Утверждаю:
Заведующая МКДОУ д/с «Алёнушка»
_____ М.Е.Губанова
Приказ № 112 от 27.02.2025 года

Ежедневное меню МКДОУ д/с «Алёнушка»

г. Слободского, Кировской области

с 10,5 часовым пребыванием детей на весенне-летний период

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
День 1								
Завтрак	Макароны с сыром	1-3 лет	150	7,5	6,1	30,6	235,5	№ 108
		3-7 лет	180	9,0	7,0	36,8	278,2	
	Чай с сахаром	1-3 лет	170	0,17		17,0	49,3	№ 209
		3-7 лет	180	0,18		18,0	52,2	
	Батон нарезной с маслом сливочным	1-3 лет	20/5	1,9	3,8	11,7	90,5	№ 1/13
		3-7 лет	30/8	2,3	4,6	14,1	108,6	
Итого за завтрак		1-3 лет	345	9,57	9,9	59,3	375,3	
		3-7 лет	398	11,48	11,6	68,9	439,0	
Второй завтрак	Фрукты свежие	1-3 лет	95	0,4		8,2	31,3	№ 192
		3-7 лет	100	0,4		8,6	33,0	
Обед	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	1-3 лет	30	0,4	2,5	2,1	32,0	№20/1
		3-7 лет	50	0,6	4,2	3,4	53,3	
	Суп картофельный с горохом	1-3 лет	150	3,6	2,9	13,0	92,1	№ 53
		3-7 лет	180	4,4	3,4	15,6	110,5	
	Пудинг из говядины	1-3 лет	60	15,8	6,4	0,7	123,0	№ 148
		3-7 лет	70	18,4	7,4	0,8	143,5	
	Пюре розовое	1-3 лет	110	2,0	4,5	13,3	102,3	№ 164
		3-7 лет	130	2,3	5,3	15,7	120,9	
	Компот из сухофруктов	1-3 лет	150	0,5		26,6	105,0	№ 196
		3-7 лет	180	0,5		31,9	126,0	
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	1-3 лет	18	1,2	0,16	7,5	38,5		
	3-7 лет	22	1,5	0,19	9,2	47,0		
Итого за обед		1-3 лет	603	23,5	16,46	63,2	492,9	
		3-7 лет	732	27,7	20,49	76,6	601,2	
Полдник	Ватрушка с творогом	1-3 лет	60	7,4	3,8	26,0	169,6	№ 232
		3-7 лет	75	9,2	4,8	32,5	212,0	
	Напиток йогуртный «Снежинка»	1-3 лет	150	4,2	4,8	6,15	88,5	№ 216
		3-7 лет	200	5,6	6,4	8,2	118,0	
Итого за полдник		1-3 лет	210	11,6	8,6	32,15	258,1	
		3-7 лет	275	14,8	11,2	40,7	330,0	
Итого за день		1-3 лет		45,07	34,96	162,85	1157,6	
		3-7 лет		54,38	43,29	194,8	1403,2	

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
День 3								
Завтрак	Каша ячневая	1-3 лет	150	3,3	6,15	21,15	157,2	№ 96
		3-7 лет	180	3,9	7,4	25,4	188,6	
	Какао с молоком	1-3 лет	180	4,1	4,1	24,3	144,0	№ 214
		3-7 лет	180	4,1	4,1	24,3	144,0	
	Батон нарезной с повидлом	1-3 лет	20/8	1,6	0,6	15,5	73,1	
3-7 лет		30/10	2,2	0,9	21,9	104,4		
Итого за завтрак		1-3 лет	358	9,0	10,85	60,95	374,3	
		3-7 лет	400	10,5	12,4	71,6	437,0	
Второй завтрак	Фрукты свежие	1-3 лет	95	0,4		8,2	31,3	№ 192
		3-7 лет	100	0,4		8,6	33,0	
Обед	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом/ Салат из свежих огурцов	1-3 лет	30	0,55	2,05	3,65	36,0	№ 27/1, № 9
		3-7 лет	50	0,9	3,4	6,1	60,0	
	Суп из овощей со сметаной	1-3 лет	150	1,2	2,3	5,9	52,0	№ 48
		3-7 лет	180	1,4	2,8	7,0	62,6	
	Голубцы ленивые/ соус сметанный с томатом	1-3 лет	180	13,2	11,4	12,4	208,0	№ 141
		3-7 лет	200	15,2	13,1	14,3	239,2	
	Чай с лимоном	1-3 лет	150	0,2		15,2	45,0	№ 210
		3-7 лет	180	0,3		18,2	54,0	
	Хлеб ржано-пшеничный	1-3 лет	18	1,2	0,16	7,5	38,5	
		3-7 лет	22	1,5	0,19	9,2	47,0	
Итого за обед		1-3 лет	528	16,35	15,91	44,65	379,5	
		3-7 лет	632	18,4	19,49	54,8	462,8	
Полдник	Запеканка из творога с морковью	1-3 лет	100	9,3	9,8	21,8	213,5	№ 40/3
		3-7 лет	130	12,2	12,7	28,3	277,6	
	Соус молочный	1-3 лет	20	0,5	1,1	3,2	25,0	№ 185
		3-7 лет	30	0,8	1,7	4,9	37,5	
	Батон	1-3 лет	20	1,5	0,6	10,2	52,0	
		3-7 лет	30	2,2	0,9	15,3	78,0	
	Компот из сухофруктов	1-3 лет	150	0,5		26,6	105,0	№ 196
		3-7 лет	180	0,5		31,9	126,0	
Итого за полдник		1-3 лет	290	11,8	11,5	61,8	395,5	
		3-7 лет	370	15,7	15,3	80,4	519,1	
Итого за день		1-3 лет		37,55	38,26	175,6	1180,6	
		3-7 лет		45,0	47,19	215,4	1451,9	
Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая	№ рецептуры

				Белки	Жиры	Углеводы	ценность	
День 4								
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	1-3 лет	150	3,4	3,4	7,6	95,0	№ 60
		3-7 лет	180	4,1	4,2	9,1	113,6	
	Чай с молоком	1-3 лет	180	1,4	1,4	15,6	78,3	№ 211
		3-7 лет	180	1,4	1,4	15,6	78,3	
	Батон нарезной с сыром	1-3 лет	20/5	3,3	1,9	9,3	69,3	№ 3/13
		3-7 лет	30/8	4,9	2,9	14,0	104,0	
Итого за завтрак		1-3 лет	355	8,1	6,7	32,5	242,6	
		3-7 лет	398	10,4	8,5	38,7	295,9	
Второй завтрак	Фрукты свежие	1-3 лет	95	0,4		8,2	31,3	№ 192
		3-7 лет	100	0,4		8,6	33,0	
Обед	Салат из отварного картофеля с огурцами и растительным маслом / Салат из белокочанной капусты с луком и раст.маслом	1-3 лет	30	0,45	2,05	2,9	32,0	№ 31/1/ № 6/1
		3-7 лет	50	0,75	3,4	4,8	53,3	
	Борщ со сметаной	1-3 лет	150	1,0	2,4	7,7	58,5	№ 34
		3-7 лет	180	1,3	2,9	9,2	70,2	
	Суфле из печени	1-3 лет	60	12,1	4,1	1,6	92,2	№ 35/8
		3-7 лет	70	14,1	4,8	1,9	107,6	
	Каша рисовая рассыпчатая	1-3 лет	110	2,6	4,2	28,1	163,9	№ 157
		3-7 лет	130	3,1	4,9	33,2	193,7	
	Соус красный основной	1-3 лет	30	0,7	0,9	2,3	19,5	№ 180
		3-7 лет	50	1,1	1,5	3,8	33,0	
	Компот из свежих яблок	1-3 лет	150	0,15		26,8	102,0	№ 194
		3-7 лет	180	0,18		32,2	122,4	
	Хлеб ржано-пшеничный	1-3 лет	18	1,2	0,16	7,5	38,5	
		3-7 лет	22	1,5	0,19	9,2	47,0	
Итого за обед		1-3 лет	548	18,2	13,81	76,9	506,6	
		3-7 лет	682	22,03	17,69	94,3	627,2	
Полдник	Пирожки печеные с капустой и яйцом	1-3 лет	60	4,2	2,7	24,0	139,1	№ 224
		3-7 лет	75	5,3	3,4	30,0	173,0	
	Чай с лимоном	1-3 лет	150	0,2		15,2	45,0	
		3-7 лет	200	0,3		20,2	60,0	
Итого за полдник		1-3 лет	210	4,4	2,7	39,2	184,1	
		3-7 лет	275	5,6	3,4	50,2	233	
Итого за день		1-3 лет		31,1	23,21	156,8	964,6	
		3-7 лет		38,43	29,59	191,8	1189,1	

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
День 5								
Завтрак	Каша пшенная	1-3 лет	150	5,8	4,2	29,4	201,2	№ 99
		3-7 лет	180	6,9	5,0	35,1	245,2	
	Кофейный напиток	1-3 лет	180	2,7	2,6	12,0	80,1	№13/10
		3-7 лет	180	2,7	2,6	12,0	80,1	
	Батон нарезной с маслом сливочным	1-3 лет	20/5	1,9	3,8	11,7	90,5	№ 1/13
		3-7 лет	30/8	2,3	4,6	14,1	108,6	
Итого за завтрак		1-3 лет	355	10,4	10,6	53,1	371,8	
		3-7 лет	398	11,9	12,2	61,2	433,9	
Второй завтрак	Сок	1-3 лет	100			15,2	65,0	№
		3-7 лет	100			15,2	65,0	
Обед	Салат из припущенной моркови с яблоками	1-3 лет	30	0,35	2,0	3,05	31,0	№ 13/1
		3-7 лет	50	0,5	3,3	5,0	51,6	
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	1-3 лет	150/20	8,1	5,7	13,4	133,2	№ 51 № 36
		3-7 лет	180/20	8,8	6,3	16,0	151,8	
	Котлета рыбная	1-3 лет	50	7,4	3,8	8,3	100,0	№ 123
		3-7 лет	70	10,4	5,3	11,6	140,0	
	Пюре картофельное	1-3 лет	110	2,3	4,9	16,9	123,2	№ 163
		3-7 лет	130	2,7	5,8	20,0	145,6	
	Кисель из концентрата	1-3 лет	150			25,0	89,0	№ 201
		3-7 лет	180			27,5	107,0	
	Хлеб ржано-пшеничный	1-3 лет	18	1,2	0,16	7,5	38,5	
		3-7 лет	22	1,5	0,19	9,2	47,0	
Итого за обед		1-3 лет	508	19,35	16,56	74,15	514,9	
		3-7 лет	632	23,9	20,89	89,3	643,0	
Полдник	Вафли	1-3 лет	50	2,7	11,5	33,5	245,0	
		3-7 лет	50	2,7	11,5	33,5	245,0	
	Молоко кипяченое	1-3 лет	150	4,4	5,1	7,4	92,3	№ 215
		3-7 лет	200	5,9	6,8	9,9	123,0	
	Фрукты свежие	1-3 лет	95	0,4		8,2	31,3	№ 192
		3-7 лет	100	0,4		8,6	33,0	
Итого за полдник		1-3 лет	295	7,5	16,6	49,1	368,6	
		3-7 лет	350	9,0	18,3	52,0	401,0	
Итого за день		1-3 лет		37,25	43,76	191,55	1320,3	
		3-7 лет		44,8	51,39	217,7	1542,9	

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
День 6								
Завтрак	Каша манная	1-3 лет	150	3,6	6,15	22,8	162,0	№ 96
		3-7 лет	180	4,3	7,4	27,4	194,4	
	Чай с молоком	1-3 лет	170	1,3	1,3	14,7	73,8	№ 211
		3-7 лет	180	1,4	1,4	15,6	78,3	
	Батон нарезной с маслом сливочным и сыром	1-3 лет	20/5/5	3,3	4,4	9,4	91,3	№ 4/13
		3-7 лет	30/8/8	5,0	6,6	14,1	137,0	
Итого за завтрак		1-3 лет	350,0	8,2	11,85	46,9	327,1	
		3-7 лет	406,0	10,7	15,4	57,1	409,7	
Второй завтрак	Фрукты свежие	1-3 лет	95	0,4		8,2	31,3	№ 192
		3-7 лет	100	0,4		8,6	33,0	
Обед	Салат из отварной свеклы и моркови, с маслом раст./ Салат из свежих помидоров и огурцов	1-3 лет	30	0,4	2,9	2,2	36,5	№ 21/1/ № 13
		3-7 лет	50	0,6	4,9	3,6	60,8	
	Щи из свежей капусты с картофелем	1-3 лет	150	1,2	1,6	6,1	56,8	
		3-7 лет	180	1,4	1,9	7,3	68,1	
	Тефтели мясные/ Соус красный основной	1-3 лет	90	8,9	10,2	9,9	173,0	№ 143
		3-7 лет	105	9,4	11,3	10,6	201,8	
	Каша гречневая рассыпчатая	1-3 лет	110	6,3	5,7	32,7	211,2	№ 157
		3-7 лет	130	7,4	6,8	38,6	249,6	
	Компот из кураги	1-3 лет	150	0,8	-	24,8	92,0	№ 199
		3-7 лет	180	0,9		29,7	110,7	
	Хлеб ржано-пшеничный	1-3 лет	18	1,2	0,16	7,5	38,5	
		3-7 лет	22	1,5	0,19	9,2	47,0	
Итого за обед		1-3 лет	548	18,8	20,56	83,2	608	
		3-7 лет	667	21,2	25,09	99	738	
Полдник	Печенье	1-3 лет	50	3,75	6,5	36,0	220,0	
		3-7 лет	50	3,75	6,5	36,0	220,0	
	Молоко кипяченое	1-3 лет	150	4,4	5,1	7,4	92,3	№ 215
		3-7 лет	200	5,9	6,8	9,9	123,0	
Итого за полдник		1-3 лет	200	8,15	11,6	43,4	312,3	
		3-7 лет	250	9,65	13,3	45,9	343,0	
Итого за день		1-3 лет		35,55	44,01	181,7	1278,7	
		3-7 лет		41,95	53,79	210,6	1523,7	

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
День 7								
Завтрак	Каша рисовая	1-3 лет	150	5,8	4,2	29,4	201,2	№ 99
		3-7 лет	180	6,9	5,0	35,1	245,2	
	Какао с молоком	1-3 лет	180	4,1	4,1	24,3	144,0	№ 214
		3-7 лет	180	4,1	4,1	24,3	144,0	
	Батон нарезной с повидлом	1-3 лет	20/8	1,6	0,6	15,5	73,1	
		3-7 лет	30/10	2,2	0,9	21,9	104,4	
Итого за завтрак		1-3 лет	358	11,5	8,9	69,2	418,3	
		3-7 лет	400	13,2	10,0	81,3	493,6	
Второй завтрак	Фрукты свежие	1-3 лет	95	0,4		8,2	31,3	
		3-7 лет	100	0,4		8,6	33,0	
Обед	Салат из отварного картофеля с зеленым луком/ Салат из свежих помидоров	1-3 лет	30	0,55	2,55	3,7	40,5	№ 34/1
		3-7 лет	50	0,9	4,25	6,2	67,5	
	Суп-пюре из разных овощей с гренками	1-3 лет	150/20	5,0	6,9	19,5	154,8	№ 63 № 178
		3-7 лет	180/20	5,6	7,6	21,5	169,9	
	Биточек из говядины	1-3 лет	50	7,3	6,7	2,8	136,3	№ 138
		3-7 лет	70	10,1	9,4	4,0	190,9	
	Капуста тушеная	1-3 лет	110	2,6	5,0	11,8	102,5	№ 168
		3-7 лет	130	3,1	5,9	14,0	121,2	
	Сок	1-3 лет	150			22,8	97,5	
		3-7 лет	180			27,4	117,0	
	Хлеб ржано-пшеничный	1-3 лет	18	1,2	0,16	7,5	38,5	
		3-7 лет	22	1,5	0,19	9,2	47,0	
Итого за обед		1-3 лет	528	16,65	21,31	68,1	570,1	
		3-7 лет	652	21,2	27,34	82,3	713,5	
Полдник	Сырники из творога	1-3 лет	80	11,4	7,6	17,4	189,3	№ 116
		3-7 лет	100	14,3	9,5	21,8	236,7	
	Соус молочный	1-3 лет	20	0,5	1,1	3,2	25,0	№ 185
		3-7 лет	30	0,8	1,7	4,9	37,5	
	Батон нарезной	1-3 лет	20	1,5	0,6	10,2	52,0	
		3-7 лет	30	2,2	0,9	15,3	78,0	
	Чай с сахаром	1-3 лет	150	0,15		15,0	43,5	№ 209
		3-7 лет	180	0,18		18,0	52,2	
Итого за полдник		1-3 лет	270	13,55	9,3	45,8	309,8	
		3-7 лет	340	17,48	12,1	60,0	404,4	
Итого за день		1-3 лет		42,1	39,51	191,3	1329,5	
		3-7 лет		52,28	49,44	232,2	1644,5	

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
День 8								
Завтрак	Салат из зеленого горошка	1-3 лет	40	1,2	1,9	2,6	28,8	№ 1/1
		3-7 лет	60	1,9	2,2	3,8	43,2	
	Омлет натуральный	1-3 лет	80	8,1	13,4	1,5	158,5	№ 112
		3-7 лет	105	10,6	17,6	2,0	208,1	
	Кофейный напиток	1-3 лет	180	2,7	2,6	12,0	80,1	№ 13/10
		3-7 лет	200	3,0	2,9	13,4	89,0	
	Батон нарезной с маслом сливочным	1-3 лет	20/5	1,9	3,8	11,7	90,5	№ 1/13
		3-7 лет	30/8	2,3	4,6	14,1	108,6	
Итого за завтрак		1-3 лет	325	13,9	21,7	27,8	357,9	
		3-7 лет	403	17,8	27,3	33,3	448,9	
Второй завтрак	Фрукты свежие	1-3 лет	95	0,4		8,2	31,3	№ 192
		3-7 лет	100	0,4		8,6	33,0	
Обед	Салат из квашеной капусты с яблоками/Салат из белокочанной капусты с яблоком	1-3 лет	30	0,15	1,6	2,2		№ 25 № 8/1
		3-7 лет	50	0,3	2,6	3,7		
	Уха рыбацкая	1-3 лет	150	5,1	1,5	7,3	65,2	№ 30/2
		3-7 лет	180	6,1	1,9	8,8	78,3	
	Картофельная запеканка с мясом	1-3 лет	180	19,6	12,3	29,0	305,6	№ 146
		3-7 лет	200	21,8	13,7	32,2	339,0	
	Соус красный основной	1-3 лет	30	0,7	0,9	2,3	19,5	№ 180
		3-7 лет	30	0,7	0,9	2,3	19,5	
	Компот из сухофруктов	1-3 лет	150	0,5		26,6	105,0	№ 196
		3-7 лет	180	0,5		31,9	126,0	
	Хлеб ржано-пшеничный	1-3 лет	18	1,2	0,16	7,5	38,5	
		3-7 лет	22	1,5	0,19	9,2	47,0	
Итого за обед		1-3 лет	558	27,25	16,46	74,9	533,8	
		3-7 лет	682	30,9	19,29	88,1	609,8	
Полдник	Пирожок печеный с яблоками	1-3 лет	60	3,6	1,4	30,8	150,4	№ 225
		3-7 лет	75	4,5	1,7	38,5	188,0	
	Чай с сахаром	1-3 лет	150	0,15		15,0	43,5	№ 209
		3-7 лет	200	0,2		20,0	58,0	
Итого за полдник		1-3 лет	210	3,75	1,4	45,8	193,9	
		3-7 лет	275	4,7	1,7	58,5	246,0	
Итого за день		1-3 лет		45,3	39,56	156,7	1116,9	
		3-7 лет		53,8	48,29	188,5	1337,7	

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
День 9								
Завтрак	Запеканка из творога	1-3 лет	130	20,5	14,0	30,6	316,9	№ 118
		3-7 лет	150	23,7	16,2	35,3	397,00	
	Кисель из концентрата	1-3 лет	30			5,0	17,8	№ 201
		3-7 лет	50			8,3	29,6	
	Чай с молоком	1-3 лет	170	1,3	1,3	14,7	73,8	№ 211
		3-7 лет	180	1,4	1,4	15,6	78,3	
	Батон нарезной с сыром	1-3 лет	20/5	3,3	1,9	9,3	69,3	№ 3/13
		3-7 лет	30/8	4,9	2,9	14,0	104,0	
Итого за завтрак		1-3 лет	355	25,1	17,2	59,6	477,8	
		3-7 лет	418	30,0	20,5	73,2	608,9	
Второй завтрак	Сок	1-3 лет	100			15,2	65,0	
		3-7 лет	100			15,2	65,0	
Обед	Винегрет	1-3 лет	30	0,3	1,65	3,6	35,7	№ 20
		3-7 лет	50	0,5	2,7	6,0	59,5	
	Суп-лапша домашняя с курицей	1-3 лет	150	3,6	2,7	9,2	86,0	№ 57
		3-7 лет	180	3,9	3,2	11,0	99,4	
	Котлета рубленая из птицы	1-3 лет	50	8,8	5,1	8,1	117,0	№ 153
		3-7 лет	70	12,3	7,1	11,3	163,8	
	Пюре картофельное	1-3 лет	110	2,3	4,9	16,9	123,2	№ 163
		3-7 лет	130	2,7	5,8	20,0	145,6	
	Компот из свежих яблок	1-3 лет	150	0,15		26,8	102,0	№ 194
		3-7 лет	180	0,18		32,2	122,4	
	Хлеб ржано-пшеничный	1-3 лет	18	1,2	0,16	7,5	38,5	
		3-7 лет	22	1,5	0,19	9,2	47,0	
Итого за обед		1-3 лет	508	16,35	14,51	72,1	502,4	
		3-7 лет	632	21,08	18,99	89,7	637,7	
Полдник	Пряник	1-3 лет	50	2,4	2,35	44,5	174,0	
		3-7 лет	50	2,4	2,35	44,5	174,0	
	Молоко кипяченое	1-3 лет	150	4,4	5,1	7,4	92,3	№ 215
		3-7 лет	200	5,9	6,8	9,9	123,0	
	Фрукты свежие	1-3 лет	95	0,4		8,2	31,3	№ 192
		3-7 лет	100	0,4		8,6	33,0	
Итого за полдник		1-3 лет		7,2	7,45	60,1	297,6	
		3-7 лет		8,7	9,15	63,0	330,0	
Итого за день		1-3 лет		48,65	39,16	207,0	1342,8	
		3-7 лет		59,78	48,64	241,1	1641,6	

Прием пищи	Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
День 10								
Завтрак	Каша геркулесовая	1-3 лет	150	5,8	4,2	29,4	201,2	№ 99
		3-7 лет	180	6,9	5,0	35,1	245,2	
	Какао с молоком	1-3 лет	180	4,1	4,1	24,3	144,0	№ 214
		3-7 лет	180	4,1	4,1	24,3	144,0	
	Батон нарезной с маслом сливочным	1-3 лет	20/5	1,9	3,8	11,7	90,5	№ 1/13
		3-7 лет	30/8	2,3	4,6	14,1	108,6	
Итого за завтрак		1-3 лет	355	11,8	12,1	65,4	435,7	
		3-7 лет	398	13,3	13,7	73,5	497,8	
Второй завтрак	Фрукты свежие	1-3 лет	95	0,4		8,2	31,3	№ 192
		3-7 лет	100	0,4		8,6	33,0	
Обед	Салат из свеклы с сыром/ Салат из свежих огурцов	1-3 лет	30	0,4	2,2	2,5	31,8	№ 5/ № 9
		3-7 лет	50	0,7	3,7	4,3	53,0	
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	1-3 лет	150	7,9	2,1	13,1	103,5	№ 55 № 56
		3-7 лет	180	8,2	2,4	15,6	117,5	
	Биточек из говядины	1-3 лет	50	7,3	6,7	2,8	136,3	№ 138
		3-7 лет	70	10,1	9,4	4,0	190,9	
	Макаронные изделия отварные	1-3 лет	110	4,5	2,5	23,8	156,2	№ 161
		3-7 лет	130	5,3	3,0	28,1	184,6	
	Соус красный основной	1-3 лет	30	0,7	0,9	2,3	19,5	№ 180
		3-7 лет	50	1,1	1,5	3,8	33,0	
	Сок	1-3 лет	150			22,8	97,5	
		3-7 лет	180			27,4	117,0	
	Хлеб ржано-пшеничный	1-3 лет	18	1,2	0,16	7,5	38,5	
		3-7 лет	22	1,5	0,19	9,2	47,0	
Итого за обед		1-3 лет	508	22,0	14,56	74,8	583,3	
		3-7 лет	632	26,9	20,19	92,4	743,0	
Полдник	Пирожки печеные с повидлом	1-3 лет	60	3,6	2,9	36,3	183,4	№ 17-2/12
		3-7 лет	70	4,2	3,4	42,4	214,0	
	Напиток «Снежинка» йогуртовый	1-3 лет	150	4,2	4,8	6,15	88,5	№ 216
		3-7 лет	180	5,04	5,8	7,38	106,2	
Итого за полдник		1-3 лет	210	7,8	7,7	42,45	271,9	
		3-7 лет	250	9,24	9,2	49,78	320,2	
Итого за день		1-3 лет		42,0	34,36	190,85	1322,2	
		3-7 лет		49,84	43,09	224,28	1594,0	

Итого за 10 дней	1-3 лет		394,52	389,65	1738,3	12158,1	
	3-7 лет		480,54	482,5	2069,58	14799,9	
В среднем за 1 день	1-3 лет		39,45	38,96	173,83	1215,81	
	3-7 лет		48,05	48,25	206,95	1479,99	