

УТВЕРЖДЕН
приказом заведующего № 73
от 29 августа 2022

04-13

ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ

д. Таутово

ФЕДЕРАЛЬНАЯ СЛУЖБА ПО НАДЗОРУ В
СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И
БЛАГОПОЛУЧИЯ ЧЕЛОВЕКА
УПРАВЛЕНИЕ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ
ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ЗАЩИТЫ ПРАВ
ПОТРЕБИТЕЛЕЙ И БЛАГОПОЛУЧИЯ
ЧЕЛОВЕКА ПО ЧУВАШСКОЙ
РЕСПУБЛИКЕ - ЧУВАШИИ
(Управление Роспотребнадзора по Чувашской
Республике - Чувашии)

пр. Московский, дом 3Д, г. Чебоксары,
Чувашская Республика, 428018
Тел: (8352) 58-53-13 Факс: (8352) 58-53-07
E-mail: sam@21.gosrotechnadзор.ru
www.21.gosrotechnadзор.ru

ОКПО 75694999, ОГРН 1032128023691,
ИНН-КПП: 2129056879/213091601

26.07.2015

№ 09/МАТ

На № 685

от 09.02.2015

О рассмотрении примерного
двухнедельного меню

И.о. начальника Управления образования
администрации города Чебоксары
Д.А.Захарову

428000 Московский проспект, д. 8
г. Чебоксары

Управление Роспотребнадзора по Чувашской Республике - Чувашии рассмотрело примерное
двухнедельное меню для организации питания детей в дошкольных образовательных учреждениях
в возрасте с 1 до 3 лет и с 3-7 лет установило:

Меню составлено с учетом 3-х разового питания и включает завтрак, обед, уплотненный
полдник, что соответствует режиму питания детей при 12 часов пребывания в дошкольном
образовательном учреждении. Между завтраком и обедом предусмотрен второй завтрак,
включающий в себя фруктовый сок или молоко с печеньем.

При составлении меню учтена физиологическая потребность детей в основных пищевых
веществах, энергии и набору продуктов для детей всех возрастных групп. Так калорийность
питания для детей 1-3 лет составляет в среднем 1530 килокалорий, при норме - 1400
килокалорий; для детей 3-7 лет - 1886 килокалорий, при норме - 1800 килокалорий.

Распределение калорийности между приемами пищи составляет: для детей в возрасте от 1
до 3 лет: завтрак - 27 %, второй завтрак - 5,6 %, обед - 35 %, уплотненный полдник - 31 %
(норма: завтрак - 20-25 %, второй завтрак - 5 %, обед - 30-35 %, уплотненный полдник - 30-35 %);
для детей с 3 до 7 лет: завтрак - 27,3 %, второй завтрак - 7,0 %, обед - 35,5 %, уплотненный
полдник - 30,6%.

Набор пищевых продуктов питания в течение 10 дней выполняется.

На каждое готовое блюдо и кулинарное изделие имеются технологические карточки, с
указанием источника разработки, рецептуры и технологии блюд.

В весеннее - летний период предусмотрена замена салатов из сырых овощей на салаты из
вареных овощей либо свежих овощей нового урожая.

На основании вышеизложенного, считаю возможным согласовать примерное 2-х недельное
меню для организации питания детей в дошкольных организациях возраста с 1 до 3 лет и с 3 до 7
лет.

Исполняющий обязанности руководителя

Е.Г.Прокофьева

Карманов Е.А.
8 (8352) 58 33 10

001992

**Рацион питания для детей с 1 года - 3 лет и с 3 – 7 лет
с 10- часовым пребыванием в ДОУ**

| Наименование блюд | Объем порций (г) | | Наименование блюд | Объем порций (г) | | |
|--|------------------|------|---|------------------------|---------|-----|
| | возраст | | | Первая неделя, вторник | возраст | |
| | 1-3 | 3-7 | | | 1-3 | 3-7 |
| Первая неделя, понедельник | | | | | | |
| <u>Завтрак</u> | | | <u>Завтрак</u> | | | |
| Макароны отварные | 130 | 180 | Пудинг творожный с изюмом | 130 | 150 | |
| Кофейный напиток | 180 | 200 | Молочный соус | 20 | - | |
| Батон с маслом | 30/5 | 30/5 | Сладкий соус | - | 20 | |
| | | | Какао с молоком | 150 | 200 | |
| | | | Батон с маслом | 20/5 | 30/5 | |
| <u>Второй завтрак</u> | | | <u>Второй завтрак</u> | | | |
| Сок фруктовый | 150 | 150 | Молоко | 100 | 200 | |
| Печенье | 20 | 30 | | | | |
| <u>Обед</u> | | | <u>Обед</u> | | | |
| Салат витаминный | 40 | 60 | Салат морковный | 40 | 60 | |
| Суп гороховый на мясном бульоне | 150 | 200 | Суп с клецками со сметаной на курином бульоне | 150 | 200 | |
| Тефтели мясные в томатно-сметанном соусе | 60 | 70 | Голубцы ленивые | 150 | 200 | |
| Картофельное пюре | 110 | 150 | Компот из с/фр | 150 | 200 | |
| Напиток из свежих яблок | 150 | 200 | Хлеб ржаной | 40 | 50 | |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | <u>Уплотненный полдник</u> | | | |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | | Вермишель в молоке | 200 | 200 | |
| Булочка домашняя с изюмом | 70 | - | Кисель | 150 | 200 | |
| Ватрушка с повидлом | - | 100 | Батон | 40 | 45 | |
| Рыбу овощное | 180 | 200 | Яйцо вареное | 1 | 1 | |
| Чай сладкий | 150 | 200 | Яблоко | 96,8 | 96,8 | |
| Яблоко | 48,4 | 48,4 | | | | |
| Батон | 30 | 45 | | | | |

| Наименование блюд | Объем порций (г) | | Наименование блюд | Объем порций (г) | |
|--|-----------------------|------------|--|------------------|-----------------------|
| | возраст | | | возраст | |
| Первая неделя, среда | 1-3 | 3-7 | Первая неделя, четверг | 1-3 | 3-7 |
| | <u>Завтрак</u> | | | | <u>Завтрак</u> |
| Каша пшеничная | 180 | 200 | Каша геркулесовая | 180 | 200 |
| Чай с молоком | 150 | 200 | Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 |
| Батон с маслом и сыром | 30/5/6,79 | 40/5/10,67 | Батон с маслом и сыром | 30/5/7,76 | 40/5/9,7 |
| | | | <u>Второй завтрак</u> | | |
| <u>Второй завтрак</u> | | | Сок фруктовый | 150 | 150 |
| Сок фруктовый | 150 | 150 | | | |
| Печенье | - | 30 | | | |
| <u>Обед</u> | | | <u>Обед</u> | | |
| Салат из свежей капусты | 40 | 60 | Салат свекольный | 40 | 60 |
| Рассольник со сметаной на мясном бульоне | 150 | 200 | Щи из свежей капусты со сметаной на мясном бульоне | 150 | 200 |
| Рулет мясной с яйцом | 70 | 80 | Котлета куриная | 60 | 70 |
| Картофель отварной с маслом | 130 | 150 | Сложный гарнир | 70/80 | 80/100 |
| Лимонный напиток | 150 | 200 | Компот из свежих яблок | 150 | 200 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | Хлеб ржаной | 40 | 50 |
| <u>Удотненный подник</u> | | | <u>Удотненный подник</u> | | |
| Рисово-рыбная запеканка с сметанным соусом | 180/20 | 200/20 | Суфле творожное | 130 | 150 |
| Кисломолочный напиток | 180 | 200 | Подлива молочная | 20 | - |
| | | | Подлива сладкая | - | 30 |
| Батон | 30 | 40 | Молоко | 180 | 200 |
| Яблоко | 96,8 | 96,8 | Батон | 30 | 45 |
| | | | Яблоко | 96,8 | 96,8 |

| Наименование блюд | Объем порций (г) | | Наименование блюд | Объем порций (г) | |
|---------------------------------------|-----------------------|--------|--|------------------|-----------------------|
| | возраст | | | возраст | |
| Вторая неделя, вторник | 1-3 | 3-7 | Вторая неделя, среда | 1-3 | 3-7 |
| | <u>Завтрак</u> | | | | <u>Завтрак</u> |
| Каша ячневая | 180 | 200 | Каша пшеничная | 180 | 200 |
| Какао с молоком | 150 | 200 | Чай с молоком | 150 | 200 |
| Батон с маслом | 20/5 | 40/5 | Батон с маслом и сыром | 30/5/6,79 | 30/5/10,67 |
| <u>Второй завтрак</u> | | | <u>Второй завтрак</u> | | |
| Молоко | 150 | 200 | Сок фруктовый | 150 | 150 |
| | | | Печенье | 20 | 30 |
| <u>Обед</u> | | | <u>Обед</u> | | |
| Салат из свежей капусты | 40 | 60 | Салат свекольный | 40 | 60 |
| Бульон куриный с гренками | 150 | 200 | Суп овощной со сметаной на курином бульоне | 150 | 200 |
| Суфле куриное | 60 | 70 | Жаркое по-домашнему | 180 | 200 |
| Макаронные отварные | 100 | 130 | Лимонный напиток | 150 | 200 |
| Напиток из изюма | 150 | 200 | Хлеб ржаной | 40 | 50 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | <u>Уплотненный полдник</u> | | |
| <u>Уплотненный полдник</u> | | | Котлета рыбная | 70 | 70 |
| Творожная запеканка со сладким соусом | 130/20 | 150/30 | Овощи тушеные | 130 | 160 |
| Кисломолочный напиток | 180 | 200 | Чай сладкий | 150 | 200 |
| Батон | 30 | 40 | Батон | 30 | 40 |
| Яблоко | 96,8 | 96,8 | Яблоко | 96,8 | 96,8 |

| Наименование блюд | Объем порций (г) | | Наименование блюд | Объем порций (г) | |
|---|------------------|--------|--|------------------|------------|
| | возраст | | | возраст | |
| Первая неделя, пятница | 1-3 | 3-7 | Вторая неделя, понедельник | 1-3 | 3-7 |
| | Завтрак | | | Завтрак | |
| Каша пшеничная | 180 | 200 | Каша гречневая со сгущенным молоком | 180 | 200 |
| Какао со сгущенным молоком | 150 | 200 | Чай с соком | 150 | 200 |
| Батон с маслом | 30/5 | 45/5 | Батон с маслом и сыром | 40/5/6,79 | 45/5/10,67 |
| Второй завтрак | | | Второй завтрак | | |
| Молоко | 150 | 200 | Сок фруктовый | 150 | 150 |
| Обед | | | Обед | | |
| Салат витаминный | 40 | 60 | Салат морковный | 40 | 60 |
| Борщ со сметаной на мясном бульоне | 150 | 200 | Суп крестьянский со сметаной на мясном бульоне | 150 | 200 |
| Запеканка картофельная с мясом с томатно-сметанным соусом | 150/20 | 200/20 | шницель | 60 | - |
| | | | Гуляш из говядины | - | 70 |
| Напиток из сухофруктов | 150 | 200 | Пшено | 130 | 150 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | Томатный соус | 20 | - |
| | | | Компот из свежих яблок | 150 | 200 |
| | | | Хлеб ржаной | 30 | 50 |
| Уплотненный полдник | | | Уплотненный полдник | | |
| Салат из моркови с изюмом | 50 | 60 | Сдоба обыкновенная | 70 | 80 |
| Пирожок с картошкой | 100 | 110 | Капуста тушенная | 150 | 150 |
| | | | Яйцо вареное | 1/2 | 1 |
| Кисель | 180 | 180 | Напиток из сухофруктов | 150 | 200 |
| Яблоко | 96,8 | 96,8 | Батон | 30 | 40 |
| | | | Яблоко | - | 48,4 |

| Наименование блюда | Объем порций (г) | | Наименование блюда | Объем порций (г) | |
|--|------------------|------|---|------------------|------------|
| | возраст | | | возраст | |
| Вторая неделя, четверг | 1-3 | 3-7 | Вторая неделя, пятница | 1-3 | 3-7 |
| | Завтрак | | | Завтрак | |
| Каша манная | 180 | 200 | Каша пшеничная | 180 | 200 |
| Кофейный напиток с молоком | 150 | 200 | Какао со сгущенным молоком | 150 | 200 |
| Батон с маслом | 30/5 | 40/5 | Батон с маслом и сыром | 30/5/6,79 | 40/5/10,67 |
| Второй завтрак | | | Второй завтрак | | |
| Молоко | 150 | 200 | Сок фруктовый | 150 | 150 |
| | | | Печенье | | 30 |
| Обед | | | Обед | | |
| Салат витаминный | 40 | 60 | Салат морковный | 40 | 60 |
| Свекольник со сметаной на мясном бульоне | 150 | 200 | Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне | 150 | 200 |
| Мясо по-строгановски | 60 | 80 | Капуста тушеная с мясом | 170 | 220 |
| Картофельное пюре | 110 | 150 | Компот из свежих яблок | 150 | 200 |
| Напиток из сухофруктов | 150 | 200 | Хлеб ржаной | 50 | 50 |
| Хлеб ржаной | 40 | 50 | Уплотненный полдник | | |
| Уплотненный полдник | | | Картофельно-рыбная запеканка с томатным соусом | 180/20 | 220/20 |
| Плюшка | 70 | 70 | Чай с соком | 150 | 200 |
| Суп молочный рисовый | 180 | 200 | Батон | 30 | 40 |
| Чай с лимоном | 180 | 200 | Яблоко | 96,8 | 96,8 |
| Батон | 20 | 40 | | | |
| Яблоко | 96,8 | 96,8 | | | |

1 день (с 1 до 3 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|--|-------------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Макароны отварные №46 | масло слив. | 4 | 4 | | | | | | |
| | макароны | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 130 | 4,03 | 3,32 | 27,65 | 161,24 | |
| Кофейный напиток №44 | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | кофейный напиток | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| | | | | 200 | - | - | 11,88 | 45,48 | |
| Батон с маслом №4 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30/5 | 2,35 | 4,5 | 14,76 | 102,65 | |
| | Всего за завтрак | | | | 6,38 | 7,82 | 54,29 | 309,37 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый № 80 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | 3,0 |
| Печенье № 57 | печенье | 20 | 20 | | | | | | |
| | | | | 20 | 1,5 | 2,2 | 14,8 | 87,2 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 1,95 | 2,2 | 28,3 | 144,2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат витаминный №68 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сахар | 1 | 1 | | | | | | |
| | яблоко | 15 | 13,2 | | | | | | |
| | капуста | 25 | 19,5 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 11,7 | | | | | | |
| | | | | 40 | 0,70 | 2,07 | 4,79 | 40,13 | 11,2 |
| Суп гороховый на мясном бульоне №81 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | горох | 5 | 4,97 | | | | | | |
| | картофель | 30 | 22,5 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8,4 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | | | | 150 | 3,33 | 3,56 | 7,2 | 74,17 | |
| Тефтели мясные в томатно-сметанном соусе №91 | говядина б/к | 60 | 54,6 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 15 | 15 | | | | | | |
| | сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | яйцо | 1/8 | 4,35 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8,4 | | | | | | |
| | томат. паста | 3 | 3 | | | | | | |
| батон | 5 | 5 | | | | | | | |
| | | | | 60 | 11,29 | 12,54 | 6,07 | 159,35 | |
| Картофельное пюре №24 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | | |
| | картофель | 170 | 127,5 | | | | | | |
| | | | | 110 | 3,15 | 4,75 | 21,4 | 146,6 | |
| Напиток из свежих яблок №39 | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | яблоко | 20 | 17,6 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,083 | 0,083 | 9,83 | 47,04 | |

| | | | | | | | | | |
|----------------------------|--------------|-----|------|-----|-------|-------|--------|---------|-------|
| Хлеб ржаной №95 | хлеб ржаной | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 1,96 | 0,4 | 18,4 | 88,0 | |
| Всего за обед | | | | | 20,51 | 23,40 | 67,69 | 555,29 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | |
| Булочка домашняя №8 | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | молоко | 15 | 15 | | | | | | |
| | яйцо | 1/8 | 4,35 | | | | | | |
| | мука | 45 | 45 | | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| | изюм | 10 | 10 | | | | | | |
| | дрожжи | 1 | 1 | | | | | | |
| | | | | 70 | 4,36 | 5,99 | 26,41 | 167,57 | |
| Рагу овощное № 63 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | масло раст. | 5 | 5 | | | | | | |
| | картофель | 80 | 60 | | | | | | |
| | капуста | 160 | 128 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 39 | 31,2 | | | | | | |
| | | | | 180 | 4,1 | 10,1 | 19,05 | 175,02 | |
| Чай сладкий №99 | чай | 0,6 | 0,6 | | | | | | |
| | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | | | | 150 | - | - | 11,83 | 45,48 | |
| Яблоко | яблоко | 55 | 48,4 | | | | | | |
| | | | | | 48,4 | 0,19 | 0,19 | 4,74 | 21,78 |
| Батон №5 | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | | 30 | 2,31 | 0,9 | 14,7 | 69,6 |
| Всего за упл. полдник | | | | | 10,96 | 17,18 | 76,73 | 479,45 | |
| Итого за день: | | | | | 39,8 | 50,6 | 227,01 | 1488,31 | |
| Соль йодированная | | 4 | 4 | | | | | | |

1 день (с 3 до 7 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|--|-------------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Макароны отварные №46 | масло слив. | 6 | 6 | | | | | | |
| | макароны | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 180 | 5,05 | 4,87 | 34,57 | 208,16 | |
| Кофейный напиток №44 | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | кофейный напиток | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | 200 | - | - | 13,86 | 53,06 | |
| Батон с маслом №4 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30/5 | 2,35 | 4,5 | 14,76 | 102,65 | |
| | Всего за завтрак | | | | 4,7 | 9,37 | 63,19 | 363,87 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый №80 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| Печенье № 57 | | | | 150 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| | печенье | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30 | 2,25 | 3,3 | 22,2 | 130,8 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 2,7 | 3,3 | 35,7 | 187,8 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат витаминный №68 | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| | яблоко | 15 | 13,2 | | | | | | |
| | капуста | 40 | 32 | | | | | | |
| | морковь | 20 | 16 | | | | | | |
| | | | | 60 | 0,79 | 2,0 | 4,66 | 39,42 | |
| Суп гороховый на мясном бульоне №81 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | горох | 12 | 11,76 | | | | | | |
| | картофель | 50 | 37,5 | | | | | | |
| | лук | 12 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 22 | 17,6 | | | | | | |
| | | | | 200 | 5,83 | 2,8 | 16,84 | 118,4 | |
| Тефтели мясные в томатно-сметанном соусе №91 | говядина б/к | 70 | 63,7 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | | |
| | сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | яйцо | 1/10 | 3,48 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | лук | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | томат. паста | 3 | 3 | | | | | | |
| батон | 5 | 5 | | | | | | | |
| | | | | 70 | 14,62 | 15,11 | 6,76 | 222,41 | |
| Картофельное пюре №24 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 30 | 30 | | | | | | |
| | картофель | 190 | 142,5 | | | | | | |
| | | | | 150 | 3,73 | 5,13 | 24,27 | 160,15 | |
| Напиток из свежих яблок №39 | сахар | 13 | 13 | | | | | | |
| | яблоко | 20 | 17,6 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,01 | 0,01 | 14,59 | 57,19 | |

2 день (с 1 до 3 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|---|-------------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Пудинг творожный со сладким соусом №62, № 49 | масло слив. | 3 | 3 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 40 | 40 | | | | | | |
| | творог | 100 | 100 | | | | | | |
| | яйцо | 1/4 | 8,7 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | манка | 7 | 7 | | | | | | |
| | сахар | 6 | 6 | | | | | | |
| | повидло | 15 | 15 | | | | | | |
| | изюм | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 130/20 | 19,98 | 7,02 | 31,0 | 343,58 | |
| Какао с молоком №20 | какао | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 130 | 130 | | | | | | |
| | сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 150 | 3,88 | 4,33 | 16,28 | 117,1 | |
| Батон с маслом №4 | батон | 20 | 20 | | | | | | |
| | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 20/5 | 1,58 | 4,2 | 9,86 | 79,45 | |
| | Всего за завтрак | | | | 25,44 | 15,55 | 57,14 | 540,13 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Молоко №48 | молоко | 100 | 100 | | | | | | |
| | | | | 100 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат морковный №72 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сахар | 1 | 1 | | | | | | |
| | морковь | 55 | 44 | | | | | | |
| | | | | 40 | 0,57 | 2,02 | 4,15 | 34,97 | |
| Суп с клецками со сметаной на курином бульоне №87 | куры | 15 | 9,15 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | 8 | 8 | | | | | | |
| | яйцо | 1/10 | 3,48 | | | | | | |
| | мука | 20 | 20 | | | | | | |
| | картофель | 30 | 22,5 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | | | | 150 | 4,51 | 4,87 | 16,02 | 125,34 | |
| Голубцы в сметанном соусе №14 | куры | 100 | 61 | | | | | | |
| | масло слив. | 3 | 3 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | яйцо | 1/10 | 3,48 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | рис | 10 | 10 | | | | | | |
| | капуста | 160 | 128 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | | | | 150 | 14,99 | 36,36 | 15,42 | 271,95 | |
| Компот из с/фр. | сахар | 10 | 10 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|----------------------------|-----------------------|-----|------|------|-------|-------|--------|---------|--|
| №40 | сухофрукты | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,18 | - | 15,4 | 60,5 | |
| Хлеб ржаной №95 | хлеб ржаной | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 1,96 | 0,4 | 18,4 | 82,0 | |
| | Всего за обед | | | | 22,21 | 43,65 | 69,39 | 574,76 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | |
| Вермишель в молоке №12 | масло слив. | 6 | 6 | | | | | | |
| | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | вермишель | 10 | 10 | | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | 200 | 5,53 | 9,55 | 17,47 | 177,53 | |
| Кисель №34 | кисель | 10 | 10 | | | | | | |
| | сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 150 | - | - | 21,9 | 86,8 | |
| Батон №5 | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 3,08 | 1,2 | 19,6 | 92,8 | |
| Яблоко №102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 | |
| Яйцо №103 | яйцо | 1 | 34,8 | | | | | | |
| | | | | 34,8 | 4,17 | 3,82 | 0,24 | 54,63 | |
| | Всего за упл. полдник | | | | 13,16 | 14,95 | 68,69 | 455,32 | |
| ИТОГО за день: | | | | | 65,01 | 78,95 | 202,27 | 1657,21 | |
| Соль йодированная | | 4 | 4 | | | | | | |

2 день (с 3 до 7 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|---|-------------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Пудинг творожный с иском со сладким соусом №62, №76 | масло слив. | 4 | 4 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 40 | 40 | | | | | | |
| | творог | 120 | 120 | | | | | | |
| | яйцо | 1/3 | 11,6 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | манка | 10 | 10 | | | | | | |
| | сахар | 8 | 8 | | | | | | |
| | иском | 11 | 11 | | | | | | |
| | повидло | 15 | 15 | | | | | | |
| | | | | 150/20 | 22,48 | 7,3 | 35,7 | 388,83 | |
| Какао с молоком №20 | какао | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | | | | 200 | 4,84 | 5,37 | 21,78 | 151,6 | |
| Батон с маслом №4 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30/5 | 2,34 | 4,5 | 14,76 | 102,65 | |
| | Всего за завтрак | | | | 29,66 | 17,17 | 72,18 | 643,08 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Молоко №48 | молоко | 200 | 200 | | | | | | |
| | | | | 200 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат морковный №72 | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| | морковь | 72 | 56 | | | | | | |
| | | | | 60 | 0,72 | 3,02 | 6,01 | 51,35 | |
| Суп с клецками со сметаной на курином бульоне №87 | кури | 15 | 9,15 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | 10 | 10 | | | | | | |
| | яйцо | 1/10 | 3,48 | | | | | | |
| | мука | 18 | 18 | | | | | | |
| | картофель | 40 | 30 | | | | | | |
| | лук | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 22 | 17,6 | | | | | | |
| | | | | 200 | 4,93 | 4,31 | 18,22 | 128,71 | |
| Голубцы ленивые в сметанном соусе №14 | кури | 120 | 73,2 | | | | | | |
| | масло слив. | 3 | 3 | | | | | | |
| | масло раст. | 4 | 4 | | | | | | |
| | сметана | 8 | 8 | | | | | | |
| | яйцо | 1/10 | 3,48 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | рис | 20 | 20 | | | | | | |
| | капуста | 185 | 148 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | | | | 200 | 17,81 | 22,43 | 27,22 | 363,24 | |
| Компот из с/фр. №40 | сахар | 13 | 13 | | | | | | |
| | сухофрукты | 13 | 13 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,23 | - | 20,08 | 74,93 | |
| Хлеб ржаной №95 | хлеб ржаной | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 50 | 2,45 | 0,5 | 23,0 | 102,5 | |

| | | | | | | | | | |
|-------------------------------|-----------------------|-----|------|------|-------|-------|--------|---------|--|
| | Всего за обед | | | | 26,14 | 30,26 | 94,53 | 720,73 | |
| Удотненный полдник | | | | | | | | | |
| Вермишель в молоке №12 | масло слив. | 6 | 6 | | | | | | |
| | молоко | 170 | 170 | | | | | | |
| | вермишель | 18 | 18 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 200 | 6,6 | 9,24 | 21,46 | 196,04 | |
| Кисель №34 | кисель | 15 | 15 | | | | | | |
| | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | | | | 200 | | | 25,86 | 101,96 | |
| Яйцо №103 | яйцо | 1 | 34,8 | | | | | | |
| | | | | 34,8 | 4,18 | 3,83 | 0,24 | 54,64 | |
| Батон №5 | батон | 45 | 45 | | | | | | |
| | | | | 45 | 3,46 | 1,35 | 22,05 | 104,4 | |
| Яблоко №102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 34,56 | |
| | Всего за упл. полдник | | | | 16,87 | 18,1 | 71,47 | 411,6 | |
| ИТОГО за день: | | | | | 78,27 | 71,93 | 247,58 | 1891,41 | |
| Соль йодированная | | 6 | 6 | | | | | | |

3 день (с 1 до 3 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во Продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|--|-------------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша пшеничная №31 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 130 | 130 | | | | | | |
| | пшено | 20 | 20 | | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | 180 | 5,88 | 8,42 | 22,34 | 189,42 | |
| Чай с молоком №97 | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | молоко | 130 | 130 | | | | | | |
| | чай | 0,6 | 0,6 | | | | | | |
| | | | | 150 | 4,36 | 4,16 | 17,99 | 120,88 | |
| Батон с маслом и сыром №3 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | сыр | 7 | 6,79 | | | | | | |
| | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30/5/6,79 | 3,91 | 6,46 | 14,76 | 127,0 | |
| | Всего за завтрак | | | | 14,15 | 19,04 | 55,09 | 437,3 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый №80 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты №70 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сахар | 1 | 1 | | | | | | |
| | капуста | 40 | 32 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | | | | 40 | 0,72 | 2,02 | 3,35 | 34,01 | |
| Рассольник со сметаной на мясном бульоне №64 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | перловка | 5 | 5 | | | | | | |
| | картофель | 30 | 22,5 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8,4 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | огурец соленый | 18 | 14,4 | | | | | | |
| | | | | 150 | 2,87 | 3,56 | 8,95 | 81,3 | |
| Рулет мясной с яйцом №67 | говядина | 60 | 54,6 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 15 | 15 | | | | | | |
| | яйцо | 1/10 | 3,48 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | батон | 5 | 5 | | | | | | |
| | начинка: | | | | | | | | |
| | яйцо | 1/4 | 8,7 | | | | | | |
| лук репчатый | 12 | 10,08 | | | | | | | |
| | | | | 70 | 12,29 | 12,41 | 4,52 | 164,31 | |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----|-------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Картофель отварной с маслом №23 | масло слив. | 3 | 3 | | | | | |
| | картофель | 170 | 127,5 | | | | | |
| | | | | 130 | 2,59 | 4,11 | 20,46 | 135,05 |
| Лимонный напиток №45 | сахар | 12 | 12 | | | | | |
| | лимон | 10 | 8,8 | | | | | |
| | | | | 150 | 0,008 | 0,008 | 12,14 | 48,38 |
| Хлеб ржаной №95 | хлеб ржаной | 40 | 40 | | | | | |
| | | | | 40 | 1,96 | 0,4 | 18,4 | 82,0 |
| | Всего за обед | | | | 20,43 | 22,50 | 67,82 | 545,05 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| Рисово-рыбная запеканка №66 с сметанным соусом №79 | рыба | 120 | 75,6 | | | | | |
| | масло слив. | 4 | 4 | | | | | |
| | масло раст. | 4 | 4 | | | | | |
| | молоко | 40 | 40 | | | | | |
| | сметана | 5 | 5 | | | | | |
| | яйцо | 1/4 | 8,7 | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | |
| | рис | 25 | 25 | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | |
| | морковь | 20 | 16 | | | | | |
| | | | | 180/20 | 16,04 | 11,04 | 23,72 | 260,09 |
| Кисломолочный напиток №35 | кисломолочный напиток | 180 | 180 | | | | | |
| | сахар | 7 | 7 | | | | | |
| | | | | 180 | 5,04 | 5,76 | 14,31 | 127,33 |
| Батон №5 | батон | 30 | 30 | | | | | |
| | | | | 30 | 2,31 | 0,9 | 14,7 | 69,6 |
| Яблоко №102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 |
| | Всего за укл. полдник | | | | 23,77 | 18,08 | 62,21 | 500,58 |
| ИТОГО за день: | | | | | 58,8 | 59,62 | 198,62 | 1539,93 |
| Соль йодированная | | 4 | 4 | | | | | |

3 день (с 3 до 7 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во Продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|--|--------------------------------|------------------|-------|----------------|-------|------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| <u>Завтрак</u> | | | | | | | | | |
| Каша пшеничная №31 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | пшено | 30 | 30 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 200 | 7,82 | 9,71 | 32,3 | 249,19 | |
| Чай с молоком №97 | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | чай | 0,7 | 0,7 | | | | | | |
| | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | | | | 200 | 4,34 | 4,8 | 20,92 | 140,06 | |
| Батон с маслом и сыром №3 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | сыр | 11 | 10,67 | | | | | | |
| | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40/5/1 0,67 | 5,55 | 7,89 | 19,66 | 164,26 | |
| | Всего за завтрак | | | | 17,71 | 22,4 | 72,88 | 553,81 | |
| <u>Второй завтрак</u> | | | | | | | | | |
| Печенье №57 | печенье | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30 | 2,25 | 3,3 | 22,2 | 130,2 | |
| Сок фруктовый №80 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 2,7 | 3,3 | 35,7 | 187,2 | |
| <u>Обед</u> | | | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты №70 | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | сахар | 1 | 1 | | | | | | |
| | капуста | 60 | 48 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | | | | 60 | 1,01 | 3,03 | 4,1 | 47,32 | |
| Рассольник со сметаной на мясном бульоне №64 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сметана | 10 | 10 | | | | | | |
| | перловка | 7 | 7 | | | | | | |
| | картофель | 50 | 37,5 | | | | | | |
| | лук | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 22 | 17,6 | | | | | | |
| | огурец соленый | 20 | 16 | | | | | | |
| | | | | 200 | 3,77 | 5,66 | 13,58 | 114,01 | |
| Рулет мясной с яйцом №67 | говядина | 70 | 63,7 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | | |
| | яйцо | 1/10 | 3,48 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | батон | 5 | 5 | | | | | | |
| | начинка: | | | | | | | | |
| | яйцо | 1/4 | 8,7 | | | | | | |
| лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----|-------|--------|-------|-------|---------|---------|--|
| | | | | 80 | 14,16 | 14,03 | 5,31 | 203,52 | |
| Картофель отварной с маслом №23 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | картофель | 210 | 157,5 | | | | | | |
| | | | | 150 | 3,76 | 5,19 | 26,67 | 171,68 | |
| Лимонный напиток №45 | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | лимон | 11 | 9,68 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,010 | 0,010 | 14,15 | 56,25 | |
| Хлеб ржаной №95 | хлеб ржаной | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 50 | 2,45 | 0,5 | 23,0 | 102,5 | |
| | Всего за обед | | | | 25,16 | 29,14 | 86,83 | 695,28 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | |
| Рисово-рыбная запеканка №66 с сметанным соусом №79 | рыба | 130 | 81,9 | | | | | | |
| | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | масло раст. | 4 | 4 | | | | | | |
| | молоко | 40 | 40 | | | | | | |
| | сметана | 7 | 7 | | | | | | |
| | яйцо | 1/3 | 11,31 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | рис | 30 | 30 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 20 | 16 | | | | | | |
| | | | | 200/20 | 17,72 | 12,58 | 27,72 | 301,58 | |
| Кисломолочный напиток №35 | кисломолочный напиток | 200 | 200 | | | | | | |
| | сахар | 7 | 7 | | | | | | |
| | | | | 200 | 5,6 | 6,4 | 15,13 | 138,53 | |
| Батон №5 | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 3,08 | 1,2 | 19,6 | 92,8 | |
| Яблоко №102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 | |
| | Всего за укл. полдник | | | | 26,78 | 20,56 | 71,93 | 576,47 | |
| ИТОГО за день: | | | | | 72,35 | 75,4 | 267,341 | 2012,76 | |
| Соль йодированная | | 6 | 6 | | | | | | |

4 день (с 1 до 3 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|---|-------------------------|------------------|-------|--------------|-------|-------|-------|--------|--------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша геркулесовая №26 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 130 | 130 | | | | | | |
| | геркулес | 20 | 20 | | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | 180 | 5,88 | 8,98 | 18,95 | 180,42 | |
| Кофейный напиток с молоком №43 | молоко | 130 | 130 | | | | | | |
| | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | кофейный напиток | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| | | | | | 150 | 3,64 | 4,16 | 17,99 | 120,88 |
| Батон с маслом и сыром №3 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | сыр | 8 | 7,76 | | | | | | |
| | | | | 30/5/7,76 | 4,13 | 6,75 | 14,76 | 130,58 | |
| | Всего за завтрак | | | | 13,65 | 19,89 | 51,7 | 431,88 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый №80 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат свекольный №73 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | свекла | 55 | 44 | | | | | | |
| | | | | 40 | 0,66 | 2,02 | 4,0 | 36,46 | |
| Щи из св. капусты со сметаной на курином бульоне №118 | Куры(филе) | 15 | 13,65 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | 8 | 8 | | | | | | |
| | картофель | 30 | 22,5 | | | | | | |
| | капуста | 50 | 40 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | | | | 150 | 4,09 | 5,53 | 7,41 | 94,05 | |
| Котлета куриная №116 | Куры (филе) | 60 | 54,6 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | | |
| | яйцо | 1/10 | 3,48 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | батон | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 60 | 11,31 | 12,71 | 4,55 | 180,63 | |
| Сложный гарнир №77 | масло слив. | 2/2 | 2/2 | | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | молоко | 30 | 30 | | | | | | |
| | картофель | 70 | 52,5 | | | | | | |
| | капуста | 100 | 80 | | | | | | |
| | лук репчатый | 20 | 16,8 | | | | | | |
| | морковь | 25 | 20 | | | | | | |
| | | | | 70/80 | 13,29 | 7,12 | 16,51 | 145,39 | |
| Компот из свежих яблок | сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| | яблоко | 20 | 17,6 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|----------------------|-------|-------|--------|-------|-------|-------|--------|--|
| №39 | | | | 150 | 0,69 | 0,69 | 11,62 | 45,82 | |
| Хлеб ржаной №95 | хлеб ржаной | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 1,96 | 0,4 | 18,4 | 82,0 | |
| | Всего за обед | | | | 32,0 | 28,47 | 62,49 | 584,35 | |
| Уплотненный подник | | | | | | | | | |
| Суфле творожное с подливой молочной №89, №61 | масло слив. | 3 | 3 | | | | | | |
| | молоко | 40/20 | 40/20 | | | | | | |
| | творог | 100 | 100 | | | | | | |
| | сметана | 7 | 7 | | | | | | |
| | яйцо | 1/4 | 8,7 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | манка | 7 | 7 | | | | | | |
| | сахар | 6/2 | 6/2 | | | | | | |
| | изюм | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 130/20 | 20,01 | 8,07 | 24,47 | 330,71 | |
| Молоко №48 | молоко | 180 | 180 | | | | | | |
| | | | | 180 | 5,04 | 5,76 | 8,46 | 104,4 | |
| Батон №5 | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30 | 2,31 | 0,9 | 14,7 | 69,6 | |
| Яблоко №102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 | |
| | Всего за упл. подник | | | | 27,74 | 15,11 | 57,11 | 548,27 | |
| ИТОГО за день: | | | | | 73,84 | 63,47 | 184,8 | 1621,5 | |
| Соль йодированная | | 4 | 4 | | | | | | |

4 день (с 3 до 7 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|---|-------------------------|------------------|-------|--------------|-------|-------|-------|--------|--------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша геркулесовая №26 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | геркулес | 30 | 30 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 200 | 7,82 | 10,55 | 27,23 | 235,7 | |
| Кофейный напиток с молоком №43 | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | кофейный напиток | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | | 200 | 4,48 | 5,12 | 21,38 | 145,86 |
| Батон с маслом и сыром №3 | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | сыр | 10 | 9,7 | | | | | | |
| | | | | 40/5/9,7 | 5,55 | 2,41 | 19,86 | 115,27 | |
| | Всего за завтрак | | | | 17,85 | 18,08 | 68,47 | 496,83 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый №78 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат свекольный №73 | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | свекла | 80 | 64 | | | | | | |
| | | | | 60 | 0,96 | 3,03 | 5,82 | 53,85 | |
| Щи из св. капусты со сметаной на курином бульоне №118 | Куры филе | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сметана | 10 | 10 | | | | | | |
| | картофель | 40 | 30 | | | | | | |
| | капуста | 70 | 56 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12 | | | | | | |
| | морковь | 22 | 17,6 | | | | | | |
| | | | | 200 | 4,07 | 5,84 | 33,74 | 112,03 | |
| Котлета куриная №116 | Куры филе | 70 | 63,7 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | | |
| | яйцо | 1/10 | 3,48 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | батон | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 70 | 12,95 | 14,36 | 4,6 | 202,54 | |
| Сложный гарнир №77 | масло слив. | 2/3 | 2/3 | | | | | | |
| | масло раст. | 4 | 4 | | | | | | |
| | молоко | 30 | 30 | | | | | | |
| | картофель | 110 | 82,5 | | | | | | |
| | капуста | 130 | 104 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12 | | | | | | |
| | морковь | 30 | 24 | | | | | | |
| | | | | 80/100 | 14,86 | 8,97 | 22,34 | 184,2 | |

| | | | | | | | | |
|---|----------------------|-----|-------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Компот из свежих яблок №39 | сахар | 13 | 13 | | | | | |
| | яблоко | 20 | 17,6 | | | | | |
| | | | | 200 | 0,07 | 0,07 | 14,59 | 57,19 |
| Хлеб ржаной №95 | хлеб ржаной | 50 | 50 | | | | | |
| | | | | 50 | 2,45 | 0,5 | 23,0 | 102,5 |
| | Всего за обед | | | | 35,36 | 32,77 | 104,09 | 712,31 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| Суфле творожное с подливой сладкой №88, №78 | масло слив. | 4 | 4 | | | | | |
| | молоко | 40 | 40 | | | | | |
| | творог | 120 | 120 | | | | | |
| | сметана | 7 | 7 | | | | | |
| | яйцо | 1/3 | 11,31 | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | |
| | манка | 10 | 10 | | | | | |
| | сахар | 8 | 8 | | | | | |
| | изюм | 11 | 11 | | | | | |
| | повидло | 15 | 15 | | | | | |
| | | | | 150/30 | 24,39 | 8,91 | 42,52 | 363,46 |
| Молоко №48 | молоко | 200 | 200 | | | | | |
| | | | | 200 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 |
| Батон №5 | батон | 45 | 45 | | | | | |
| | | | | 45 | 3,46 | 1,35 | 22,05 | 104,4 |
| Яблоко | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 |
| | Всего за ул. полдник | | | | 33,83 | 17,04 | 83,45 | 627,42 |
| ИТОГО за день: | | | | | 87,49 | 67,89 | 269,51 | 1893,56 |
| Соль йодированная | | 6 | 6 | | | | | |

5 день (с 3 до 7 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|---|--------------------------------|------------------|-------|----------------|--------|-------|-------|--------|--------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша пшеничная №30 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | Пшеничная крупа | 30 | | | | | | | |
| | | | | 30 | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 200 | 7,82 | 9,11 | 31,43 | 239,6 | |
| Какао со сгущенным молоком №20 | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | какао | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| | молоко сгущенное | 38 | 38 | | | | | | |
| | | | | | 200 | 2,75 | 3,23 | 26,23 | 146,25 |
| Батон с маслом №4 | масло | 5 | 5 | | | | | | |
| | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40/5 | 3,7 | 0,5 | 19,66 | 137,85 | |
| | | | | | 14,27 | 12,84 | 77,32 | 523,7 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Молоко №48 | молоко | 200 | 200 | | | | | | |
| | | | | 200 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат витаминный №68 | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| | яблоко | 15 | 13,2 | | | | | | |
| | капуста | 40 | 32 | | | | | | |
| | морковь | 20 | 16 | | | | | | |
| | | | | | 60 | 0,82 | 3,06 | 5,23 | 49,35 |
| Борщ со сметаной на мясном бульоне №7 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сметана | 10 | 10 | | | | | | |
| | картофель | 40 | 30 | | | | | | |
| | капуста | 70 | 56 | | | | | | |
| | лук | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 22 | 17,6 | | | | | | |
| | свекла | 60 | 48 | | | | | | |
| | | | | 200 | 4,6 | 5,59 | 14,71 | 119,74 | |
| Запеканка картофельная с мясом с томатно-сметанным соусом | мясо говядина | 70 | 65,1 | | | | | | |
| | масло слив. | 4 | 4 | | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | молоко | 40 | 40 | | | | | | |
| | яйцо | 1/4 | 8,7 | | | | | | |
| | картофель | 220 | 165 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | соль йодированная | 4 | 4 | | | | | | |
| | сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | томат-паста | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | | 200/20 | 17,12 | 10,74 | 31,57 | 312,17 |
| Напиток из с/фр. | сахар | 13 | 13 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|-----------------------------|-----|------|-------|-------|--------|---------|--------|
| № 53 | сухофрукты | 10 | 10 | | | | | |
| | | | | 200 | 0,23 | | 18,04 | 71,07 |
| Хлеб ржаной №95 | Хлеб ржаной | 50 | 50 | | | | | |
| | Всего за обед | | | 50 | 2,45 | 0,5 | 23,3 | 110,0 |
| Уплотненный подник | | | | 25,22 | 20,26 | 92,55 | 654,83 | |
| Салат морковный с изюмом №71 | морковь | 85 | 68 | | | | | |
| | изюм | 10 | 10 | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | |
| | | | | 80 | 1,01 | 2,04 | 14,17 | 74,75 |
| Пирожок с картошкой | масло слив. | 2 | 2 | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | |
| | мука | 50 | 50 | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | |
| | яйцо | 1/8 | 4,35 | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | |
| | дрожжи | 1 | 1 | | | | | |
| | Лук репчатый | 20 | 16 | | | | | |
| | картофель | 60 | 45 | | | | | |
| | | | | 110 | 5,18 | 4,7 | 32,91 | 199,58 |
| Кисель №34 | сахар | 14 | 14 | | | | | |
| | кисель | 15 | 15 | | | | | |
| | | | | 180 | | | 25,86 | 101,96 |
| Яблоко № 102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | |
| | Всего за уплотненный подник | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 |
| | | | | 14,85 | 24,34 | 56,11 | 572,74 | |
| ИТОГО за день | | | | 59,94 | 63,84 | 235,38 | 1867,27 | |
| Соль йодированная | 6 | 6 | | | | | | |

5 день (с 1 до 3 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|---|--------------------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|--------|--------|
| | | бру | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша пшеничная №30 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 130 | 130 | | | | | | |
| | Пшеничная крупа | 20 | 20 | | | | | | |
| | сахар | 3 | 2 | | | | | | |
| | | | | 180 | 5,9 | 8,0 | 21,75 | 186,97 | |
| Какао со сгущенным молоком №20 | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | какао | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| | молоко сгущенное | 38 | 38 | | | | | | |
| | | | | | 150 | 3,06 | 3,48 | 26,65 | 146,28 |
| Батон с маслом №4 | масло | 5 | 5 | | | | | | |
| | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30/5 | 2,35 | 4,5 | 14,76 | 102,65 | |
| | | | | | 11,31 | 15,98 | 63,16 | 435,9 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Молоко №48 | молоко | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат витаминный №68 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сахар | 1 | 1 | | | | | | |
| | яблоко | 15 | 13,2 | | | | | | |
| | капуста | 25 | 19,5 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 11,7 | | | | | | |
| | | | | | 40 | 0,5 | 2,06 | 4,15 | 36,48 |
| Борщ со сметаной на мясном бульоне №7 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | 8 | 8 | | | | | | |
| | картофель | 30 | 22,5 | | | | | | |
| | капуста | 50 | 40 | | | | | | |
| | лук | 10 | 8,4 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | свекла | 50 | 40 | | | | | | |
| | | | | 150 | 3,82 | 3,79 | 8,06 | 80,75 | |
| Запеканка картофельная с мясом с томатно-сметанным соусом | Мясо говядины | 60 | 54,6 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 30 | 30 | | | | | | |
| | яйцо | 1/4 | 8,7 | | | | | | |
| | картофель | 180 | 135 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | соль йодированная | 4 | 4 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|------------------------------|------------------------------|-----|------|--------|-------|-------|--------|--------|---------|
| | сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | томат-паста | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | 150/20 | 14,46 | 6,8 | 26,3 | 237,08 | |
| Напиток из с/фр. № 53 | сахар | 13 | 13 | | | | | | |
| | сухофрукты | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,18 | | 18,37 | 71,87 | |
| Хлеб ржаной №95 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 1,96 | 0,4 | 18,4 | 82,0 | |
| | Всего за обед | | | | 20,92 | 13,05 | 75,28 | 508,18 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | |
| Салат морковный с изюмом №71 | морковь | 50 | 40 | | | | | | |
| | изюм | 10 | 10 | | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | | | | 50 | 0,70 | 2,07 | 12,45 | 67,53 | |
| Пирожок с картошкой №58 | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | мука | 47 | 47 | | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | | |
| | яйцо | 1/8 | 4,35 | | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| | дрожжи | 1 | 1 | | | | | | |
| | Лук репчатый | 20 | 16 | | | | | | |
| | картофель | 60 | 45 | | | | | | |
| | | | 100 | 5,33 | 4,72 | 33,87 | 204,34 | | |
| Кисель №34 | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | кисель | 10 | 10 | 180 | - | - | 21,9 | 86,8 | |
| Яблоко № 102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 4,48 | 43,56 | |
| | Всего за уплотненный полдник | | | | 6,41 | 7,17 | 77,7 | 402,23 | |
| ИТОГО за день | | | | | | 42,84 | 41,0 | 223,19 | 1433,31 |
| Соль йодированная | | 4 | 4 | | | | | | |

6 день (с 1 до 3 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|--|-------------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша гречневая со сгущенным молоком №27 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | гречка | 30 | 30 | | | | | | |
| | сгущенное молоко | 38 | 38 | | | | | | |
| | | | | 180 | 6,97 | 7,82 | 39,94 | 255,15 | |
| Чай с соком № 98 | сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| | чай | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | сок | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,15 | - | 16,38 | 64,88 | |
| Батон с маслом и сыром №3 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | сыр | 7 | 6,79 | | | | | | |
| | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40/5/6,7 9 | 4,67 | 6,76 | 19,66 | 136,24 | |
| | Всего за завтрак | | | | 11,79 | 14,58 | 75,98 | 456,27 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый №80 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,45 | | 13,5 | 57,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 0,45 | | 13,5 | 57,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат морковный №72 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сахар | 1 | 1 | | | | | | |
| | морковь | 55 | 44 | | | | | | |
| | | | | 40 | 0,57 | 2,02 | 4,15 | 34,97 | |
| Суп крестьянский со сметаной на мясном бульоне №83 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | ячневая крупа | 5 | 5 | | | | | | |
| | картофель | 30 | 22,5 | | | | | | |
| | капуста | 50 | 40 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | | | | 150 | 4,19 | 4,92 | 10,52 | 90,32 | |
| Шницель №100 | говядина б/к | 60 | 54,6 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 15 | 15 | | | | | | |
| | яйцо | 1/10 | 3,48 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | батон | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 60 | 10,83 | 11,16 | 3,9 | 142,64 | |
| Пшено с томатным соусом №114, №93 | масло слив. | 3 | 3 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | пшено | 40 | 40 | | | | | | |
| | томат. паста | 3 | 3 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|----------------------------|----------------------|-----|------|--------|-------|-------|-------|--------|---------|
| | | | | 130/20 | 4,75 | 3,51 | 28,46 | 169,09 | |
| Компот из свежих яблок №39 | сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| | яблоки | 20 | 17,6 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,07 | 0,07 | 11,62 | 45,82 | |
| Хлеб ржаной №95 | хлеб ржаной | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30 | 1,47 | 0,3 | 13,8 | 61,5 | |
| | Всего за обед | | | | 21,88 | 21,24 | 74,27 | 551,37 | |
| Уплотненный подник | | | | | | | | | |
| Сдоба обыкновенная №75 | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | молоко | 15 | 15 | | | | | | |
| | яйцо | 1/8 | 4,35 | | | | | | |
| | мука | 45 | 45 | | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| | дрожжи | 1 | 1 | | | | | | |
| | | | | 70 | 4,37 | 5,0 | 25,31 | 167,6 | |
| Капуста тушеная №22 | масло слив. | 4 | 4 | | | | | | |
| | масло раст. | 5 | 5 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | капуста | 180 | 144 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8,4 | | | | | | |
| | морковь | 17 | 13,6 | | | | | | |
| | | | | 150 | 3,2 | 8,01 | 10,49 | 127,22 | |
| Напиток из с/фр №53 | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | с/фр | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,18 | - | 17,38 | 68,08 | |
| Батон №5 | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30 | 2,31 | 0,9 | 14,7 | 69,6 | |
| Яйцо вареное №103 | яйцо | 1/2 | 17,4 | | | | | | |
| | | | | 17,4 | 2,08 | 1,91 | 0,12 | 27,32 | |
| | Всего за упл. подник | | | | 12,14 | 15,82 | 68,0 | 459,82 | |
| ИТОГО за день: | | | | | | 46,26 | 51,64 | 163,75 | 1524,46 |
| Соль йодированная | | 4 | 4 | | | | | | |

6 день (с 3 до 7 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|--|----------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|--------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша гречневая сгущенным молоком №27 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | гречка | 35 | 35 | | | | | | |
| | сгущен.молоко | 38 | 38 | | | | | | |
| | | | | 200 | 6,97 | 7,98 | 43,04 | 271,9 | |
| Чай с соком № 98 | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | чай | 0,6 | 0,6 | | | | | | |
| | сок | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,15 | - | 18,38 | 72,48 | |
| Батон с маслом и сыром №3 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | сыр | 11 | 10,67 | | | | | | |
| | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40/5/10,67 | 5,55 | 7,89 | 19,66 | 164,26 | |
| | Всего за завтрак | | | | 12,67 | 15,87 | 81,08 | 508,64 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый №80 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| | Всего второй завтрак | | | | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат морковный №72 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| | морковь | 72 | 56 | | | | | | |
| | | | | 60 | 0,72 | 2,03 | 6,01 | 42,36 | |
| Суп крестьянский со сметаной на мясном бульоне №83 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | 10 | 10 | | | | | | |
| | ячневая крупа | 7 | 7 | | | | | | |
| | картофель | 40 | 30 | | | | | | |
| | капуста | 70 | 56 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 22 | 17,6 | | | | | | |
| | | | 200 | 4,59 | 5,17 | 14,78 | 114,95 | | |
| Гуляш из говядины №17 | говядина б/к | 70 | 63,7 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | лук репчатый | 20 | 16 | | | | | | |
| | морковь | 30 | 24 | | | | | | |
| | томат.паста | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | 70 | 12,27 | 13,53 | 5,15 | 172,42 | | |
| Пшено №114 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | пшено | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 150 | 5,54 | 5,25 | 33,06 | 207,05 | |
| Компот из | сахар | 12 | 12 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|----------------------------|-----------------------|-----|------|------|-------|-------|-------|---------|--|
| свежих яблок №39 | яблоки | 22 | 19,3 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,07 | 0,07 | 9,81 | 39,0 | |
| Хлеб №95 | хлеб ржаной | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 50 | 2,45 | 0,5 | 18,0 | 102,5 | |
| | Всего за обед | | | | 25,64 | 26,55 | 86,81 | 678,28 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | |
| Яйцо вареное №103 | яйцо | 1,0 | 34,8 | | | | | | |
| | | | | 34,8 | 4,17 | 3,82 | 0,24 | 54,63 | |
| Сдоба обыкновенная №75 | масло слив. | 2 | 2 | | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | | |
| | яйцо | 1/8 | 4,35 | | | | | | |
| | мука | 55 | 55 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | изюм | 12 | 12 | | | | | | |
| | дрожжи | 1 | 1 | | | | | | |
| | | | | 80 | 5,62 | 5,99 | 40,26 | 240,7 | |
| Капуста тушеная №22 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | масло раст. | 5 | 5 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | капуста | 180 | 144 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12 | | | | | | |
| | морковь | 24 | 19 | | | | | | |
| | томат.паста | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | 150 | 3,36 | 8,74 | 11,29 | 137,54 | |
| Напиток из с/фр №53 | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | с/фр | 13 | 13 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,23 | - | 21,01 | 82,44 | |
| Батон №5 | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 3,08 | 1,2 | 19,6 | 92,8 | |
| Яблоко №102 | яблоко | 55 | 48,4 | | | | | | |
| | | | | 55 | 0,19 | 0,19 | 4,74 | 21,78 | |
| | Всего за увл. полдник | | | | 16,19 | 21,12 | 89,21 | 596,0 | |
| ИТОГО за день: | | | | | 54,95 | 63,54 | 270,6 | 1839,92 | |
| Соль йодированная | | 6 | 6 | | | | | | |

7 день (с 1 до 3 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|------------------------------|-------------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша ячневая №33 | ячневая кр. | 20 | 20 | | | | | | |
| | масло слив | 4 | 4 | | | | | | |
| | молоко | 150 | 150 | | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | 180 | 6,43 | 7,94 | 22,67 | 188,01 | |
| Какао с молоком №20 | молоко | 130 | 130 | | | | | | |
| | сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| | какао | 1 | 1 | | | | | | |
| | | | | 150 | 3,88 | 4,33 | 16,28 | 117,1 | |
| Батон с маслом №4 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | батон | 20 | 20 | | | | | | |
| | | | | 20/5 | 1,58 | 4,2 | 9,86 | 79,45 | |
| | Всего за завтрак | | | | 11,89 | 16,47 | 48,81 | 384,56 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Молоко кипяченое №48 | Молоко кипяченое | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты №70 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сахар | 1 | 1 | | | | | | |
| | капуста | 40 | 32 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | | | | 40 | 0,72 | 2,02 | 3,35 | 34,01 | |
| Бульон куриный с гречками №9 | куры | 15 | 9,15 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8,4 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | батон | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 150 | 2,67 | 3,68 | 6,55 | 61,6 | |
| Суфле куриное №88 | куры | 100 | 61 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 15 | 15 | | | | | | |
| | яйцо | 1/4 | 8,7 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | лук | 10 | 8,4 | | | | | | |
| | | | | 60 | 13,18 | 14,14 | 3,83 | 197,15 | |
| Макароны отварные №46 | масло слив. | 3 | 3 | | | | | | |
| | макароны | 35 | 35 | | | | | | |
| | | | | 100 | 3,52 | 2,54 | 24,18 | 137,78 | |
| Напиток из изюма №50 | сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| | изюм | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,18 | - | 16,5 | 64,1 | |
| Хлеб ржаной №95 | хлеб рж. | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 1,96 | 0,4 | 18,4 | 82,0 | |

| | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----|------|--------|-------|-------|--------|---------|
| | Всего за обед | | | | 22,23 | 22,78 | 72,81 | 576,64 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| Творожная запеканка со сладким соусом №90, №76 | масло слив. | 3 | 3 | | | | | |
| | молоко | 40 | 40 | | | | | |
| | творог | 100 | 100 | | | | | |
| | яйцо | 1/4 | 8,7 | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | |
| | манка | 7 | 7 | | | | | |
| | сахар | 6 | 6 | | | | | |
| | повидло | 15 | 15 | | | | | |
| | изюм | 10 | 10 | | | | | |
| | | | | 130/20 | 20,06 | 6,03 | 32,7 | 340,86 |
| Кисломолочный напиток №35 | кефир | 180 | 180 | | | | | |
| | сахар | 7 | 7 | | | | | |
| | | | | 180 | 5,04 | 5,76 | 14,31 | 127,33 |
| Батон №5 | батон | 30 | 30 | | | | | |
| | | | | 30 | 2,31 | 0,9 | 14,7 | 69,6 |
| Яблоко №102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 |
| | Всего за укл. полдник | | | | 27,79 | 13,07 | 71,19 | 581,35 |
| ИТОГО за день: | | | | | 66,11 | 57,12 | 199,86 | 1629,55 |
| Соль йодированная | | 4 | 4 | | | | | |

7 день (с 3 до 7 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|------------------------------|-------------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша ячневая №33 | масло слив | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | ячневая кр. | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 200 | 7,82 | 9,11 | 31,43 | 239,6 | |
| Какао с молоком №20 | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | какао | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| | | | | 200 | 4,84 | 5,37 | 21,78 | 151,6 | |
| Батон с маслом №4 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40/5 | 3,12 | 4,8 | 19,66 | 125,85 | |
| | Всего за завтрак | | | | 16,78 | 19,28 | 7287 | 517,05 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Молоко кипяченое № 48 | Молоко | 200 | 200 | | | | | | |
| | | | | 200 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты №70 | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| | капуста | 60 | 48 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | | | | 60 | 1,01 | 3,03 | 4,39 | 51,11 | |
| Бульон куриный с гречками №9 | куры | 15 | 9,15 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 22 | 17,6 | | | | | | |
| | батон | 15 | 15 | | | | | | |
| | | | | 200 | 3,19 | 2,97 | 10,1 | 82,32 | |
| Суфле куриное №88 | куры | 120 | 73,2 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | | |
| | яйцо | 1/4 | 8,7 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | | | | 70 | 15,18 | 16,5 | 4,16 | 229,75 | |
| Макароньы отварные №46 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | макароньы | 45 | 45 | | | | | | |
| | | | | 130 | 4,54 | 4,1 | 31,11 | 184,7 | |
| Напиток из изюма №50 | сахар | 13 | 13 | | | | | | |
| | изюм | 14 | 14 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,25 | - | 8,25 | 32,89 | |
| Хлеб ржаной №95 | хлеб рж. | 50 | 50 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----|-------|--------|-------|-------|-------|--------|---------|
| | | | | 50 | 2,45 | 0,5 | 23,0 | 102,5 | |
| | Всего за обед | | | | 26,62 | 27,1 | 81,01 | 683,27 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | |
| Творожная запеканка со сладким соусом №90, №76 | масло слив. | 4 | 4 | | | | | | |
| | молоко | 40 | 40 | | | | | | |
| | творог | 120 | 120 | | | | | | |
| | яйцо | 1/3 | 11,31 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | манка | 10 | 10 | | | | | | |
| | сахар | 8 | 8 | | | | | | |
| | повидло | 20 | 20 | | | | | | |
| | изюм | 11 | 11 | | | | | | |
| | | | | 150/30 | 23,98 | 8,32 | 39,0 | 416,75 | |
| Кисломолочный напиток №35 | кефир | 200 | 200 | | | | | | |
| | сахар | 7 | 7 | | | | | | |
| | | | | 200 | 5,6 | 6,4 | 15,13 | 138,57 | |
| Батон №5 | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 3,08 | 1,2 | 19,6 | 92,8 | |
| Яблоко №102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | | |
| | | | 96,8 | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 34,56 | |
| | Всего за упл. полдник | | | | 33,04 | 16,3 | 83,21 | 682,64 | |
| ИТОГО за день: | | | | | | 81,04 | 69,08 | 246,49 | 1998,96 |
| Соль йодированная | | 6 | 6 | | | | | | |

8 день (с 1 до 3 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|--|-------------------------|------------------|-------|---------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша пшениная №31 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 150 | 150 | | | | | | |
| | пшено | 20 | 20 | | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| | | | | 180 | 6,46 | 9,06 | 20,31 | 196,28 | |
| Чай с молоком №97 | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | молоко | 130 | 130 | | | | | | |
| | чай | 0,6 | 0,6 | | | | | | |
| | | | | 150 | 3,64 | 4,16 | 17,99 | 120,88 | |
| Батон с маслом и сыром №3 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | сыр | 7 | 6,79 | | | | | | |
| | батон | 30 | 20 | | | | | | |
| | | | | 30/5/6, 79 | 3,91 | 6,46 | 14,76 | 113,04 | |
| | Всего за завтрак | | | | 14,01 | 19,68 | 53,06 | 430,2 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый №80 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| Печенье № 57 | печенье | 20 | 20 | | | | | | |
| | | | | 20 | 1,5 | 2,2 | 14,8 | 87,2 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 1,95 | 2,2 | 28,3 | 144,2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат, свекольный №73 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | свекла | 55 | 44 | | | | | | |
| | | | | 40 | 0,66 | 2,02 | 4,0 | 36,48 | |
| Суп овощной со сметаной на курином бульоне №86 | Куры(филе) | 15 | 13,65 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | 8 | 8 | | | | | | |
| | картофель | 50 | 37,5 | | | | | | |
| | капуста | 50 | 40 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | | | | 150 | 4,28 | 5,58 | 8,79 | 101,29 | |
| Жаркое по-домашнему №18 | Куры(филе) | 50 | 45,5 | | | | | | |
| | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | картофель | 170 | 127,5 | | | | | | |
| | лук репчатый | 20 | 16,8 | | | | | | |
| | морковь | 20 | 16 | | | | | | |
| | | | | 180 | 11,16 | 15,28 | 23,06 | 281,49 | |
| Лимонный напиток №45 | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | лимон | 10 | 8,8 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,01 | 0,01 | 12,18 | 48,78 | |
| Хлеб ржаной | хлеб ржаной | 40 | 40 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|----------------------------|-----------------------------|-----|------|------|-------|-------|--------|---------|--|
| №95 | | | | 40 | 1,96 | 0,4 | 18,4 | 82,0 | |
| | Всего за обед | | | | 18,07 | 23,29 | 66,43 | 550,04 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | |
| Котлета рыбная №42 | рыба | 120 | 75,6 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | | |
| | яйцо | 1/8 | 4,35 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | батон | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 70 | 13,3 | 4,79 | 6,6 | 123,9 | |
| Овощи тушеные №55 | масло слив. | 3 | 3 | | | | | | |
| | масло раст. | 5 | 5 | | | | | | |
| | сметана | 8 | 8 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | капуста | 150 | 120 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 20 | 16 | | | | | | |
| | | | | 130 | 3,07 | 9,96 | 10,14 | 133,14 | |
| Чай сладкий №99 | чай | 0,6 | 0,6 | | | | | | |
| | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | | | | 150 | - | - | 11,88 | 45,48 | |
| Батон №5 | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30 | 2,31 | 0,9 | 14,7 | 69,6 | |
| Яблоко №102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 | |
| | Всего за упл. полдник | | | | 19,06 | 16,45 | 52,8 | 415,68 | |
| ИТОГО за день: | | | | | 53,09 | 61,62 | 200,49 | 1540,12 | |
| Соль йодированная | | 4 | 4 | | | | | | |

8 день (с 3 до 7 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|--|-------------------------|------------------|-------|--------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша пшеница №31 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | пшено | 30 | 30 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 200 | 7,9 | 9,68 | 32,33 | 249,2 | |
| Чай с молоком №97 | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | молоко | 170 | 170 | | | | | | |
| | чай | 0,7 | 0,7 | | | | | | |
| | | | | 200 | 4,9 | 5,44 | 21,86 | 151,66 | |
| Батон с маслом и сыром №3 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | сыр | 11 | 10,67 | | | | | | |
| | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30/5/10,67 | 4,79 | 7,59 | 14,76 | 141,49 | |
| | Всего за завтрак | | | | 17,59 | 22,71 | 68,95 | 542,35 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый №80 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| Печенье № 57 | печенье | 30 | | | | | | | |
| | | | | 30 | 2,25 | 3,3 | 22,2 | 130,2 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 2,7 | 3,3 | 35,7 | 187,2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат , свекольный №73 | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | свекла | 80 | 64 | | | | | | |
| | | | | 60 | 0,96 | 3,03 | 5,82 | 53,85 | |
| Суп овощной со сметаной на курином бульоне №86 | куры(филе) | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | 10 | 10 | | | | | | |
| | картофель | 50 | 37,5 | | | | | | |
| | капуста | 70 | 56 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 22 | 17,6 | | | | | | |
| | | | | 200 | 4,05 | 5,32 | 11,43 | 106,61 | |
| Жаркое домашнему №18 | куры(филе) | 60 | 54,6 | | | | | | |
| | масло слив. | 6 | 6 | | | | | | |
| | масло раст. | 4 | 4 | | | | | | |
| | картофель | 220 | 165 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 30 | 24 | | | | | | |
| | | | | 200 | 13,67 | 18,79 | 29,73 | 351,57 | |
| Лимонный напиток №45 | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | лимон | 11 | 9,68 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,009 | 0,009 | 13,68 | 56,25 | |

| | | | | | | | | | |
|----------------------------|-----------------------|-----|------|------|-------|-------|--------|---------|--|
| Хлеб ржаной №95 | хлеб ржаной | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 50 | 2,45 | 0,5 | 23,0 | 102,5 | |
| | Всего за обед | | | | 21,14 | 27,65 | 83,66 | 670,78 | |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | |
| Котлета рыбная №42 | рыба | 130 | 81,9 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | | |
| | яйцо | 1/8 | 4,35 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | | |
| | батон | 10 | 10 | | | | | | |
| | | | | 70 | 14,24 | 3,85 | 6,6 | 99,26 | |
| Овощи тушеные №55 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | масло раст. | 5 | 5 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | капуста | 220 | 176 | | | | | | |
| | лук репчатый | 20 | 16,8 | | | | | | |
| | морковь | 30 | 24 | | | | | | |
| | сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 160 | 4,2 | 10,07 | 13,68 | 159,4 | |
| Чай сладкий №99 | чай | 0,8 | 0,8 | | | | | | |
| | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,14 | - | 13,87 | 53,06 | |
| Батон №5 | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 3,08 | 1,2 | 19,6 | 104,8 | |
| Яблоко №102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 | |
| | Всего за укл. полдник | | | | 22,04 | 15,5 | 63,23 | 460,08 | |
| ИТОГО за день: | | | | | 63,17 | 69,16 | 251,54 | 1860,41 | |
| Соль йодированная | | 6 | 6 | | | | | | |

9 день (с 1 до 3 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|--|--------------------------------|------------------|-------|----------------|-----------|-------|-------|--------|--------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша манная №29 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 150 | 150 | | | | | | |
| | манка | 18 | 18 | | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | 180 | 6,04 | 10,12 | 22,14 | 210,46 | |
| Кофейный напиток с молоком №43 | молоко | 130 | 130 | | | | | | |
| | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | коф. напиток | 2,5 | 2,5 | | | | | | |
| | | | | | 150 | 3,64 | 4,16 | 17,99 | 120,88 |
| Батон с маслом и сыром №3 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | сыр | 7 | 6,79 | | | | | | |
| | | | | | 30/5/6,79 | 3,91 | 6,47 | 14,7 | 113,04 |
| | Всего за завтрак | | | | 13,59 | 20,75 | 54,83 | 444,39 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Молоко №48 | молоко | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат витаминный №68 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сахар | 1 | 1 | | | | | | |
| | яблоко | 15 | 13,2 | | | | | | |
| | капуста | 25 | 20,0 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | | | | | 40 | 0,57 | 2,24 | 4,09 | 36,71 |
| Снекольник со сметаной на мясном бульоне №74 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | 8 | 8 | | | | | | |
| | картофель | 50 | 37,5 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8,4 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | свекла | 60 | 48 | | | | | | |
| | | | | 150 | 3,57 | 4,22 | 12,27 | 102,17 | |
| Мясо по строгиновски №115 | Мясо говяжья | 60 | 55,1 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | томат-паста | 3 | 3 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | соль йодированная | 0,2 | 0,2 | | | | | | |
| | морковь | 20 | 16 | | | | | | |
| | | | | 60 | 10,69 | 4,3 | 4,12 | 104,51 | |
| Картофельное Пюре №24 | масло слив. | 3 | 3 | | | | | | |
| | молоко | 20 | 20 | | | | | | |
| | картофель | 170 | 127,5 | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---------------------------|------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|--------|
| | | | | 110 | 3,13 | 3,31 | 20,38 | 129,6 |
| Напиток из с/фр №53 | сахар | 11 | 11 | | | | | |
| | сухофрукты | 10 | 10 | | | | | |
| | витамин «С» | 0,035 | 0,035 | | | | | |
| | | | | 150 | 0,18 | - | 16,39 | 67,89 |
| Хлеб ржаной №95 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | | | | | |
| | Всего за обед | | | 40 | 1,96 | 0,4 | 18,4 | 82,0 |
| Уплотненный полдник | | | | | 20,1 | 14,47 | 75,65 | 522,88 |
| Плюшка №60 | масло слив. | 2 | 3 | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | |
| | молоко | 15 | 15 | | | | | |
| | яйцо | 1/8 | 4,35 | | | | | |
| | мука | 45 | 45 | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | |
| | дрожжи | 1 | 1 | | | | | |
| | | | | 70 | 4,38 | 5,73 | 24,33 | 170,4 |
| Суп молочный рисовый № 84 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | |
| | молоко | 160 | 160 | | | | | |
| | рис | 16 | 16 | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | |
| | | | | 180 | 5,64 | 8,88 | 21,92 | 190,02 |
| Чай с лимоном №96 | чай | 0,7 | 0,7 | | | | | |
| | сахар | 12 | 12 | | | | | |
| | лимон | 3 | 2,64 | | | | | |
| | | | | 180 | 0,003 | 0,003 | 11,96 | 46,35 |
| Батон №5 | батон | 20 | 20 | | | | | |
| | | | | 20 | 1,54 | 0,6 | 9,8 | 46,4 |
| Яблоко № 102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 |
| | Всего за уплотненный полдник | | | | 11,94 | 15,59 | 77,49 | 496,73 |
| ИТОГО за день | | | | | 49,83 | 55,61 | 216,02 | 1551,0 |
| Соль йодированная | | 4 | 4 | | | | | |

9 день (с 3 до 7 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|--|--------------------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша манная №29 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | манка | 26 | | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 200 | 6,84 | 8,66 | 29,48 | 224,23 | |
| Кофейный напиток с молоком №43 | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | коф. напиток | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | 200 | 4,48 | 5,12 | 21,38 | 145,88 | |
| Батон с маслом и сыром №3 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | сыр | 10 | 9,7 | | | | | | |
| | | | | 40/5/9,7 | 5,55 | 7,89 | 19,66 | 160,77 | |
| | Всего за завтрак | | | | 16,87 | 21,67 | 70,52 | 530,88 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Молоко №48 | молоко | 200 | 200 | | | | | | |
| | | | | 200 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат витаминный №68 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| | яблоко | 15 | 13,2 | | | | | | |
| | капуста | 40 | 32 | | | | | | |
| | морковь | 20 | 16 | | | | | | |
| | | | | 60 | 0,85 | 2,06 | 6,16 | 46,26 | |
| Свекольник со сметаной на мясном бульоне №74 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | 10 | 10 | | | | | | |
| | картофель | 50 | 37,5 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 22 | 17,6 | | | | | | |
| | свекла | 70 | 56 | | | | | | |
| | | | | 200 | 3,79 | 4,53 | 9,59 | 93,04 | |
| Мисо по строгоновски №115 | Мясо говяжья | 70 | 65,1 | | | | | | |
| | масло слив. | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | томат-паста | 3 | 3 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | лук репчатый | 22 | 18,4 | | | | | | |
| | соль йодированная | 0,2 | 0,2 | | | | | | |
| | морковь | 30 | 24 | | | | | | |
| | | | | 80 | 11,69 | 6,29 | 3,4 | 123,4 | |
| Картофельное Пюре №24 | масло слив. | 13 | 13 | | | | | | |
| | молоко | 10 | 10 | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|---------------------------|-----------------------------|------|-------|------|-------|-------|--------|---------|--|
| | картофель | 190 | 142,5 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,25 | - | 20,57 | 80,91 | |
| Напиток из с/фр №53 | сахар | 13 | 13 | | | | | | |
| | сухофрукты | 14 | 14 | | | | | | |
| | витамины «С» | 0,05 | 0,05 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,25 | - | 20,57 | 80,91 | |
| Хлеб ржаной №95 | Хлеб ржаной | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 50 | 2,45 | 0,5 | 23,0 | 102,5 | |
| | Всего за обед | | | | 22,76 | 18,51 | 86,99 | 606,26 | |
| Удотненный полдник | | | | | | | | | |
| Плюшка №60 | масло слив. | 2 | 3 | | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | молоко | 15 | 15 | | | | | | |
| | яйцо | 1/8 | 4,35 | | | | | | |
| | мука | 45 | 45 | | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| | дрожжи | 1 | 1 | | | | | | |
| | | | | 70 | 4,38 | 5,73 | 24,33 | 170,4 | |
| Суп молочный рисовый № 84 | масло слив. | 6 | 6 | | | | | | |
| | молоко | 150 | 150 | | | | | | |
| | рис | 18 | 18 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 200 | 5,49 | 7,86 | 24,78 | 191,75 | |
| Чай с лимоном №96 | чай | 0,7 | 0,7 | | | | | | |
| | сахар | 14 | 14 | | | | | | |
| | лимон | 3 | 2,64 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,003 | 0,003 | 11,97 | 46,21 | |
| Батон №5 | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 3,08 | 1,2 | 19,6 | 92,8 | |
| Яблоко № 102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 | |
| | Всего за удотненный полдник | | | | 20,89 | 16,22 | 97,86 | 648,48 | |
| ИТОГО за день | | | | | 66,12 | 62,8 | 264,77 | 1901,62 | |
| Соль йодированная | | 6 | 6 | | | | | | |

10 день (с 1 до 3 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|---|-------------------------|------------------|-------|--------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша пшеничная №30 | масло слив. | 4 | 4 | | | | | | |
| | молоко | 140 | 140 | | | | | | |
| | пшеничка | 20 | 20 | | | | | | |
| | сахар | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | 180 | 5,58 | 6,98 | 20,26 | 178,42 | |
| Какао со сгущенным молоком №20 | какао | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| | молоко сгущ. | 38 | 38 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 150 | 2,75 | 3,23 | 26,23 | 146,25 | |
| Батон с маслом и сыром №3 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | сыр | 7 | 6,79 | | | | | | |
| | батон | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30/5/6,79 | 3,91 | 6,47 | 14,76 | 113,04 | |
| | Всего за завтрак | | | | 12,24 | 16,68 | 61,25 | 437,71 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый №80 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат морковный №72 | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | сахар | 1 | 1 | | | | | | |
| | морковь | 55 | 44 | | | | | | |
| | | | | 40 | 0,57 | 2,024 | 4,15 | 34,97 | |
| Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне №82 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | вермишель | 5 | 5 | | | | | | |
| | картофель | 60 | 45 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8,4 | | | | | | |
| | морковь | 15 | 12 | | | | | | |
| | | | | 150 | 3,66 | 3,01 | 15,62 | 107,7 | |
| Капуста тушеная с мясом №21 | Говядина б/к | 50 | 45,5 | | | | | | |
| | масло слив. | 4 | 4 | | | | | | |
| | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | капуста | 200 | 160 | | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8,4 | | | | | | |
| | морковь | 20 | 16 | | | | | | |
| | | | | 170 | 8,08 | 7,45 | 8,61 | 189,93 | |
| Компот из свежих яблок №39 | сахар | 10 | 10 | | | | | | |
| | яблоко | 20 | 17,6 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,08 | 0,08 | 12,22 | 48,56 | |
| Хлеб ржаной №95 | хлеб ржаной | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 50 | 2,45 | 0,5 | 23,0 | 102,5 | |
| | Всего за обед | | | | 14,84 | 13,06 | 63,6 | 483,66 | |

| | | | | | | | | |
|---|-------------------------|-----|-------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Уплотненный подник | | | | | | | | |
| Картофельно- рыбная запеканка с томатным соусом №25, №93 | рыба | 100 | 63 | | | | | |
| | масло слив. | 3 | 3 | | | | | |
| | масло раст. | 4 | 4 | | | | | |
| | молоко | 40 | 40 | | | | | |
| | сметана | 5 | 5 | | | | | |
| | яйцо | 1/3 | 11,31 | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | |
| | картофель | 190 | 142,5 | | | | | |
| | лук репчатый | 10 | 8 | | | | | |
| | морковь | 10 | 8 | | | | | |
| | томат. паста | 2 | 2 | | | | | |
| | | | | 180/20 | 17,58 | 10,3 | 22,68 | 281,34 |
| Чай с соком № 98 | чай | 0,5 | 0,5 | | | | | |
| | сахар | 10 | 10 | | | | | |
| | сок | 50 | 50 | | | | | |
| | | | | 150 | 0,15 | - | 10,46 | 42,16 |
| Батон №5 | батон | 30 | 30 | | | | | |
| | | | | 30 | 2,31 | 0,9 | 14,7 | 69,6 |
| Яблоко №102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 43,56 |
| | Всего за укл. подник | | | | 20,42 | 11,58 | 57,32 | 436,66 |
| Итого за день: | | | | | 39,87 | 41,32 | 195,67 | 1415,03 |
| Соль йодированная | | 4 | 4 | | | | | |

10 день (с 3 до 7 лет)

| Название блюда | Перечень продуктов | Кол-во продуктов | | Выход блюда, г | Б | Ж | У | ККАЛ | Вит С |
|---|-------------------------|------------------|-------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| | | брутто | нетто | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| Каша пшеничная № 30 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 160 | 160 | | | | | | |
| | пшеничка | 30 | 30 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 200 | 7,12 | 8,98 | 29,95 | 230,12 | |
| Какао со стухенным молоком №20 | какао | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| | Молоко стущ. | 38 | 38 | | | | | | |
| | сахар | 5 | 5 | | | | | | |
| | | | | 200 | 2,75 | 3,23 | 26,23 | 146,25 | |
| Батон с маслом и сыром №3 | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | сыр | 11 | 10,67 | | | | | | |
| | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40/5/10,67 | 5,55 | 7,89 | 19,66 | 164,26 | |
| | Всего за завтрак | | | | 15,42 | 20,1 | 75,84 | 540,63 | |
| Второй завтрак | | | | | | | | | |
| Сок фруктовый № 80 | сок | 150 | 150 | | | | | | |
| | | | | 150 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | |
| Печенье № 57 | печенье | 30 | 30 | | | | | | |
| | | | | 30 | 2,25 | 3,3 | 22,2 | 130,2 | |
| | Всего за второй завтрак | | | | 2,7 | 3,3 | 35,7 | 187,2 | |
| Обед | | | | | | | | | |
| Салат морковный № 72 | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | |
| | сахар | 2 | 2 | | | | | | |
| | морковь | 70 | 56 | | | | | | |
| | | | | 60 | 0,73 | 3,03 | 6,01 | 51,35 | |
| Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне №82 | говядина б/к | 10 | 8,9 | | | | | | |
| | масло раст. | 2 | 2 | | | | | | |
| | вермишель | 7 | 7 | | | | | | |
| | картофель | 70 | 52,5 | | | | | | |
| | лук репчатый | 15 | 12,6 | | | | | | |
| | морковь | 22 | 17,6 | | | | | | |
| | | | | 200 | 3,75 | 3,68 | 15,91 | 115,07 | |
| Капуста тушеная с мясом №21 | говядина | 45 | 40,95 | | | | | | |
| | масло слив. | 6 | 6 | | | | | | |
| | масло раст. | 4 | 4 | | | | | | |
| | капуста | 220 | 176 | | | | | | |
| | лук репчатый | 20 | 16,8 | | | | | | |
| | морковь | 30 | 24 | | | | | | |
| | | | | 220 | 12,77 | 18,07 | 11,61 | 226,2 | |
| Компот из свежих яблок №39 | сахар | 13 | 13 | | | | | | |
| | Яблоко | 20 | 17,6 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,09 | 0,09 | 14,93 | 58,71 | |

| | | | | | | | | | |
|-----------------|---------------|----|----|----|-------|-------|-------|--------|--|
| Хлеб ржаной.№95 | хлеб ржаной | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 50 | 2,45 | 0,5 | 23,0 | 102,5 | |
| | Всего за обед | | | | 19,79 | 25,37 | 71,46 | 553,83 | |

| | | | | | | | | | |
|--|-----------------------|-----|-------|------|--------|-------|--------|---------|--------|
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | |
| Картофельно-рыбная запеканка с томатно-сметанным соусом №25 № 93 | рыба | 130 | 81,9 | | | | | | |
| | масло слив. | 5 | 5 | | | | | | |
| | масло раст. | 5 | 5 | | | | | | |
| | молоко | 40 | 40 | | | | | | |
| | сметана | 5 | 5 | | | | | | |
| | яйцо | 1/3 | 11,31 | | | | | | |
| | мука | 4 | 4 | | | | | | |
| | картофель | 220 | 165 | | | | | | |
| | лук репчатый | 20 | 16 | | | | | | |
| | морковь | 30 | 24 | | | | | | |
| | томат.паста | 3 | 3 | | | | | | |
| | | | | | 220/20 | 19,11 | 12,52 | 33,72 | 343,62 |
| Чай с соком № 98 | чай | 0,6 | 0,6 | | | | | | |
| | сахар | 12 | 12 | | | | | | |
| | сок | 50 | 50 | | | | | | |
| | | | | 200 | 0,15 | - | 18,38 | 72,48 | |
| Батон №5 | батон | 40 | 40 | | | | | | |
| | | | | 40 | 3,08 | 1,2 | 19,6 | 92,8 | |
| Яблоко №102 | яблоко | 110 | 96,8 | | | | | | |
| | | | | 96,8 | 0,38 | 0,38 | 9,48 | 12,58 | |
| | Всего за упл. полдник | | | | 22,72 | 17,1 | 81,18 | 521,48 | |
| Итого за день: | | | | | 60,63 | 65,87 | 264,18 | 1803,14 | |
| Соль * йодированная * | | 6 | 6 | | | | | | |

Выполнение норм физиологической потребности для детей с 3 до 7 лет в среднем за 10 дней

| дни | завтрак | | | | II завтрак | | | | обед | | | | Уплотненный полдник | | | | итого |
|------------------|---------|-------|-------|--------|------------|------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|---------------------|-------|-------|--------|---------|
| | Б | Ж | У | ККАЛ | Б | Ж | У | ККАЛ | Б | Ж | У | ККАЛ | Б | Ж | У | ККАЛ | |
| 1 | 7,4 | 9,37 | 63,19 | 363,87 | 2,7 | 3,3 | 35,7 | 187,2 | 27,43 | 25,55 | 90,12 | 700,07 | 14,26 | 17,64 | 92,05 | 573,34 | 1825,08 |
| 2 | 29,66 | 17,17 | 72,18 | 643,08 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | 26,14 | 30,26 | 94,53 | 720,73 | 16,87 | 18,1 | 71,47 | 411,6 | 1891,41 |
| 3 | 17,71 | 22,4 | 72,88 | 553,81 | 2,7 | 3,3 | 35,7 | 187,2 | 25,16 | 29,14 | 86,83 | 695,28 | 26,78 | 20,56 | 71,93 | 576,47 | 2012,76 |
| 4 | 17,85 | 18,08 | 68,47 | 496,83 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | 35,36 | 32,77 | 104,09 | 712,31 | 33,83 | 17,04 | 83,45 | 627,42 | 1893,56 |
| 5 | 14,27 | 12,84 | 77,32 | 523,7 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | 25,22 | 20,26 | 92,55 | 654,83 | 14,85 | 24,34 | 56,11 | 572,74 | 1867,27 |
| 6 | 12,67 | 15,87 | 81,08 | 508,64 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | 25,64 | 26,55 | 86,81 | 678,28 | 16,19 | 21,12 | 89,21 | 596,0 | 1839,92 |
| 7 | 16,78 | 19,28 | 72,87 | 517,05 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | 26,62 | 27,1 | 81,01 | 683,27 | 33,04 | 16,3 | 83,21 | 682,64 | 1998,96 |
| 8 | 17,59 | 22,71 | 68,95 | 542,35 | 2,7 | 3,3 | 35,7 | 187,2 | 21,14 | 27,65 | 83,66 | 670,78 | 22,04 | 15,5 | 63,23 | 460,08 | 1860,41 |
| 9 | 16,87 | 21,67 | 70,52 | 530,88 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | 22,76 | 18,51 | 86,99 | 606,26 | 20,89 | 16,22 | 97,86 | 648,48 | 1901,62 |
| 10 | 15,42 | 20,1 | 75,84 | 540,63 | 2,7 | 3,3 | 35,7 | 187,2 | 19,79 | 25,37 | 71,46 | 553,83 | 22,72 | 17,1 | 81,18 | 521,48 | 1803,14 |
| Всего за 10 дней | 16,62 | 17,94 | 72,33 | 522,08 | 3,41 | 4,08 | 20,74 | 132,74 | 25,52 | 26,31 | 87,80 | 667,56 | 22,14 | 18,4 | 78,9 | 567,0 | 1889,4 |

Выполнение норм физиологической потребности для детей с 1 до 3 лет в среднем за 10 дней

| дни | завтрак | | | | II завтрак | | | | обед | | | | Ужино-вечерний полдник | | | | итого |
|------------------|---------|-------|-------|--------|------------|------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|------------------------|-------|-------|--------|---------|
| | Б | Ж | У | ККАЛ | Б | Ж | У | ККАЛ | Б | Ж | У | ККАЛ | Б | Ж | У | ККАЛ | |
| 1 | 6,38 | 7,82 | 54,29 | 309,37 | 1,95 | 2,2 | 28,3 | 144,2 | 20,51 | 23,40 | 67,69 | 555,29 | 10,96 | 17,18 | 76,73 | 479,45 | 1488,31 |
| 2 | 25,44 | 15,55 | 57,14 | 540,13 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | 22,21 | 43,65 | 69,39 | 574,76 | 13,16 | 14,95 | 68,69 | 455,32 | 1657,21 |
| 3 | 14,15 | 19,04 | 55,09 | 437,3 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | 20,43 | 22,50 | 67,82 | 545,05 | 23,77 | 18,08 | 62,21 | 500,58 | 1539,93 |
| 4 | 13,65 | 19,89 | 51,7 | 431,88 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | 32,0 | 28,47 | 62,49 | 584,35 | 27,74 | 15,11 | 57,11 | 548,27 | 1621,5 |
| 5 | 11,31 | 15,98 | 63,16 | 435,9 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | 20,92 | 13,05 | 75,28 | 508,18 | 6,41 | 7,17 | 77,7 | 402,23 | 1433,31 |
| 6 | 11,79 | 14,58 | 75,98 | 456,27 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | 21,88 | 21,24 | 74,27 | 551,37 | 12,14 | 15,82 | 68,0 | 459,82 | 1524,46 |
| 7 | 11,89 | 16,47 | 48,81 | 384,56 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | 22,23 | 22,78 | 72,81 | 576,64 | 27,79 | 13,07 | 71,19 | 581,35 | 1629,55 |
| 8 | 14,01 | 19,68 | 53,06 | 430,2 | 1,95 | 2,2 | 28,3 | 144,2 | 18,07 | 23,29 | 66,43 | 550,04 | 19,06 | 16,45 | 52,8 | 415,68 | 1540,12 |
| 9 | 13,59 | 20,75 | 54,83 | 444,39 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 87,0 | 20,1 | 14,47 | 76,65 | 522,88 | 11,94 | 15,59 | 77,49 | 496,73 | 1551,0 |
| 10 | 12,24 | 16,68 | 61,25 | 437,71 | 0,45 | - | 13,5 | 57,0 | 14,84 | 13,06 | 63,6 | 483,66 | 20,42 | 11,58 | 57,32 | 436,66 | 1415,03 |
| Всего за 10 дней | 13,44 | 16,64 | 57,53 | 430,7 | 2,25 | 2,36 | 13,88 | 86,4 | 21,32 | 22,6 | 69,6 | 545,2 | 17,34 | 14,5 | 66,92 | 477,6 | 1540,0 |

Выполнение норм физиологической потребности для детей с 3 до 7 лет в среднем за 10 дней в %

| дни | завтрак | II завтрак | обед | Уплотненный полдник |
|------------------------|---------|------------|-------|------------------------|
| 1 | 20,2% | 10,4% | 38,8% | 31,8% |
| 2 | 35,7% | 6,4% | 40,0% | 22,8% |
| 3 | 30,7% | 10,4% | 38,6% | 32,0% |
| 4 | 27,6% | 3,1% | 39,5% | 34,8% |
| 5 | 29,0% | 6,4% | 36,3% | 31,8% |
| 6 | 28,2% | 3,1% | 37,6% | 33,1% |
| 7 | 28,7% | 6,4% | 37,9% | 37,9% |
| 8 | 30,1% | 10,4% | 37,2% | 25,5% |
| 9 | 29,5% | 6,4% | 33,6% | 36,0% |
| 10 | 30,0% | 10,4% | 30,7% | 28,9% |
| Всего за 10 дней | 29,0% | 7,3% | 37,0% | 31,5% |

Выполнение норм физиологической потребности для детей с 1 до 3 лет в среднем за 10 дней в %

| дни | завтрак | II завтрак | обед | Уплотненный полдник |
|------------------------|---------|------------|-------|------------------------|
| 1 | 22% | 10,3% | 39,6% | 34,2% |
| 2 | 38,5% | 6,2% | 41% | 32,5% |
| 3 | 31,2% | 4,0% | 38,9% | 35,7% |
| 4 | 30,8% | 4,0% | 41,7% | 39,1% |
| 5 | 31,1% | 6,2% | 36,2% | 28,7% |
| 6 | 32,5% | 4,0% | 39,3% | 32,8% |
| 7 | 27,4% | 6,2% | 41,1% | 41,5% |
| 8 | 30,7% | 10,3% | 39,2% | 29,7% |
| 9 | 31,7% | 6,2% | 37,3% | 35,4% |
| 10 | 31,2% | 4,0% | 34,5% | 31,1% |
| Всего за 10 дней | 30,7% | 6,1% | 38,9% | 34,1% |