

Цикличное

двухнедельное меню для организации питания детей в возрасте 2-3 лет
с 10,5-часовым прибыванием в ДОУ

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



Сведения о сертификате

Сертификат: B2D308B6839DD397758BEEB94200B00988C55AAB
Срок действия с 10.01.2022 по 08.01.2032
Владелец: Лунина Нина Петровна
Организация: МБДОУ «ДЕТСКИЙ САД «ТЕРЕМОК» С. КРАСНОЛЕСЬЕ»
Должность: Заведующий
Основание: Электронная копия документа верна
Дата: 03-02-2026
QR-код содержит адрес оригинала документа в сети



Утверждаю;
директор учреждения МБДОУ
«Детский сад «Теремок»
с. Краснопольского
района Красноярского
края»
И.И. Лукина
от 31.10.2025.

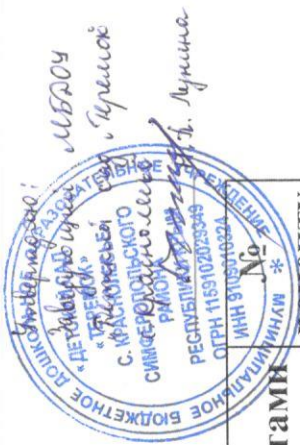
Приложение 2 к приказу № 32 от 31.10.2025.

Понедельник 1 день	<u>Завтрак:</u> Омлет натуральный. Кофейный напиток. Бутерброд с сыром <u>10ч.</u> Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед:</u> Борщ с фасолью со сметаной. Капуста тушеная. Тефтели из говядины. Овощи соленные. Чай сладкий. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. <u>Полдник:</u> Каша пшенная молочная. Чай с лимоном. Пирожок печеный с повидлом	Понедельник 6 д.	<u>Завтрак:</u> Каша молочная геркулесовая. Какао с молоком. Бутерброд с маслом. <u>10 ч</u> Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед:</u> Свекольник. Гуляш из отварного мяса. Картофель отварной. Салат из кукурузы. Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный. Компот из свежих фруктов. <u>Полдник:</u> Пицца «Детская». Сок.
Вторник 2 день	<u>Завтрак:</u> Каша манная молочная. Какао с молоком. Бутерброд с маслом и сыром. <u>10 ч.</u> Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед:</u> Рассольник ленинградский. Жаркое по-домашнему. Овощи соленные. Кисель из кураги. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. <u>Полдник:</u> Рыба тушеная с овощами. Каша рассыпчатая пшеничная. Кефир. Хлеб пшеничный. Печенье	Вторник 7 день	<u>Завтрак:</u> Каша рисовая молочная. Кофейный напиток с молоком. Бутерброд с маслом и сыром. <u>10ч.</u> Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед:</u> Суп картофельный с рыбными консервами. Тефтели из говядины. Капуста тушеная. Овощи соленные. Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный. Компот из свежих яблок. <u>Полдник:</u> Сырники из творога. Молоко сгущенное. Чай с лимоном.
Среда 3 день	<u>Завтрак:</u> Каша геркулесовая молочная. Кофейный напиток с молоком. Бутерброд с маслом. Яйцо вареное. <u>10ч.</u> Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед:</u> Суп картофельный с клецками. Котлеты рубленые из курицы. Макароны отварные. Салат из отварной свеклы с чесноком. Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный. Компот из сухофруктов. <u>Полдник:</u> Запеканка из творога. Молоко сгущенное. Сок. Печенье.	Среда 8 день	<u>Завтрак:</u> Омлет натуральный. Какао с молоком. Бутерброд с маслом. <u>10ч</u> Свежие фрукты или ягоды. <u>Обед:</u> Щи из свежей капусты с картофелем. Птица тушеная. Каша гречневая рассыпчатая. Салат из свеклы с зеленым горошком. Компот из сухофруктов. Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный. <u>Полдник:</u> Макароны отварные с сыром. Сок.
Четверг 4 день	<u>Завтрак:</u> Каша рисовая молочная. Какао с молоком. Бутерброд с маслом и сыром. <u>10ч</u> Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед:</u> Суп картофельный с горохом и сухарями. Бефстроганов из отварного мяса. Картофельное пюре. Икра кабачковая. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. Компот из свежих яблок <u>Полдник:</u> Шницель рыбный натуральный. Винегрет овощной. Чай с лимоном. Хлеб пшеничный. Печенье	Четверг 9 день	<u>Завтрак:</u> Каша манная молочная. Кофейный напиток с молоком. Бутерброд с сыром. Яйцо вареное. <u>10 ч.</u> Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед:</u> Суп картофельный с крупой. Тефтели с рисом из говядины Рагу овощное. Овощи соленные. Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный. Компот из свежих яблок.. <u>Полдник:</u> Запеканка из творога. Кефир. Печенье.
Пятница 5 день	<u>Завтрак:</u> Омлет натуральный. Кофейный напиток с молоком. Бутерброд с маслом. <u>10ч</u> Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед:</u> Борщ с картофелем. Плов из птицы. Овощи соленные. Хлеб ржаной. Хлеб пшеничный. Компот из сухофруктов. <u>Полдник:</u> Вареники ленивые. Ряженка.	Пятница 10 день	<u>Завтрак:</u> Каша гречневая молочная. Какао с молоком. Бутерброд с маслом. <u>10 ч</u> Фрукты и ягоды свежие. <u>Обед:</u> Суп картофельный с макаронными изделиями Птица тушеная в соусе с овощами. Салат из соленых огурцов. Компот из сухофруктов.. Хлеб пшеничный. Хлеб ржаной. <u>Полдник:</u> Шницель рыбный натуральный. Салат из зеленого горошка. Сок. Хлеб пшеничный. Печенье.

утверждено: *МБДОУ*
 «Детский сад
 «Теремок»
 с. Красное
 Симферопольский район
 Республика Крым
 ИНН 9109010324
 ОГРН 445040203749
 учреждение
 №

МЕНЮ Если 1 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Ценность (ккал)	Витамин С	рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Омлет натуральный	65	5,60	8,50	1,40	104,00	0,20	229
	Бутерброд с сыром	28	8,76	2,27	16,40	252,00	0,00	3
	Кофейный напиток с молоком	150	2,80	2,50	13,60	88,00	0,70	414
	итого за прием	243	17,16	13,27	31,40	444,00	0,90	
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие	60	0,20	0,00	4,90	22,00	5,00	386
	итого за прием	60	0,2	0	4,9	22	5	69
	Борщ с фасолью со сметаной	150	2,5	3	7,56	74,68	3,16	362
Обед	Капуста тушеная	100	1,30	3,10	2,90	51,00	14,70	303
	Тефтели из говядины	60	7,00	7,00	4,58	122,51	0,00	411
	Чай с сахаром	150	0,20	0,10	9,30	38,00	0,00	1
	Овощи соленные хлеб ржаной	40	0,35	0,00	0,81	6,40	1,21	575
Полдник	Хлеб пшеничный	32	2,60	0,50	15,31	78,20	0,00	573
	итого за прием	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00	101
	Каша пшенная молочная	547	15,45	13,85	50,18	416,39	19,07	452
	Булочка "К Чаю"	150	7,10	6,88	33,71	229,60	1,20	412
	Чай сладкий с лимоном	60	4,20	6,50	25,80	179,00	0,00	
	итого за прием	150	0,30	0,10	8,50	35,00	1,00	
		360	11,60	13,48	68,01	443,60	2,20	
	итого за день	1 210	44,41	40,6	154,49	1326	27,17	



МЕНЮ ЯСЛИ 2 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша манная молочная	150	6,22	6,60	31,24	209,00	1,38	101
	Какао с молоком	150	3,30	2,90	13,80	94,00	0,70	397
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	31	6,90	9,00	10,00	149,00	0,10	63
	итого за прием	331,00	16,42	18,50	55,04	452,00	2,18	
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	60	0,20	0,00	4,90	22,00	5,00	386
Обед	Рассольник ленинградский	150	2	3,8	9,5	85,1	4,98	82
	Жаркое по домашнему	150	16,20	18,09	16,58	295,00	6,76	259
	Овощи соленные	40	0,35	0,00	0,81	6,40	1,21	1
	Кисель из кураги	150	0,13	0,06	38,80	156,00	2,00	417
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00	573
	Хлеб ржаной	32	2,60	0,50	15,31	78,20	0,00	575
	итого за прием	537	22,78	22,60	90,72	666,30	14,95	
Полдник	Рыба тушеная с овощами	50	6,66	2,85	2,00	64,00	1,66	319
	Каша пшеничная рассыпчатая	100	3,20	3,30	20,80	125,70	0,00	179
	Кефир	150	8,70	3,75	6,00	75,00	1,05	420
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00	573
	итого за прием	315	20,06	10,05	38,52	310,30	2,71	
	итого за день	1 243	59,46	51,154	189,18	1450,6	24,84	

Утверждено: *МБДОУ*
 Инспекция МБДОУ
 Районное образовательное учреждение
 Детский сад
 с. Крымское
 Симферопольского района
 Республики Крым
 ОГРН 115914029349
 ИНН 910510324

МЕНЮ ЯСЛИ 3 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамины С	рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	6,10	6,40	30,25	201,00		101
	Кофейный напиток с молоком	150	2,60	2,40	13,10	88,00	0,70	414
	Яйцо вареное	20	2,55	2,30	0,15	31,50	0,00	227
	Бутерброд с маслом	28	1,60	11,00	10,00	146,00	0,00	69
	итого за прием	348	12,85	22,10	53,50	466,50	0,70	
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	60	0,20	0,00	4,90	22,00	5,00	386
Обед	Суп картофельный с клецками	150	2,10	2,60	6,59	63,00	2,90	91
	Котлета рубленая из птицы	50	9,77	5,74	9,28	124,00	71,60	316
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	84,75	0,30	417
	Салат из отвар. свеклы с чесноч.	50	1,20	5,90	7,00	85,00	4,90	34
	Макароны отварные	110	3,70	3,00	17,60	112,30	0,00	335
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00	573
	Хлеб ржаной	32	2,63	8,11	15,72	146,20	0,00	575
	итого за прием	557	21,23	25,52	86,73	660,85	79,7	
	Запеканка из творога со сгущ.молоком	65	8,88	6,05	9,19	127,00	0,12	251
Полдник	Сок	180	1,00	0,20	20,02	86,00	4,00	399
	Кондитерское изделие	15	1,50	2,00	14,90	83,40		112
	итого за прием	195,00	2,50	2,20	34,92	169,40	4,00	
	итого за день	1 160,00	36,78	49,82	180,05	1 318,75	89,40	

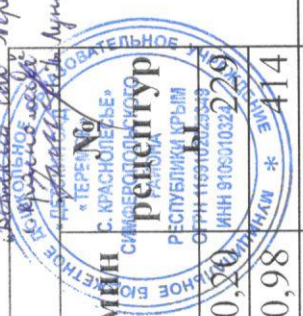
Утверждено:
 Заведующий МБДОУ
 «Детский сад № 3 «Теремок»
 С. Красноводский с/п. Терешинской
 Симферопольской области
 Районная
 Республика Крым
 ОГРН 1159102023349
 ИНН 9104010324
 Н.В. Лукина

МЕНЮ ЯСЛИ 4 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	рецептур
			Белки	Жиры	Углевод			
Завтрак	Каша рисовая молочная	150	8,60	8,40	32,40	240,00		101
	Бутерброд с маслом и сыром	31	6,90	9,00	10,00	149,00	0,10	63
	Какао с молоком	150	3,30	2,90	13,80	94,00	0,70	397
Второй завтрак	итого за прием	331	18,8	20,3	56,2	483	0,8	
	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	60	0,20	0,00	4,90	22,00	5,00	386
	Суп картофельный с горохом и сухарями	150	2,50	2,30	7,30	61,00	3,50	87
Обед	Картофельное пюре	100	2,00	3,20	13,60	91,50	12,10	339
	Бефстроганов из отв.мяса	60	15,20	23,10	5,12	290,00	0,74	250
	Компот из свежих яблок	150	1,50	2,69	8,45	66,30	4,00	391
	Овощи соленные	40	0,40	0,35	0,04	0,81	6,40	1,00
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00	573
	Хлеб ржаной	32	2,63	8,11	15,72	146,20	0,00	575
	итого за прием	547	25,73	39,90	59,95	701,41	26,74	
Полдник	Шницель рыбный натур.	60	7,61	2,45	5,33	74,00	0,18	274
	Винегрет овощной	60	1,40	5,70	5,90	76,00	2,10	46
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00	573
	Чай сладкий с лимоном	150	0,12	0,02	10,20	41,00	2,83	412
	итого за прием	285	10,63	8,32	31,15	236,6	5,11	
	итого за день	1 223	55,36	68,52	152,20	1 443,01	37,65	

--	--	--	--	--	--	--	--	--

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад № 10»
Муромский район
Симбирского района
Симбирской области



МЕНЮ ЯСЛИ 5 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Омлет натуральный	65	5,60	8,50	1,40	104,00	0,20
	Кофейный напиток с молоком	150	5,13	4,43	15,22	125,90	0,98
	Бутерброд с маслом	28	1,60	11,00	10,00	146,00	0,00
	итого за прием	243,00	12,33	23,93	26,62	375,90	1,18
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	60	0,20	0,00	4,90	22,00	5,00
	итого за прием	60	0,2	0	4,9	22	5
	Борщ с фасолью	150	2,10	3,10	7,00	71,30	3,80
	Плов из птицы	160	16,00	17,80	26,80	304,00	0,41
Обед	Овощи соленные	40	0,40	0,35	0,04	0,81	6,40
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	84,75	0,30
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00
	Хлеб ржаной	32	2,63	8,11	15,72	146,20	0,00
	итого за прием	547,00	22,96	29,53	80,10	652,66	10,91
	Вареники ленивые	65	8,9	4,45	15	135	0,11
Полдник	Ряженка	150	8,70	3,75	6,30	76,00	0,45
	итого за прием	215,00	17,60	8,20	21,30	211,00	0,56
	итого за день	1 065,00	53,09	61,66	132,92	1 261,56	17,65
							69

Удостоверено:
Инженерный
конструкторский отдел
Центральной
испытательной
станции
МВРОУ
и
Госком
технадзора
и
тех. инсп.

МЕНЮ ЯСЛИ 6 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамины	Процент
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	150	6,10	6,40	30,25	201,00		101
	Бутерброд с маслом	28	1,60	11,00	10,00	146,00	0,00	69
	Какао с молоком	150	3,30	2,90	13,80	94,00	0,70	397
	итого за прием	328,00	11,00	20,30	54,05	441,00	0,70	
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	60	0,20	0,00	4,90	22,00	5,00	386
	итого за прием	60	0,2	0	4,9	22	5	
Обед	Свекольник	150	2,7	1,2	6,3	46	10,7	64
	Гуляш из отварного мяса	60	18	18,5	2,9	249	0	293
	Картофель отварной	100	1,90	2,90	15,30	94,90	14,00	336
	Салат из кукурузы	50	1,40	5,80	5,60	77,00	5,90	12
	Компот из свежих фруктов	150	1,50	2,69	8,45	66,30	4,00	417
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00	573
	Хлеб ржаной	32	2,63	8,11	15,72	146,20	0,00	575
	итого за прием	557,00	29,63	39,35	63,99	725,00	34,60	
Полдник	Пицца "Детская"	60	8,90	8,60	23,50	225,00	0,40	448
	Сок	180	8,70	3,75	6,30	76,00	0,45	420
	итого за прием	240,00	17,60	12,35	29,80	301,00	0,85	
	итого за день	1 185,00	58,43	72,00	152,74	1 489,00	41,15	

МЕНЮ ЯСЛИ 7 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	Витамин В1
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша рисовая молочная	150	8,60	8,40	32,40	240,00		101
	Кофейный напиток с молоком	150	5,13	4,43	15,22	125,90	0,98	414
	Бутерброд с маслом и сыром	31	6,90	9,00	10,00	149,00	0,10	63
Второй завтрак	итого за прием	331,00	20,63	21,83	57,62	514,90	1,08	
	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	60	0,20	0,00	4,90	22,00	5,00	386
	Суп картофельный с рыбой	150	6,85	8,12	7,05	132,00	3,50	95
Обед	Тефтели из говядины	60	7,00	7,00	4,58	122,51	0,00	303
	Капуста тушеная	100	1,30	3,10	2,90	51,00	14,70	362
	Компот из свежих яблок	150	1,50	2,69	8,45	66,30	4,00	391
	Овощи соленные	40	0,40	0,35	0,04	0,81	6,40	1,21
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00	573
	Хлеб ржаной	32	2,63	8,11	15,72	146,20	0,00	575
	итого за прием	555,00	21,13	21,26	49,26	570,21	28,60	
Полдник	Сырники со сгущ. молоком	70	10,84	8,97	17,14	193,00	0,33	245
	Чай сладкий с лимоном	150	0,30	0,10	8,50	35,00	1,00	412
	итого за прием	220,00	11,14	9,07	25,64	228,00	1,33	
	итого за день	1 166,00	53,10	52,16	137,42	1 335,11	36,01	

Утверждено:

Заведующий МБДОУ

и депутат Трехов

С. Магдичев

М. Чума

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	рецепту ры
			Белки	Жиры	Углево ды			
Завтрак	Омлет натуральный	65	5,60	8,50	1,40	104,00	0,20	229
	Какао с молоком	150	3,30	2,90	13,80	94,00	0,70	397
	Бутерброд с маслом	28	1,60	11,00	10,00	146,00	0,00	69
	итого за прием пищи	215,00	8,90	11,40	15,20	198,00	0,90	
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	60	0,20	0,00	4,90	22,00	5,00	386
Обед	Щи из свежей капусты	150	1,05	3	4,4	50	7,1	73
	Птица тушеная	40	6,65	7,75	1,55	102,50	0,25	318
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,90	4,41	26,14	167,90	0,00	330
	Салат из свеклы с зел.горошком	40	1,30	5,90	7,10	90,00	4,80	34
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	84,75	0,30	394
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00	573
	Хлеб ржаной	32	2,63	8,11	15,72	146,20	0,00	575
	итого за прием пищи	545,00	19,56	29,64	85,95	688,95	12,85	
Полдник	Макароны отварные с сыром	100	11,00	9,00	34,50	271,00	0,18	220
	Сок	180	1,00	0,20	20,02	86,00	4,00	399
	итого за прием	280,00	12,00	9,20	54,52	357,00	4,18	
	итого за день	1 100,00	40,66	50,24	160,57	1 265,95	22,93	

Завтрак МБОУ
Детский сад "Решоток"
А. П. Лукина



МЕНЮ ЯСЛИ 9 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак	Каша манная молочная	150	6,22	6,60	31,24	209,00	1,38	101
	Кофейный напиток с молоком	150	5,13	4,43	15,22	125,90	0,98	414
	Яйцо вареное	20	2,55	2,30	0,15	31,50	0,00	227
	Бутерброд с сыром	28	8,76	2,27	16,40	252,00	0,00	3
	итого за прием	348,00	22,66	15,60	63,01	618,40	2,36	
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	60	0,20	0,00	4,90	22,00	5,00	386
	Суп картофельный крупой	150	1,20	1,70	8,80	54,45	5,00	86
	Тефтели мясные с рисом	60	7,40	5,80	8,50	124,00	0,00	304
	Рагу овощное	100	1,80	4,10	10,60	85,90	8,60	362
	Компот из свежих яблок	150	1,50	2,69	8,45	66,30	4,00	391
Обед	Овощи соленные	40	0,40	0,35	0,04	0,81	6,40	1,21
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00	573
	Хлеб ржаной	32	2,63	8,11	15,72	146,20	0,00	575
	итого за прием	565,00	16,38	22,55	62,60	528,85	24,00	
	Запеканка из творога со сгущ. молоком	65	8,88	6,05	9,19	127,00	0,12	251
Полдник	Кондитерское изделие	15	1,50	2,00	14,90	83,40		112
	Кефир	150	8,70	3,75	6,00	75,00	1,05	420
	итого за прием	230,00	19,08	11,80	30,09	285,40	1,17	
	итого за день	1 203,00	58,32	49,95	160,60	1 454,65	32,53	

Утверждаю:
 Директор МБДОУ
 «Детский сад № 10»
 «Теренинское»
 С. КРАСНОТОРСКОЕ
 СИМБЕРГАТОВСКИЙ РАЙОН
 Чувашская Республика
 Н.П. Лукина

МЕНЮ ЯСЛИ 10 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Ценность (ккал)	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Каша гречневая молочная	150	8,60	8,40	32,40	240,00	101
	Какао с молоком	150	3,30	2,90	13,80	94,00	397
	Бутерброд с маслом и сыром	31	6,90	9,00	10,00	149,00	63
	итого за прием	331,00	18,80	20,30	56,20	483,00	0,80
Второй завтрак	Фрукты и ягоды свежие (яблоки)	60	0,20	0,00	4,90	22,00	386
	итого за прием	60	0,2	0	4,9	22	5
Обед	Суп картофельный с макаронами	150	1,9	2,75	6,85	63,2	3,3
	Птица тушеная с овощами	150	20,00	17,00	14,90	286,00	7,50
	Салат из соевых огурцов	50	0,60	5,00	2,20	61,00	3,00
	Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,82	84,75	0,30
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00
	Хлеб ржаной	32	2,63	8,11	15,72	146,20	0,00
	итого за прием	547,00	24,33	24,92	54,49	540,55	14,10
Полдник	Биточки рыбные	60	10,00	0,80	4,50	64,00	1,80
	Салат из зеленого горошка	50	1,40	6,00	7,10	89,00	4,80
	Хлеб пшеничный	15	1,50	0,15	9,72	45,60	0,00
	Кондитерское изделие	15	1,50	2,00	14,90	83,40	
	Сок	180	1,00	0,20	20,02	86,00	4,00
	итого за прием пищи	320,00	10,00	0,80	4,50	64,00	1,80
	итого за день	1 258,00	53,33	46,02	120,09	1 109,55	21,70



СРЕДНЕЕ ЗА 10 ДНЕЙ ясли

День	Пищевые вещества			Энергет. ценность, ккал
	Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	
1	44,41	40,6	154,49	1326
2	59,46	51,154	189,18	1450,6
3	36,78	49,82	180,05	1318,75
4	55,36	68,52	152,2	1443,01
5	53,09	61,66	132,92	1261,56
6	58,43	72	152,74	1489
7	53,1	52,16	137,42	1335,11
8	40,66	50,24	160,57	1265,95
9	58,32	49,95	160,6	1454,65
10	53,36	46,02	120,09	1109,55
Среднее за 10 дней	51,30	54,21	154,03	1345,42