

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад «Улыбка» с. Бисерово
Афанасьевского муниципального округа Кировской области

Утверждаю
Заведующий
МБДОУ д/с «Улыбка»
с. Бисерово
от «01» марта 2025 г.
_____Бисерова Л.В.

ПРИМЕРНОЕ
циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте
от 1 до 7 лет, посещающих с 10,5 часовым пребыванием муниципальное
бюджетное дошкольное учреждение детский сад «Улыбка» с. Бисерово
(МБДОУ детский сад «Улыбка» с. Бисерово)
в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов
на 2025 учебный год
(весна-лето)

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
1. Каша манная 2. Какао с молоком 3. Хлеб	1. Суп молочный с крупой 2. Кофейный напиток 3. Хлеб с сыром	1. Каша пшеничная 2. Кофейный напиток 3. Хлеб	1. Каша овсяная 2. Чай с молоком 3. Хлеб с сыром	1. Суп молочный с крупой 2. Какао с молоком 3. Хлеб	1. Каша пшеничная 2. Кофейный напиток 3. Хлеб	1. Каша манная 2. Чай с молоком 3. Хлеб с маслом	1. Суп молочный с крупой 2. Кофейный напиток 3. Хлеб	1. Каша пшеничная 2. Какао с молоком 3. Хлеб с маслом	1. Суп молочный с крупой 2. Кофейный напиток 3. Хлеб
II Завтрак									
Яблоко свежее		Сок персиковый		Банан свежий	Яблоко свежее		Сок персиковый		Банан свежий
Обед									
1. Суп с рыбной консервой (сайра) 2. Картофельное пюре 3. Котлета из говядины 4. Компот из смеси сухофруктов 5. Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с вермишелью 2. Плов из курицы 3. Компот из свежих плодов 4. Хлеб ржаной	1. Суп из овощей 2. Рыба припущенная (минтай) 3. Макароны изделия с маслом 4. Компот из смеси сухофруктов 5. Хлеб ржаной	1. Борщ 2. Тефтели из говядины с рисом 3. Греча с маслом 4. Компот из свежих плодов 5. Хлеб ржаной	1. Рассольник домашний 3. Тефтели рыбные (минтай) 4. Картофельное пюре 5. Чай с сахаром 6. Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с бобовыми 2. Жаркое по - домашнему 3. Кисель из яблок 4. Хлеб ржаной	1. Свекольник 3. Греча с маслом 4. Гуляш из говядины 4. Компот из смеси сухофруктов витамином 5. Хлеб ржаной	1. Суп картофельный с вермишелью 2. Рагу из овощей 3. Котлета из птицы 4. Чай с сахаром 5. Хлеб ржаной	1. Суп крестьянский с крупой 2. Котлеты рыбные (минтай) 3. Макароны изделия с маслом 4. Компот из свежих плодов 5. Хлеб ржаной	1. Рассольник ленинградский 2. Рис с маслом 3. Фрикадельки из говядины 4. Компот из смеси сухофруктов 5. Хлеб ржаной
Полдник									
1. Суп молочный с вермишелью 2. Чай с лимоном и сахаром 3. Хлеб	1. Булочка школьная 2. Йогурт	1. Пряник 2. Чай с лимоном и сахаром	1. Ватрушка творожная 2. Чай с сахаром	1. Омлет 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	1. Коржик молочный 2. Чай с лимоном и сахаром 3. Хлеб	1. Суп молочный с вермишелью 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	1. Пряник 2. Йогурт	1. Булочка школьная 2. Чай с лимоном и сахаром.	1. Запеканка творожная 2. Чай с сахаром
Калорийность всего за день (ккал):									
1396,88	1297,34	1225,86	1452,07	1255,34	1312,14	1354,96	1253,63	1281,19	1476,6

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: от 1,5 до 3-х лет и от 3-х до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		Витамин С		№ рецептур
				Белки		Жиры		Углеводы						
		1-3 л	3-7л	1-3л	3-7л	1-3л	3-7л	1-3 л	3-7л	1-3 л	3-7 л	1-3 л	3-7 л	
Неделя 1 День 1														Новосибирск
Завтрак	Каша манная	150	200	3,98	5,3	4,28	5,7	18,98	25,3	130,73	174,3	0,41	0,55	27к/2020
	Какао с молоком	150	200	3,45	4,6	2,7	3,6	9,45	12,6	75,3	100,4	0,51	0,68	21гн/2020
	Хлеб	35	40	2,66	3,04	0,32	0,36	17,4	19,89	79,1	90,4	0	0	
Завтрак 2	Фрукты	150	200	0,6	0,8	0,5	0,67	13,4	17,87	60,5	80,67	9,5	10	
Итого за завтрак				10,69	13,74	7,8	10,33	59,24	75,66	345,63	445,77	10,42	11,23	
Обед	Суп с рыбной консервой (сайра)	180	200	5,31	5,9	6,08	6,76	11,29	12,54	121,14	134,6	4,73	5,26	27с/2020
	Котлета из говядины	60	80	11	14,7	10,5	14	9,9	13,2	177	236	0,1	0,13	4м/2020
	Картофельное пюре	120	150	2,6	3,2	4,2	5,2	15,8	19,8	111,5	139,4	8,16	10,2	11г/2020
	Компот из смеси сухофруктов	180	200	0,45	0,5	0	0	17,82	19,8	72,90	81	0,02	0,02	1хн/2020
	Хлеб ржаной	40	50	2,72	3,4	0,48	0,6	18,56	23,2	86	107,5	0	0	
Итого за обед				22,08	27,7	21,26	26,56	73,37	88,54	568,54	698,5	13,01	15,61	
Полдник	Суп молочный с мак.изделиями	180	200	4,95	5,5	4,09	4,54	16,07	17,86	120,80	134,22	0,55	0,73	19к/2020
	Чай с лимоном и сахаром	180	200	0,27	0,3	0	0	5,88	6,7	25,11	27,99	1,04	1,16	3гн/2020
	Хлеб пшеничный	30	40	2,28	3,04	0,27	0,36	14,91	19,88	67,8	90,4	0	0	
Итого за полдник				7,5	8,84	4,36	4,9	36,86	44,44	213,71	252,61	1,59	1,89	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				40,27	51,08	33,42	38,72	169,47	226,38	1127,88	1396,88	25,02	18,73	
День 2														
Завтрак	Суп молочный с крупой	150	200	3,68	4,9	3,38	4,5	13,79	18,38	100,11	133,48	0,55	0,73	18к/2020
	Кофейный напиток	180	200	3,42	3,8	2,61	2,9	10,17	11,3	77,4	86	0,47	0,52	23гн/2020
Завтрак 2	Бутерброд с сыром	35/10	50/15	5,06	7,4	4,85	4,75	17,4	24,8	114,9	166,8	0,07	0,1	1з/2020
Итого за завтрак				12,06	15,95	9,31	12,15	41,36	54,54	292,41	386,18	1,09	1,35	
Обед	Суп картофельный с мак.издел.	180	200	4,3	4,78	1,98	2,2	13,99	15,54	90,77	100,86	4,75	5,28	24с/2020
	Плов из курицы	150	220	20,5	30,07	6,1	8,9	24,9	36,52	236	346,1	1,78	2,61	12м/2020
	Компот из свежих яблок	180	200	0,14	0,15	0,13	0,14	8,9	9,93	37,36	41,5	1,44	1,6	32хн/2020
	Хлеб ржаной	40	50	2,72	3,4	0,48	0,6	18,56	23,2	86	107,5	0	1,44	
Итого за обед				27,66	38,4	8,69	11,84	66,3	85,19	450,12	595,96	7,97	10,93	
Полдник	Булочка школьная	60	70	5,2	6	1,8	2,1	34	40	172,6	201,4	0	0	9в/2020
	Йогурт	180	200	8,5	9,44	5,1	5,66	5,7	6,33	102,4	113,8	1,2	1,44	
Итого за полдник				13,7	15,44	6,9	7,76	39,7	46,33	275	315,2	1,2	1,44	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				53,42	69,79	24,9	31,75	147,36	186,06	1017,53	1297,34	10,26	13,72	
День 3														
Завтрак	Каша пшеничная	150	200	5,1	6,8	4,35	5,8	24,08	32,1	156,23	208,3	0,2	0,3	23к/2020
	Чай с молоком	180	200	1,44	1,6	0,99	1,1	7,83	8,7	45,81	50,9	0,27	0,3	4гн/2020
	Хлеб	35	45	2,66	3,42	0,32	0,41	17,4	22,38	79,1	101,7	0	0	

Завтрак 2	Сок	180	200	0,54	0,6	0	0	27,54	30,6	112,14	124,6	9	10	
Итого за завтрак				9,74	12,42	5,66	7,31	76,85	93,78	281,14	485,5	9,47	10,6	
Обед	Суп из овощей	180	200	1,28	1,42	1,76	1,96	7,29	8,1	49,97	55,52	6,14	6,82	17с/2020
	Рыба припущенная	60	80	7,9	10,5	4,5	6	1,7	2,3	79	105,3	0,68	0,91	7р/2020
	Макароны отварные	120	150	4,3	5,4	3,9	4,9	26,2	32,8	157,4	196,8	0	0	1г/2020
	Компот из сухофруктов	180	200	0,45	0,5	0	0	17,82	19,8	72,9	81	0,02	0,02	1хн/2020
	Хлеб ржаной	30	40	2,72	3,4	0,48	0,6	18,56	23,2	86	107,5	0	1,44	
Итого за обед				16,65	21,22	10,64	13,46	71,57	86,2	445,27	546,12	6,84	9,19	
Полдник	Пряник	40	50	2,2	2,75	1,7	2,13	27,3	34,13	133	166,25	1,04	1,16	
	Чай с лимоном и сахаром	180	200	0,27	0,3	0	0	5,88	6,7	25,11	27,99	0	0	3гн/2020
Итого за полдник				2,47	3,05	1,7	2,13	33,18	40,83	158,11	194,24	1,04	1,16	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				28,86	36,69	18	22,9	181,6	220,8	996,66	1225,86	17,35	20,95	
День 4														
Завтрак	Каша овсяная	150	200/	5,1	6,8	5,63	7,5	18,53	24,7	144,45	192,6	0,46	0,61	22к/2020
	Кофейный напиток	150	200	2,85	3,8	2,18	2,9	8,48	11,3	64,5	86	0,39	0,52	23гн/2020
Завтрак 2	Бутерброд с маслом	35/7	50/10	2,73	3,9	5,36	7,65	17,47	24,96	125,37	179,1	0	0	193з/2020
Итого за завтрак				10,68	14,5	13,17	18,05	44,48	60,96	334,32	457,7	0,85	1,13	
Обед	Борщ	180	200	3,89	4,32	3,11	3,46	6,71	7,46	70,43	78,26	5,51	6,12	22с/2020
	Тефтели из говядины с рисом	60	80	7,9	10,5	8	10,7	7,4	9,9	133,1	177,5	0,76	1,01	15м/2020
	Каша гречневая рассыпчатая	120	150	6,6	8,3	5	6,3	28,8	36	187	233,7	0	0	4г/2020
	Соус	20	30	0,66	0,99	0,48	0,72	1,78	2,67	14,16	21,24	0,54	0,8	3соус/2020
	Компот из яблок	180	200	0,14	0,15	0,13	0,14	8,94	9,93	37,35	41,5	1,44	1,6	32хн/2020
	Хлеб ржаной	45	55	3,06	3,74	0,54	0,66	20,88	25,52	96,75	118,25	0	1,44	
Итого за обед				22,25	28	17,26	21,98	74,51	91,48	538,79	670,45	8,25	10,97	
Полдник	Ватрушка творожная	50	80	8,3	13,28	10,4	16,64	15	24	185,7	297,12	0,07	0,1	1в/2020
	Чай с сахаром	180	200	0,18	0,2	0	0	5,85	6,5	24,12	26,8	0,03	0,04	2гн/2020
Итого за полдник				8,48	13,48	10,4	16,64	20,85	30,5	209,82	323,92	0,1	0,14	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				41,11	55,98	40,83	56,67	139,84	182,94	1082,93	1452,07	9,2	12,24	
День 5														
Завтрак	Суп молочный с крупой	150	200	3,68	4,9	3,38	4,5	13,79	18,38	100,11	133,48	0,39	0,47	18к/2020
	Какао	150	200	3,45	4,6	2,7	3,6	9,45	12,6	75,3	100,4	0,51	0,68	21гн/2020
	Хлеб	35	50	2,66	3,04	0,32	0,36	17,4	19,89	79,1	90,4	0	0	
Завтрак 2	Фрукты	150	150	2,1	2,1	0	0	30,6	30,6	130,8	130,8	9,5	10	
Итого за завтрак				11,89	14,64	6,4	8,46	71,24	81,47	385,31	455,08	10,4	11,15	
Обед	Рассольник домашний	180	200	1,75	1,94	4,61	5,12	10,08	11,2	88,61	98,46	16,58	18,42	4с/2020
	Тефтели рыбные	60	80	7,7	10,3	4,8	6,4	7,6	10,1	104,3	139,1	0,42	0,56	11р/2020
	Картофельное пюре	120	150	2,6	3,2	4,2	5,2	15,8	19,8	111,5	139,4	8,16	10,2	11г/2020
	Чай с сахаром	180	200	0,18	0,2	0	0	5,85	6,5	24,12	26,8	0,03	0,04	2гн/2020
	Хлеб ржаной	50	60	3,4	4,08	0,6	0,72	23,2	27,84	107,5	129	0	0	
Итого за обед				15,63	19,72	14,21	17,44	62,53	75,44	436,03	532,76	26,6	30,78	
Полдник	Омлет	70	100	3,99	5,7	5,53	7,9	0,98	1,4	105,21	150,3	0,14	0,2	1о/2020
	Чай с сахаром	180	200	0,18	0,2	0	0	5,85	6,5	24,12	26,8	0,03	0,04	2гн/2020
	Хлеб пшеничный	30	40	2,28	3,04	0,27	0,36	14,91	19,88	67,8	90,4	0	0	

Итого за полдник				6,45	8,94	5,18	8,26	21,74	27,79	197,13	267,5	1,56	1,78	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				33,04	42	26,41	34,16	161,33	189,15	1018,47	1255,34	38,56	43,71	
День 6														
Завтрак	Каша пшеничная	150	200	5,1	6,8	4,35	5,8	24,08	32,1	156,23	208,3	0,2	0,3	23к/2020
	Кофейный напиток	150	200	2,85	3,8	2,18	2,9	8,48	11,3	64,5	86	0,39	0,52	23гн/2020
	Хлеб пшеничный	35	40	2,66	3,04	0,32	0,36	17,4	19,89	79,1	90,4	0	0	
Завтрак 2	Фрукты	150	200	0,6	0,8	0,5	0,67	13,4	17,87	60,5	80,67	6	9	
Итого за завтрак				11,21	14,4	7,35	9,73	63,36	81,16	360,33	465,37	6,67	9,77	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	200	5,87	6,52	2,52	2,8	13,43	14,92	99,83	110,92	3,6	4	25с/2020
	Жаркое по-домашнему	150	200	15,1	20,2	14	18,7	12,9	17,2	238,5	318	5,72	7,15	9м/2020
	Компот из яблок	180	200	0,14	0,15	0,13	0,14	8,94	9,93	37,35	41,5	1,44	1,6	32хн/2020
	Хлеб ржаной	45	55	3,06	3,74	0,48	0,66	20,88	25,52	96,75	118,25	0	1,44	
Итого за обед				24,17	30,61	17,13	22,2	56,15	67,62	472,43	588,67	10,76	14,19	
Полдник	Коржик молочный	45	50	3	3,3	4,4	4,9	23,6	26,2	146,15	162,4	0,02	0,02	2в/2020
	Чай с лимоном и сахаром	180	200	0,27	0,3	0	0	5,88	6,7	25,11	27,9	1,04	1,16	3гн/2020
	Хлеб пшеничный	25	30	1,9	2,28	0,13	0,27	12,43	14,91	56,5	67,8	0	0	
Итого за полдник				5,17	5,88	4,53	5,17	41,91	47,81	227,76	258,1	1,06	1,18	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				40,55	50,89	29,01	37,1	161,42	196,59	1060,52	1312,14	18,49	25,14	
День 7														
Завтрак	Каша пшенная	130	150	5,4	6,23	6,57	7,58	24,44	28,2	178,69	206,18	0,35	0,54	25к/2020
	Чай с молоком	150	180	1,2	1,44	0,83	0,99	6,53	7,83	38,18	45,81	0,23	0,27	4гн/2020
Завтрак 2	Бутерброд сыром	30/5	45/15	3,43	6,87	1,77	4,7	14,9	22,4	85,7	155,4	0,04	0,1	1з/2020
Итого за завтрак				10,03	14,54	9,17	13,27	45,87	58,43	302,57	407,39	0,62	0,91	
Обед	Свекольник	180	200	1,65	1,8	3,88	4,24	9,61	10,66	79,48	88,3	6,08	6,76	18с/2020
	Гуляш	60	80	10,1	13,5	9,8	13,1	2,4	3,2	139,32	185,6	0,85	1,13	2м/2020
	Каша гречневая рассыпчатая	120	150	6,6	8,3	5	6,3	28,8	36	187	233,7	0	0	4г/2020
	Компот из смеси сухофруктов	180	200	0,45	0,5	0	0	17,82	19,8	72,9	81	0,02	0,02	1хн/2020
	Хлеб ржаной	40	50	2,72	3,4	0,48	0,6	18,56	23,2	86	107,5	0	0	
Итого за обед				21,57	27,5	19,16	24,24	7719	92,86	564,58	696,1	6,95	7,91	
Полдник	Суп молочный с мак.изделиями	150	200	4,13	5,5	3,4	4,54	13,4	17,86	100,67	134,22	0,55	0,73	19к/2020
	Чай с сахаром	180	200	0,18	0,2	0	0	5,85	6,5	24,12	26,8	0,03	0,04	2гн/2020
	Хлеб пшеничный	25	40	1,9	3,04	0,14	0,36	12,43	19,88	56,5	90,45	0	0	
Итого за полдник				6,21	8,74	3,55	4,9	31,58	44,24	181,29	251,47	0,58	0,77	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				37,81	50,78	31,88	42,41	154,32	195,53	1048,4	1354,96	8,15	9,59	
День 8														
Завтрак	Суп молочный с крупой	150	200	3,68	4,9	3,38	4,5	13,79	18,38	100,11	133,48	0,55	0,73	18к/2020
	Кофейный напиток	180	200	3,42	3,8	2,61	2,9	10,17	11,3	77,4	86	0,47	0,52	23гн/2020
	Хлеб пшеничный	35	40	2,66	3,04	0,32	0,36	17,4	19,89	79,1	90,4	0	0	
Завтрак 2	Сок	180	200	0,54	0,6	0	0	27,54	30,6	112,14	124,6	6	9	
Итого за завтрак				9,64	12,34	5,94	7,76	68,45	80,17	368,75	434,48	7,02	10,25	
Обед	Суп картофельный с мак.изделим	180	200	4,3	4,78	1,94	2,2	13,9	15,54	90,78	100,86	4,75	5,28	24с/2020
	Котлета из птицы	60	80	11,5	15,3	2,6	3,5	8,1	10,8	101,1	134,8	0,4	0,5	5м/2020
	Рагу из овощей	120	150	2	2,5	5,7	7,4	9,8	12,2	80	126,4	9,76	12,2	9г/2020
	Соус	20	30	0,66	0,99	0,48	0,72	1,78	2,67	14,16	21,24	0,54	0,8	3соус/2020

	Чай с сахаром	180	200	0,18	0,2	0	0	5,85	6,5	24,12	26,8	0,03	0,04	2гн/2020
	Хлеб ржаной	50	60	3,4	4,08	0,6	0,72	23,2	27,84	107,5	129	0	0	
Итого за обед				21,32	27,85	11,36	14,54	62,72	75,55	417,65	539,1	16,89	20,38	
Полдник	Пряник	40	50	2,2	2,75	1,7	2,13	27,3	34,13	133	166,25	0	0	
	Йогурт	180	200	8,5	9,44	5,1	5,66	5,7	6,33	102,4	113,8	1,2	1,6	
Итого за полдник				10,7	12,19	6,8	7,79	33	40,46	235,4	280,05	1,2	1,6	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				41,66	51,69	24,1	30,09	162,49	194,93	1021,8	1253,63	25,11	32,23	
День 9														
Завтрак	Каша пшеничная	150	200	5,1	6,8	4,35	5,8	24,08	32,1	156,23	208,3	0,39	0,52	23к/2020
	Какао	150	200	3,45	4,6	2,7	3,6	9,45	12,6	75,3	100,4	0,51	0,68	21гн/2020
Завтрак 2	Бутерброд с маслом	35/7	50/10	2,73	3,9	5,36	7,65	17,47	24,96	125,37	179,1	0	0	193з/2020
Итого за завтрак				11,28	15,3	12,41	17,05	51	69,66	356,9	487,8	0,9	1,2	
Обед	Суп крестьянский с крупой	180/5	200/10	1,73	1,92	4,66	5,04	9,27	10,3	85,32	94,8	5,78	6,42	10с/2020
	Котлета рыбная	60	80	8,4	11,2	1,6	2,1	5,1	6,8	68,6	91,5	0,1	0,13	3р/2020
	Макаронные изделия	120	150	4,3	5,4	3,9	4,9	26,2	32,8	157,4	196,8	0	0	1г/2020
	Соус	20	30	0,66	0,99	0,48	0,72	1,78	2,67	14,16	21,24	0,54	0,8	3соус/2020
	Компот из яблок	180	200	0,14	0,15	0,13	0,14	8,94	9,93	37,35	41,5	1,44	1,6	32хн/2020
	Хлеб ржаной	45	55	3,06	3,74	0,54	0,66	20,88	25,52	96,75	118,25	0	0	
Итого за обед				18,29	23,4	11,19	13,56	72,17	88,02	459,58	564,09	7,86	8,95	
Полдник	Булочка школьная	60	70	5,2	6	1,8	2,1	34	40	172,6	201,4	0	0	1в/2020
	Чай с лимоном и сахаром	180	200	0,27	0,3	0	0	5,88	6,7	25,11	27,99	1,04	1,16	3гн/2020
Итого за полдник				5,47	6,3	1,8	2,1	39,88	46,7	19771	229,39	1,04	1,16	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				35,04	45	25,40	32,71	163,05	204,38	1014,19	1281,19	9,8	11,31	
День 10														
Завтрак	Суп молочный с крупой	150	200	3,68	4,9	3,38	4,5	13,79	18,38	100,11	133,48	0,39	0,47	18к/2020
	Кофейный напиток	150	200	3,68	4,9	3,38	4,5	13,79	18,38	100,11	133,48	0,39	0,52	23гн/2020
	Хлеб пшеничный	35	40	2,66	3,04	0,32	0,36	17,4	19,89	79,1	90,4	0	0	
Завтрак 2	Фрукты	30/10	50/15	2,1	2,8	0	0	30,6	40,8	130,8	174,4	9	9	
Итого за завтрак				11,29	14,54	5,88	7,76	70,27	90,37	374,51	484,28	9,78	9,99	
Обед	Рассольник ленинградский	180	200	1,73	1,92	4,63	5,14	11,9	13,22	95,99	106,66	4,99	5,54	3с/2020
	Фрикадельки мясные	60	80	8,2	10,9	7,3	9,7	4,1	5,5	114,8	153,1	6,78	0	14м/2020
	Каша рисовая рассыпчатая	120	150	3	3,7	3,8	4,8	29,2	36,5	162,8	203,5	0	8,48	6г/2020
	Соус	20	30	0,66	0,99	0,48	0,72	1,78	2,67	14,16	21,24	0,54	0,8	3соус/2020
	Компот из смеси сухофруктов	180	200	0,45	0,5	0	0	17,82	19,8	72,9	81	0,02	0,02	1хн/2020
	Хлеб ржаной	40	50	2,72	3,4	0,48	0,6	18,56	23,2	86	107,5	0	0	
				16,76	21,41	16,69	20,96	83,36	100,89	546,62	667	12,33	14,84	
Итого за обед														
Полдник	Запеканка творожная	90	150	14,48	29,7	5,2	10,7	13	21,7	180,7	301,2	0,17	0,29	1т/2020
	Чай с сахаром	180	180	0,18	0,18	0	0	5,85	5,85	24,12	24,12	0,03	0,03	2гн/2020
Итого за полдник				14,66	29,88	5,2	10,7	18,55	27,55	204,82	325,32	0,2	0,32	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ				42,71	65,83	27,77	39,42	172,48	218,8	1126	1476,6	22,3	25,15	
Итого за весь период				395,9	530,9	293,9	378	1567,6	1955,5	10506,6	13312,58	183,3	222,8	
Среднее значение за период				39,60	53,1	29,40	37,80	156,80	195,5	1050,7	1331,3	18,30	22,30	

Содержание белков, жиров, углеводов меню за период в % от калорийности				125,7	131,1	83,30	84,10	102,90	100	100,00	100,20	54,40	59,60	
---	--	--	--	-------	-------	-------	-------	--------	-----	--------	--------	-------	-------	--

Примечание Детям-аллергикам необходимо производить замену в установленном порядке, в зависимости от медицинских показаний. Справка о наличии заболевания у ребенка предоставляется руководителю учреждения.