26.63 | 29.32 | 23.78 | 176.58 | 139.92 | 1102.14 |
|--|---------------------|--------|------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|---------|

|                |
|----------------|
|                |
| <b>ическая</b> |
| <b>юсть</b>    |
| <b>ясли</b>    |
| 142            |
| 113.1          |
| 42.9           |
| <b>298.0</b>   |
|                |
| 70             |
| <b>70</b>      |
|                |
| 81             |
| 89.77          |
| 87             |
| 37.56          |
|                |
| 83.33          |
| 76.8           |
| 77.5           |
| <b>452.0</b>   |
|                |
| <b>108.8</b>   |
| 179            |
| 82             |
| <b>82.0</b>    |

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

901.96

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0



0 0 0 0 0 0

Седьмой день (вторник) 2-я неделя

| № рец. | Пищевые вещества на порцию |   |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |              |
|--------|----------------------------|---|---------------|-------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-------------------------|--------------|
|        | Наименование блюд          |   | Вес блюда     |             | Белки        |              | Жиры         |              | Углеводы      |               | Энергетическая ценность |              |
|        | завтрак                    |   | сад           | ясли        | сад          | ясли         | сад          | ясли         | сад           | ясли          | сад                     | ясли         |
| 94     | 1                          | Каша молочная, жидкая с манной крупой       | 200           | 150         | 5.75         | 5.18         | 5.2          | 4.68         | 17.2          | 16.92         | 140.2                   | 130.68       |
| 1      | 2                          | Бутерброд с маслом                          | 35            | 30          | 3            | 2.58         | 8.5          | 7.31         | 15.5          | 11.07         | 130                     | 93           |
| 395    | 3                          | Кофейный напиток с молоком                  | 180           | 150         | 5.6          | 4.67         | 5            | 4.17         | 9.4           | 7.83          | 104                     | 86.67        |
|        |                            | <b>итого за завтрак</b>                     | <b>415</b>    | <b>330</b>  | <b>14.4</b>  | <b>12.4</b>  | <b>18.7</b>  | <b>16.2</b>  | <b>42.1</b>   | <b>35.8</b>   | <b>374.2</b>            | <b>310.4</b> |
|        |                            | <b>второй завтрак</b>                       |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |              |
| 368    | 1                          | Плоды свежие                                | 100           | 95          | 0.4          | 0.4          | 0.4          | 0.4          | 9.8           | 9.8           | 44                      | 44           |
|        |                            | <b>итого завтраком</b>                      | <b>100</b>    | <b>95</b>   | <b>0.4</b>   | <b>0.4</b>   | <b>0.4</b>   | <b>0.4</b>   | <b>9.8</b>    | <b>9.8</b>    | <b>44</b>               | <b>44</b>    |
|        |                            | <b>обед</b>                                 |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |              |
| 67     | 1                          | Щи из свежей капусты с картофелем           | 200           | 180         | 1.74         | 1.04         | 3.41         | 2.05         | 9.21          | 5.09          | 115.69                  | 106          |
| 258    | 2                          | Шницель рыбный                              | 80            | 60          | 9.85         | 7.39         | 9.24         | 6.93         | 12.56         | 9.42          | 183                     | 137.25       |
| 321    | 3                          | Пюре картофельное                           | 130           | 120         | 2.75         | 2.29         | 4.2          | 3.5          | 16.5          | 13.75         | 108                     | 98.3         |
|        | 4                          | Овощи натуральные, солёные. (Овощи свежие.) | 40            | 40          | 0.2          | 0.15         | 0            | 0            | 0.67          | 0.5           | 3.6                     | 2.7          |
|        | 5                          | Хлеб ржаной                                 | 37.5          | 30          | 0.11         | 0.09         | 0            | 0            | 19.93         | 15.94         | 96                      | 76.8         |
| 382    | 6                          | Кисель из сока натурального                 | 180           | 150         | 0.09         | 0.07         | 0.04         | 0.03         | 12.4          | 10.3          | 95                      | 79.2         |
|        |                            | <b>итого за обед</b>                        | <b>667.5</b>  | <b>580</b>  | <b>14.7</b>  | <b>11.0</b>  | <b>16.9</b>  | <b>12.5</b>  | <b>71.3</b>   | <b>55.0</b>   | <b>601.3</b>            | <b>500.3</b> |
|        |                            | <b>полдник</b>                              |               |             |              |              |              |              |               |               |                         |              |
| 216    | 1                          | Омлет с сыром                               | 60            | 50          | 9.28         | 7.52         | 18.03        | 13.46        | 1.86          | 1.57          | 133                     | 111          |
|        | 2                          | Хлеб пшеничный                              | 30            | 20          | 3.5          | 2.92         | 0.49         | 0.41         | 20            | 16.67         | 100                     | 83.33        |
| 54     | 3                          | Свекольная икра                             | 100           | 80          | 3.12         | 2.34         | 3.28         | 2.46         | 9.74          | 13.75         | 108                     | 97           |
| 393    | 4                          | Чай с лимоном                               | 180           | 150         | 0.02         | 0.02         | 0            | 0            | 15.8          | 10.99         | 57.7                    | 42.9         |
|        |                            | <b>итого за полдник</b>                     | <b>180</b>    | <b>150</b>  | <b>0.0</b>   | <b>0.0</b>   | <b>0.0</b>   | <b>0.0</b>   | <b>15.8</b>   | <b>11.0</b>   | <b>57.7</b>             | <b>42.9</b>  |
|        |                            | <b>ИТОГО за целый день</b>                  | <b>1362.5</b> | <b>1155</b> | <b>29.51</b> | <b>23.88</b> | <b>35.99</b> | <b>29.07</b> | <b>138.97</b> | <b>111.61</b> | <b>1077.19</b>          | <b>897.5</b> |

Восьмой день (среда) 2-я неделя

| № рец.  | Пищевые вещества на порцию |  |               |             |             |              |              |             |               |             |                 |
|---------|----------------------------|--|---------------|-------------|-------------|--------------|--------------|-------------|---------------|-------------|-----------------|
|         | Наименование блюд          |  | Вес блюда     |             | Белки       |              | Жиры         |             | Углеводы      |             | Энергет<br>ценг |
|         |                            |  | сад           | ясли        | сад         | ясли         | сад          | ясли        | сад           | ясли        | сад             |
|         |                            | <b>завтрак</b>                             |               |             |             |              |              |             |               |             |                 |
| 94      | 1                          | Каша молочная, жидкая Геркулес             | 200           | 150         | 5.97        | 4.8          | 5.5          | 4.95        | 17.1          | 15.39       | 116.5           |
| 1       | 2                          | Бутерброд с маслом                         | 35            | 30          | 3           | 2.58         | 8.5          | 7.31        | 15.5          | 11.07       | 130             |
| 393     | 3                          | Чай с лимоном                              | 180           | 150         | 0.02        | 0.02         | 0            | 0           | 15.8          | 10.99       | 57.7            |
|         |                            | <b>итого за завтрак</b>                    | <b>415</b>    | <b>330</b>  | <b>9.0</b>  | <b>7.4</b>   | <b>14.0</b>  | <b>12.3</b> | <b>48.4</b>   | <b>37.5</b> | <b>304.2</b>    |
|         |                            | <b>второй завтрак</b>                      |               |             |             |              |              |             |               |             |                 |
| 399     | 1                          | Сок фруктовый                              | 150           | 150         | 0.9         | 0.9          | 0.4          | 0.4         | 9.8           | 9.8         | 40              |
|         | 2                          | Кондитерское изделие                       | 35            | 25          | 1.7         | 0.68         | 2.25         | 0.9         | 34.75         | 24.7        | 163.88          |
|         |                            | <b>итого за второй завтрак</b>             | <b>185</b>    | <b>175</b>  | <b>2.6</b>  | <b>1.58</b>  | <b>2.65</b>  | <b>1.3</b>  | <b>44.55</b>  | <b>34.5</b> | <b>203.88</b>   |
|         |                            | <b>обед</b>                                |               |             |             |              |              |             |               |             |                 |
| 95      | 1                          | Суп картофельный с рыбными консервами      | 200           | 180         | 8.6         | 5.16         | 8.4          | 5.04        | 14.33         | 8.6         | 167             |
| 321     | 3                          | Пюре картофельное                          | 130           | 120         | 2.75        | 2.29         | 4.2          | 3.5         | 16.5          | 13.75       | 108             |
|         | 3                          | Птица тушёная в сметанном соусе.           | 75            | 65          | 4.73        | 4.21         | 11.1         | 3.34        | 28.09         | 0.14        | 154             |
|         | 3                          | Салаты.(Овощи свежие или солёные.)         | 50            | 40          | 0.96        | 0.54         | 3.64         | 2.43        | 2.15          | 1.43        | 52.44           |
|         | 4                          | Хлеб пшеничный                             | 30            | 20          | 3.5         | 2.92         | 0.49         | 0.41        | 20            | 16.67       | 100             |
|         | 5                          | Хлеб ржаной                                | 37.5          | 30          | 0.11        | 0.09         | 0            | 0           | 19.93         | 15.94       | 96              |
| 376     | 6                          | Комот из фруктовой смеси.                  | 180           | 150         | 0.12        | 0.1          | 0.12         | 0.1         | 11.7          | 9.75        | 73.2            |
|         |                            | <b>итого за обед</b>                       | <b>502.5</b>  | <b>425</b>  | <b>12.2</b> | <b>10.2</b>  | <b>19.6</b>  | <b>9.8</b>  | <b>98.4</b>   | <b>57.7</b> | <b>583.6</b>    |
|         |                            | <b>полдник</b>                             |               |             |             |              |              |             |               |             |                 |
| 237     | 1                          | Запеканка из творога                       | 100           | 80          | 26.31       | 21.05        | 7.98         | 6.38        | 19.2          | 15.36       | 136             |
|         | 2                          | Молоко сгущённое порционное                | 20            | 15          | 0.3         | 0.25         | 2.4          | 1.8         | 0.7           | 0.5         | 21.3            |
| 400/401 | 4                          | Кисломолочный напиток.(Кипячённое молоко.) | 160           | 150         | 5.22        | 4.18         | 4.5          | 4           | 7.56          | 6.72        | 92              |
|         |                            | <b>итого за полдник</b>                    | <b>280</b>    | <b>245</b>  | <b>31.8</b> | <b>25.5</b>  | <b>14.9</b>  | <b>12.2</b> | <b>27.5</b>   | <b>22.6</b> | <b>249.3</b>    |
|         |                            | <b>ИТОГО за целый день</b>                 | <b>1577.5</b> | <b>1350</b> | <b>62.8</b> | <b>50.68</b> | <b>57.65</b> | <b>45.9</b> | <b>222.55</b> | <b>178</b>  | <b>1476</b>     |

|                |
|----------------|
|                |
| ическая        |
| юсть           |
| ясли           |
| 104.85         |
| 93             |
| 42.9           |
| <b>240.8</b>   |
|                |
| 40             |
| 107.55         |
| <b>147.55</b>  |
|                |
| 100            |
| 98.3           |
| 31.5           |
| 34.96          |
| 83.33          |
| 76.8           |
| 61             |
| <b>385.9</b>   |
|                |
| 108.8          |
| 19             |
| 82             |
| <b>209.8</b>   |
| <b>1065.05</b> |

Девятый день (четверг) 2-я неделя

| № рец. | Пищевые вещества на порцию |   |              |            |             |             |             |             |             |             |                         |              |
|--------|----------------------------|---|--------------|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------|-------------------------|--------------|
|        | Наименование блюд          |   | Вес блюда    |            | Белки       |             | Жиры        |             | Углеводы    |             | Энергетическая ценность |              |
|        | завтрак                    |   | сад          | ясли       | сад         | ясли        | сад         | ясли        | сад         | ясли        | сад                     | ясли         |
| 94     | 1                          | Каша молочная, жидкая с пшеничной крупой  | 200          | 150        | 5.97        | 4.8         | 5.5         | 4.95        | 17.1        | 15.39       | 116.5                   | 104.85       |
| 3      | 2                          | Бутерброд с сыром                         | 45           | 35         | 6.2         | 4.84        | 9.02        | 7.04        | 17.5        | 14.67       | 155                     | 120          |
| 397    | 3                          | Какао с молоком                           | 180          | 150        | 5.6         | 4.67        | 5           | 4.17        | 9.4         | 7.83        | 104                     | 86.67        |
|        |                            | <b>итого за завтрак</b>                   | <b>425</b>   | <b>335</b> | <b>17.8</b> | <b>14.3</b> | <b>19.5</b> | <b>16.2</b> | <b>44.0</b> | <b>37.9</b> | <b>375.5</b>            | <b>311.5</b> |
|        |                            | <b>второй завтрак</b>                     |              |            |             |             |             |             |             |             |                         |              |
| 368    | 1                          | Плоды свежие                              | 100          | 95         | 0.4         | 0.4         | 0.4         | 0.4         | 9.8         | 9.8         | 44                      | 44           |
|        |                            | <b>итого за второй завтрак</b>            | <b>100</b>   | <b>95</b>  | <b>0.4</b>  | <b>0.4</b>  | <b>0.4</b>  | <b>0.4</b>  | <b>9.8</b>  | <b>9.8</b>  | <b>44</b>               | <b>44</b>    |
|        |                            | <b>обед</b>                               |              |            |             |             |             |             |             |             |                         |              |
| 76     | 1                          | Рассольник ленинградский                  | 200          | 180        | 1.87        | 1.12        | 3.11        | 1.87        | 10.89       | 6.59        | 135                     | 81           |
|        | 4                          | Овощи натуральные, солёные. (Овощи свеж.) | 40           | 40         | 0.2         | 0.15        | 0           | 0           | 0.67        | 0.5         | 3.6                     | 2.7          |
| 298    | 2                          | Голубцы ленивые в сметанном соусе         | 150          | 140        | 5.21        | 4.34        | 7.43        | 6.19        | 8.8         | 7.33        | 124                     | 103.3        |
|        | 4                          | Хлеб ржаной                               | 37.5         | 30         | 0.11        | 0.09        | 0           | 0           | 19.93       | 15.94       | 96                      | 76.8         |
| 376    | 5                          | Компот из сушеных фруктов                 | 180          | 150        | 3.8         | 3.17        | 0           | 0           | 12.6        | 10.5        | 93                      | 77.5         |
|        |                            | <b>итого за обед</b>                      | <b>607.5</b> | <b>540</b> | <b>11.2</b> | <b>8.9</b>  | <b>10.5</b> | <b>8.1</b>  | <b>52.9</b> | <b>40.9</b> | <b>451.6</b>            | <b>341.3</b> |
|        |                            | <b>полдник</b>                            |              |            |             |             |             |             |             |             |                         |              |
| 213    | 1                          | Яйцо варённое                             | 40           | 20         | 8.42        | 4.21        | 6.68        | 3.34        | 0.28        | 0.14        | 63                      | 31.5         |
|        | 2                          | Печёночные оладьи                         | 100          | 80         | 3.12        | 2.34        | 3.28        | 2.46        | 9.74        | 7.31        | 81.2                    | 61           |
|        | 4                          | Хлеб пшеничный                            | 30           | 20         | 1.75        | 1.75        | 0.25        | 0.25        | 10          | 10          | 50                      | 50           |
| 393    | 5                          | Чай с лимоном                             | 180          | 150        | 0.02        | 0.02        | 0           | 0           | 15.8        | 10.99       | 57.7                    | 42.9         |
|        |                            | <b>итого за полдник</b>                   | <b>350</b>   | <b>270</b> | <b>13.3</b> | <b>8.3</b>  | <b>10.2</b> | <b>6.1</b>  | <b>35.8</b> | <b>28.4</b> | <b>251.9</b>            | <b>185.4</b> |

|  |                     |        |      |       |      |       |       |        |        |      |        |
|--|---------------------|--------|------|-------|------|-------|-------|--------|--------|------|--------|
|  | ИТОГО за целый день | 1482.5 | 1240 | 42.67 | 31.9 | 40.67 | 30.67 | 142.51 | 116.99 | 1123 | 882.22 |
|--|---------------------|--------|------|-------|------|-------|-------|--------|--------|------|--------|

**Десятый день (пятница) 2-я неделя**

| № рец. | Пищевые вещества на порцию |   |               |              |               |             |               |               |                |                |                         |
|--------|----------------------------|---|---------------|--------------|---------------|-------------|---------------|---------------|----------------|----------------|-------------------------|
|        | Наименование блюд          |   | Вес блюда     |              | Белки         |             | Жиры          |               | Углеводы       |                | Энергетическая ценность |
|        |                            |   | сад           | ясли         | сад           | ясли        | сад           | ясли          | сад            | ясли           | сад                     |
|        | <b>завтрак</b>             |   |               |              |               |             |               |               |                |                |                         |
| 94     | 1                          | Каша молочная, жидкая рисовая               | 200           | 150          | 5.5           | 4.09        | 8.13          | 7.32          | 29.27          | 23.39          | 181                     |
| 1      | 2                          | Бутерброд с маслом                          | 35            | 30           | 3             | 2.58        | 8.5           | 7.31          | 15.5           | 13.3           | 130                     |
| 393    | 3                          | Чай с лимоном                               | 180           | 150          | 0.02          | 0.02        | 0             | 0             | 15.8           | 10.99          | 57.7                    |
|        |                            | <b>итого за завтрак</b>                     | <b>415</b>    | <b>330</b>   | <b>8.5</b>    | <b>6.7</b>  | <b>16.6</b>   | <b>14.6</b>   | <b>60.6</b>    | <b>47.7</b>    | <b>368.7</b>            |
|        | <b>второй завтрак</b>      |   |               |              |               |             |               |               |                |                |                         |
| 368    | 1                          | Фрукты свежие                               | 100           | 95           | 0.4           | 0.4         | 0.4           | 0.4           | 9.8            | 9.8            | 44                      |
|        |                            | <b>итого за второй завтрак</b>              | <b>100</b>    | <b>95</b>    | <b>0.4</b>    | <b>0.4</b>  | <b>0.4</b>    | <b>0.4</b>    | <b>9.8</b>     | <b>9.8</b>     | <b>44</b>               |
|        | <b>обед</b>                |   |               |              |               |             |               |               |                |                |                         |
| 58     | 1                          | Борщ с картофелем                           | 200           | 180          | 6.19          | 5.09        | 3.82          | 3.56          | 10.05          | 7.47           | 138.13                  |
|        | 2                          | АЗУ с мясом                                 | 150           | 140          | 21.69         | 27.1        | 7.47          | 5.98          | 30.3           | 26.66          | 225                     |
|        | 3                          | Овощи натуральные, солёные. (Овощи свежие.) | 50            | 40           | 0.23          | 0.15        | 0             | 0             | 0.67           | 0.5            | 3.6                     |
|        | 4                          | Хлеб пшеничный                              | 30            | 20           | 3.5           | 2.33        | 0.49          | 0.33          | 20             | 13.3           | 100                     |
|        | 5                          | Хлеб ржаной                                 | 37.5          | 30           | 0.11          | 0.09        | 0             | 0             | 19.93          | 15.94          | 96                      |
| 376    | 6                          | Компот из сушеных фруктов                   | 180           | 150          | 3.8           | 3.17        | 0             | 0             | 12.6           | 10.5           | 93                      |
|        |                            | <b>итого за обед</b>                        | <b>647.5</b>  | <b>560</b>   | <b>35.5</b>   | <b>37.9</b> | <b>11.8</b>   | <b>9.9</b>    | <b>93.6</b>    | <b>74.4</b>    | <b>655.7</b>            |
|        | <b>полдник</b>             |   |               |              |               |             |               |               |                |                |                         |
| 469    | 1                          | Булочка домашняя                            | 65            | 50           | 5.82          | 3.64        | 10.01         | 8.4           | 23.6           | 18.5           | 180                     |
| 432    | 2                          | (Оладьи)                                    | 100           | 80           | 5.8           | 3.8         | 9.7           | 7.6           | 22.8           | 17.5           | 178                     |
|        | 3                          | (повидло фруктовое порционное)              | 20            | 15           | 5.09          | 3.82        | 3.4           | 2.55          | 38             | 30.4           | 224                     |
| 395    | 4                          | Кофейный напиток с молоком                  | 180           | 150          | 9.5           | 7.92        | 15.58         | 12.98         | 22.5           | 18.75          | 132.2                   |
|        |                            | <b>итого за полдник</b>                     | <b>365</b>    | <b>295</b>   | <b>26.2</b>   | <b>19.2</b> | <b>38.7</b>   | <b>31.5</b>   | <b>106.9</b>   | <b>85.2</b>    | <b>714.2</b>            |
|        |                            | <b>ИТОГО за целый день</b>                  | <b>1527.5</b> | <b>1280</b>  | <b>70.65</b>  | <b>64.2</b> | <b>67.5</b>   | <b>56.43</b>  | <b>270.82</b>  | <b>217</b>     | <b>1782.63</b>          |
|        |                            | <b>Итого за весь период</b>                 | <b>14345</b>  | <b>12263</b> | <b>501.45</b> | <b>407</b>  | <b>468.13</b> | <b>376.17</b> | <b>1908.53</b> | <b>1536.84</b> | <b>13230.02</b>         |

|                 |
|-----------------|
|                 |
| <b>ическая</b>  |
| <b>юсть</b>     |
| <b>ясли</b>     |
| 169             |
| 113.1           |
| 42.9            |
| <b>325.0</b>    |
|                 |
| 44              |
| <b>44</b>       |
|                 |
| 124.33          |
| 212             |
| 2.7             |
| 66.67           |
| 76.8            |
| 77.5            |
| <b>560.0</b>    |
|                 |
| 158.5           |
| 145.7           |
| 179             |
| 125.23          |
| <b>608.4</b>    |
| <b>1537.43</b>  |
| <b>10411.44</b> |