



Утверждаю
Заведующий МДОУ детский
сад №3 «Березка»

М.А. Развозжаева
Приказ № 39 от 28.08.2023 г.

*Муниципальное дошкольное образовательное учреждение детский сад
№3 «Березка» р.п. Екатериновка*

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

МДОУ детский сад №3 «БЕРЕЗКА»

Первый день

Наименование продукта	Выход продукта		Возраст до 3 лет								
	до 3л.	С3-7л	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С
Завтрак											
1.Макаронны отварные с маслом/сахаром Т/К17	150	200	1,87	0,22	27,6	120	0,02	0,01	4,65	1,05	0,04
2.Чай с сахаром Т/К49	150	200	0,15	-	11,28	45,72	0,075	0,075	3,93	0,65	0,075
3.Батон с маслом Т/К39	30/5	40/6	2,73	1,3	15,75	95,45	0,04	0,01	8,1	0,48	-
Второй завтрак											
1.Сок Т/К57	100	100	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2
Обед											
1.Щи на м/б со сметаной Т/К3	200/10	250/10	2,08	2,53	9,26	68,2	0,04	0,04	22,56	1,01	10,56
2.Каша ячневая Т/К25	110	130	0,29	3,38	17,17	110,42	-	-	-	-	-
3. Котлета мясная Т/К26	70	80	11,8	8,2	14,9	138,3					
4.Хлеб ржаной, пшеничный Т/К41,42	60	70	4,86	0,72	25,2	126,7	0,12	0,06	21,2	1,68	-
5.Компот из с/ф Т/К51	150	200	0,78	-	20,22	81	0,01	0,03	30,85	0,51	0,6
6.Салат луковый Т/К61	30	40	0,3	2,7	2,1	34					
Полдник											
1.Каша жидкая молочная из манной крупы Т/К16	150	200	3,6	3,7	24	161,5	0,09	0,06	87	1,72	0,82
2.Какао с молоком Т/К53	150	200	0,2	1,67	15,04	60,96	0,03	0,01	90,75	0,75	0,75
3.Печенье/Пряник Т/К37,48	10	20	0,2	0,3	6,2	28	0,01	0,01	2,9	0,21	-
	1375	1746	29,36	24,72	195,4	1098,4	0.445	0.315	279.94	8.26	14.845

	Возраст от 3-7 лет									
	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С	
1.	2,5	0,3	36,8	161	0,03	0,02	6,2	1,4	0,002	
2.	0,2	-	15,04	60,96	0,1	0,1	5,25	0,87	0,1	
3.	3,77	5,58	22,19	124,14	0,08	0,04	13,6	0,81	-	
1.	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2	
1.	2,6	3,16	11,5	85,25	0,05	0,05	28,2	1,26	13,2	
2.	0,35	4	20,3	130,5	46	-	-	-	-	
3.	13,6	9,5	15,61	158						
4.	5,67	0,84	29,4	147,84	0,14	0,07	25,9	1,96	-	
5.	0,98	-	26,96	108	0,02	0,04	41,14	0,68	0,8	
6	0,53	3,6	2,8	45,3						
1.	5,6	6,9	24,39	174	0,1	0,2	122,7	4,6	0,1	
2.	2,17	1,87	18,6	100,5	0,1	0,1	5,25	0,87	0,1	
3.	0,4	0,6	12,4	56	0,02	0,02	5,8	0,42	-	
	38,87	36,35	24,27	1379,7	0.445	0.315	279.94	8.26	14.845	

Второй день.

Наименование продукта	Выход продукта		Возраст до 3 лет								
	до 3л.	С3-7л	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С
Завтрак											
1.Каша пшеничная молочная жидкая Т/К13	150	200	4,64	4,94	33	194,1					
2.Чай с молоком Т/К62	150	200	2,65	2,33	11,3	77	0,04	0,14	112	0,28	1,19
3.Батон с маслом сыром Т/К 39,40	30/5/5	40/6/10	5,11	3,4	22,19	113,95	0,043	0,013	52,1	0,53	-
Второй завтрак											
1.Фрукт /сок/ Т/К35,57	85	85	0,4	0,3	10,3	47	0,04	0,04	14,4	2,76	6
Обед											
1.Суп с клецками на курином бульоне Т/К1	200	250	2,88	2,29	15,6	93,6	0,1	0,06	20	0,96	9,6
2.Картофельная запеканка Т/К27	150	200	12,13	9,5	25,7	237	0,17	0,16	24,8	1,82	3,8
3.Хлеб ржаной, пшеничный Т/К41,42	60	70	4,86	0,72	25,2	126,7	0,12	0,06	21,2	1,68	-
4.Компот из с/ф Т/К51	150	200	0,78	-	20,22	81	0,01	0,03	30,85	0,51	0,6
5. Салат из отварной свеклы Т/К60	40	50	0,66	3,66	3	47,5	0,01	0,01	15,29	0,52	0,37
Полдник											
1.Оладья с повидл Т/К47,55	110	130	5,88	4,9	44,4	248,2	0,07	0,04	10,5	0,46	-
2.Напиток из шиповника Т/К63	150	200	0,07	-	15,34	61,68	-	-	0,15	0,02	-
	1285	1641	40,06	32,04	226,25	1327,73	0,60	0,55	301,29	9,54	21,56

	Возраст от 3-7 лет									
	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С	
1	6,2	6,6	44	258,8						
2	2,67	2,34	14,31	89	0,04	0,14	113,9	0,37	1,2	
3	5,41	0,78	25,75	161,14	0,086	0,046	101,6	0,91	-	
1	0,4	0,3	10,3	47	0,04	0,04	14,4	2,76	6	
1	3,6	2,86	19,5	117	0,13	0,08	25	1,2	12	
2	8,91	6,59	20,43	177	18,2	1,38	0,08	0,1	1,78	
3	5,67	0,84	29,4	147,84	0,14	0,07	25,9	1,96	-	
4	0,98	-	26,96	108	0,02	0,04	41,14	0,68	0,8	
5	0,82	4,57	3,75	59,37						
1	6,72	5,6	50,77	283,7						
2	0,1	-	20,46	82,24	-	-	0,2	0,03	-	
	41,48	30,48	265,63	1531,09	18,65	1,79	322,22	8,01	21,78	

Третий день.

Наименование продукта	Выход продукта		Возраст до 3 лет									
	до 3л.	С3-7л	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Са	Fe	С	
Завтрак												
1.Каша рисовая молочная жидкая Т/К14	150	200	5,6	6,39	24,8	179	0,09	0,06	0,87	1,72	0,82	
2.Какао с молоком Т/К53	150	200	2,17	1,87	18,6	100,5	0,03	0,01	20,75	0,75	0,75	
3.Батон с маслом повидл Т/К39,55	30/5/5	40/6/10	5,11	3,4	15,75	113,95	0,043	0,013	52,1	0,53	-	
Второй завтрак												
1.Салат из моркови Т/К59	100	100	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2	
Обед												
1.Суп гороховый с гречками Т/К8	200	250	2,41	1,61	13,2	9,2	0,09	0,03	38,2	0,92	7,08	
2.Рыба туш в томате с овощ Т/К22	60	70	7,8	5,4	6	120,7	0,06	0,02	31,2	0,96	-	
3.Гречневая каша Т/К28	110	130	3,2	3,5	20,2	116,4	0,02	0,008	10,74	0,84	-	
4. Хлеб ржаной, пшеничный Т/К41,42	60	70	4,86	0,72	25,2	126,7	0,12	0,06	21,2	1,68	-	
5.Компот из с/ф Т/К51	150	200	0,78	-	20,22	81	0,01	0,03	30,85	0,51	0,6	
Полдник												
1.Ватрушка с творогом Т/К44	80	90	3,5	5	11,6	182						
2.Кисель Т/К52	150	200	0,15	-	11,28	45,72	0,06	0,03	189	-	1,5	
	1250	1566	36,08	27,89	173,55	1186,17	0.603	0.311	413.41	8.57	12.75	

	Возраст от 3-7 лет									
	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Са	Fe	С	
1	7,47	8,53	33,07	238,67	0,12	0,09	1,16	2,3	1,1	
2	2,9	2,5	24,8	134	0,04	0,02	121	1	1	
3	5,41	9,78	22,19	161,14	0,086	0,046	101,6	0,91	-	
1	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2	
1	3,02	2,02	16,5	115	0,12	0,04	47,75	1,15	8,85	
2	17,7	7,56	9	135,6	0,1	0,2	13,2	0,96	-	
3	4	4,2	21,38	124,14	0,03	0,01	12,7	1	-	
4	5,67	0,84	29,4	147,84	0,14	0,07	25,9	1,96	-	
5	0,98	-	26,96	108	0,02	0,04	41,14	0,68	0,8	
1	4	5,7	13,1	205						
2	0,2	-	15,04	60,96	0,08	0,05	252	-	2	
	51,85	41,13	218,14	1458,5	0.603	0.311	413.41	8.57	12.75	

Четвертый день.

Наименование продукта	Выход продукта		Возраст до 3 лет									
	до 3л.	3-7л	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С	
Завтрак												
1.Каша вязкая геркулесовая с маслом Т/К18	150	200	4,99	0,82	16,98	156	0,07	0,15	143,11	0,67	0,69	
2.Кофейный напиток с молоком Т/К50	150	200	1,13	0,97	21	80,25	0,01	0,01	5,7	0,75	1	
3.Батон с маслом, повидлом Т/К39,55	30/5	40/6	2,73	1,3	15,75	95,45	0,04	0,01	8,1	0,48	-	
Второй завтрак												
1. Сок Т/К57	85	85	0,5	-	6,7	28,2	0,04	0,04	14,4	2,76	6	
Обед												
1.Суп рыбный из консервов Т/К4	200	250	8,13	2,08	13,32	152	0,08	0,06	17,25	0,75	6	
2.Плов из курицы Т/К29	170	200	11,9	9,24	15,98	195,16	0,06	0,13	4,76	56,44	3,06	
3. Хлеб ржаной, пшеничный Т/К41,42	60	70	4,86	0,72	25,2	126,7	0,12	0,06	21,2	1,68	-	
4. Компот из с/ф Т/К51	150	200	0,78	-	20,22	81	0,01	0,03	30,85	0,51	0,6	
5. Салат из отварной свеклы Т/К60	40	50	0,66	3,66	3	47,5	0,01	0,01	15,29	0,52	0,37	
Полдник												
1.Пирожки с капустой Т/К46	80	90	4,73	5,72	29,7	170	0,06	0,1	43,5	0,77	0,03	
2.Чай с сахаром Т/К49	150	200	0,15	-	15,04	60,96	0,075	0,075	3,93	0,65	0,075	
	1270	1591	40,56	24,5	182,9	1193,2	0,61	0,71	278,84	96,32	17,67	

	Возраст от 3-7 лет									
	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С	
1	6,66	1,1	22,64	208	0,1	0,2	190,82	0,9	0,9	
2	1,51	1,3	22,4	107	0,02	0,01	61	1	1	
3	3,77	5,58	22,19	124,14	0,08	0,04	13,6	0,81	-	
1	0,5	-	6,7	28,2	0,04	0,04	14,4	2,76	6	
1	10,17	2,6	16,65	190	0,11	0,09	23	1	8	
2	14	10,88	18,8	229,6	0,08	0,16	66,4	3,6	5,6	
3	5,67	0,84	29,4	147,84	0,14	0,04	25,9	1,96	-	
4	0,98	-	26,96	108	0,02	0,04	41,14	0,68	0,8	
5	0,82	4,57	3,75	59,37	0,01	0,01	15,29	0,52	0,37	
1	6,34	7,6	35,3	222,6	0,09	0,13	58	1,02	0,04	
2	0,2	-	15,04	60,96	0,1	0,1	5,25	0,87	0,1	
	50,62	34,4	219,8	1485,7	0,79	0,86	514,8	15,8	22,81	

Пятый день.

Наименование продукта	Выход продукта		Возраст до 3 лет								
	до 3л.	С3-7л	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С
<i>Завтрак</i>											
1.Супмолочный с макаронными изделиями Т/К10	150	200	4,67	4,86	20,94	146					
2.Чай с сахаром Т/К49	150	200	0,15	-	11,28	45,72	0,075	0,075	3,93	0,65	0,075
3.Батон с маслом Т/К39	30/5	40/6	3,77	4,3	22,19	95,45	0,04	0,01	8,1	0,48	-
<i>Второй завтрак</i>											
1. Сок Т/К57	100	100	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2
<i>Обед</i>											
1.Суп рисовый с смет Т/К9	200	250	5,72	0,48	16,12	102	0,2	0,05	47,84	2,12	4,25
2.Жаркое по домашнему Т/К24	150	200	21,09	20,16	16,78	332,53	0,07	0,07	26,25	3,75	6,24
3. Хлеб ржаной, пшеничный Т/К41,42	60	70	4,86	0,72	25,2	126,7	0,12	0,06	21,2	1,68	-
4. Компот из с/ф Т/К51	150	200	0,78	-	20,22	81	0,01	0,03	30,85	0,51	0,6
5. Салат из капусты и моркови Т/К58	30	40	0,66	3,66	3	47,5	0,015	-	12,73	0,31	1,86
<i>Полдник</i>											
1.Пудинг творожный с изюмом Т/К43	120	150	21,04	14,46	20,58	296	0,07	0,31	177,6	0,96	0,28
2.Напиток их шиповника Т/К63	150	200	0,4	-	18	70,2	0,03	0,01	0,75	20,75	0,75
	1295	1656	63,64	48,64	181,01	1371,3	0,64	0,625	337,25	31,41	16,05

	Возраст от 3-7 лет									
	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С	
1	6,98	10,42	25	222						
2	0,2	-	15,04	60,96	0,1	0,1	5,25	0,87	0,1	
3	4,25	5,58	25,75	124,14	0,08	0,04	13,6	0,81	-	
1	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2	
1	7,15	0,6	20,15	127,5	0,25	0,07	59,8	2,65	5,32	
2	28,13	26,88	22,38	443,38	0,17	0,1	35	5	8,33	
3	5,67	0,84	29,4	147,84	0,14	0,04	25,9	1,96	-	
4	0,98	-	26,96	108	0,02	0,04	41,14	0,68	0,8	
5	0,69	4,5	3,5	56,66	0,015	-	12,73	0,31	1,86	
1	26,31	18,09	25,74	372	0,09	0,39	221,1	1,05	0,36	
2	0,53	-	24	93,6	0,04	0,02	121	1	1	
	81,39	66,91	200,62	1730,28	0,91	0,81	543,52	14,53	18,77	

Шестой день.

Наименование продукта	Выход продукта		Возраст до 3 лет								
	до 3л.	3-7л	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С
Завтрак											
1. Каша гречка рас с маслом/сахаром Т/К11	150	200	4,59	6,2	13,2	156,75					
2. Кофейный напиток с сгущ. Молоком Т/К50	150	200	1,13	0,97	21	80,25	0,01	0,01	5,7	0,75	1
3. Батон с маслом, сыр Т/К39,40	30/5	40/6	2,73	1,3	15,75	95,45	0,04	0,01	8,1	0,48	-
Второй завтрак											
1. Сок Т/К57	100	100	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2
Обед											
1. Щи на м/б со смет Т/К3	200	250	2,08	2,53	9,26	68,2	0,07	0,07	80,94	0,97	6,01
2. Тефтели мясные Т/К30	60	70	8,4	9,8	10,6	225	0,017	0,013	0,9	0,35	-
3. Макароны отварные Т/К31	110	130	3,69	3,83	19,8	130,73					
4. Хлеб ржаной, пшеничный Т/К41,42	60	70	4,86	0,72	25,2	126,7	0,12	0,06	21,2	1,68	-
5. Компот из с/ф Т/К51	150	200	0,78	-	20,22	81	0,01	0,03	30,85	0,51	0,6
6. Салат луковый Т/К61	20	30	0,3	2,7	2,1	34					
Полдник											
1. Каша перловая молочная жидкая Т/К64	150	200	4,59	6,2	13,2	156,75	0,06	0,06	105,97	0,99	0,99
2. Чай с сахаром Т/К49	150	200	0,15	-	11,28	45,72	0,075	0,075	3,93	0,65	0,075
3. Печенье/Вафли Т/К38,48	20		0,2	0,3	6,2	28					
	1355	1696	34	34,5	174,5	1256,7	0.495	0.514	282.32	7.66	12.595

	Возраст от 3-7 лет									
	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С	
1	6,3	6,27	13,8	209,6						
2	1,51	1,3	22,4	107	0,1	0,1	5,25	0,87	0,1	
3	3,77	5,58	22,19	124,14	0,08	0,04	13,6	0,81	-	
1	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2	
1	2,6	3,16	11,5	85,25	0,1	0,1	107,92	1,3	8,02	
2	16,2	10,8	12,9	319	0,025	0,019	1,35	0,52	-	
3	4	4,2	21,38	141,6	0,034	0,040	15,64	0,41	-	
4	5,67	0,84	29,4	147,84	0,08	0,06	76	14	30	
5	0,98	-	26,96	108	0,14	0,04	25,9	1,96	-	
6	0,53	3,6	2,8	45,3	0,08	0,08	141,3	1,33	1,33	
1	6,13	8,27	13,2	209,6	0,1	0,1	5,25	0,87	0,1	
2	0,2	-	15,04	60,96						
3	0,4	0,6	12,4	56						
	48,8	44,6	210,67	1642,5	0.495	0.514	282.32	7.66	12.595	

Седьмой день.

Наименование продукта	Выход продукта		Возраст до 3 лет								
	до 3л.	3-7л	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С
Завтрак											
1.Кашавязкая молочная кукурузная Т/К15	150	200	3,3	4,5	16,8	118,5					
2.Чай с сахаром Т/К49	150	200	0,15	-	11,28	45,72	0,075	0,075	3,93	0,65	0,075
3. Батон с маслом, сыр Т/К39,40	30/5/5	40/6/10	2,73	1,3	15,75	95,45	0,043	0,013	52,1	0,53	-
Второй завтрак											
1. Сок Т/К57	85	85	1,5	0,35	14,7	76,8	0,03	0,04	6,4	0,48	8
Обед											
1.Суп картофельный с мясными фрикадельками Т/К7	200/10	250/10	2,92	2,1	15	90,75	0,04	0,04	22,56	1,01	10,56
2.Рагу овощное Т/К20	150	200	22,3	21,2	17,6	341,2	0,02	0,11	43,18	1,36	0,05
3. Хлеб ржаной, пшеничный Т/К41,42	60	70	4,86	0,72	25,2	126,7	0,12	0,06	21,2	1,68	-
4. Компот из с/ф Т/К51	150	200	0,78	-	20,22	81	0,01	0,03	30,85	0,51	0,6
5. Салат из отварной свеклы Т/К60	40	50	0,66	3,5	4,5	56,66					
Полдник											
1.Сырники творожные запеченные Т/К34	110/20	130/20	12,6	6,22	1,54	133,45					
2.Напиток из шиповника Т/К63	150	200	0,4	-	18	70,2					
	1315	1671	52,2	39,9	160,6	1236,4	0,46	0,69	443,13	12,24	21,81

	Возраст от 3-7 лет									
	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С	
1	4,5	5,9	22	159						
2	0,2	-	15,04	60,96	0,1	0,1	5,25	0,87	0,1	
3	3,77	5,58	22,19	124,14	0,086	0,046	101,6	0,91	-	
1	1,5	0,35	14,7	76,8	0,03	0,04	6,4	0,48	8	
1	3,9	2,8	20	121	0,05	0,05	28,2	1,26	13,2	
2	29,2	27,6	23,4	452,3	0,03	0,13	50,38	1,59	0,06	
3	5,67	0,84	29,4	147,84	0,04	0,006	4,3	5,69	-	
4	0,98	-	26,96	108	0,14	0,07	25,9	1,96	-	
5	0,66	3,9	4,9	58,66	0,02	0,04	41,14	0,68	0,8	
1	13,27	6,79	1,68	145,59						
2	0,53	-	24	93,6	-	-	-	-	-	
	64,1	53,76	204,27	1547,9	0,62	0,872	575,87	14,36	24,92	

Восьмой день

Наименование продукта	Выход продукта		Возраст до 3 лет								
	до 3л.	3-7л	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С
Завтрак											
1.Каша Дружба жидкая Т/К12	150	200	5,6	1,1	24,39	168,75	0,09	0,06	87	1,72	0,82
2.Какао с молоком Т/К53	150	200	1,13	0,97	21	80,25	0,01	0,01	5,7	0,75	1
3.Батон с маслом повидлом Т/К39,55	30/5	40/6	5,11	3,4	22,19	113,95	0,04	0,01	8,1	0,48	-
Второй завтрак											
1.Салат из моркови Т/К59	100	100	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2
Обед											
1.Суп картофельный с макаронными изделиями Т/К5	200	250	5,3	4,14	12,3	108	0,1	0,09	23,2	1,17	8,96
2.Гуляш из отварного мяса Т/К23	70	80	14,85	14,6	12,7	52,01	0,05	0,52	22,61	0,85	11,2
3.Гороховая каша Т/К32	110	130	19,31	3,9	18,1	112,2					
4. Хлеб ржаной, пшеничный Т/К41,42	60	70	4,86	0,72	25,2	126,7	0,12	0,06	21,2	1,68	-
5. Компот из с/ф Т/К51	150	200	0,78	-	20,22	81	0,01	0,03	30,85	0,51	0,6
Полдник											
1.Булочка с посыпкой Т/К65	80	90	5,97	4,97	45,12	252,17	0,09	0,04	21,66	-	16,66
2.Снежок Т/К54	150	200	0,15	-	11,28	45,72	0,075	0,075	3,93	0,65	0,075
	1255	1566	63,56	33,8	219,2	1168,9	0,6	0,92	246,71	8,54	45,115

	Возраст от 3-7 лет								
	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С
1	6,66	2,5	25,64	208	0,1	0,2	190,82	0,9	0,9
2	2,9	2,5	24,8	134	0,04	0,02	121	1	1
3	5,41	9,78	25,75	161,14	0,086	0,046	101,6	0,91	-
1	6,62	5,17	15,37	135	0,01	0,01	8	0,2	2
1	0,5	-	6,7	28,2	-	-	244	502	-
2	16,98	16,7	14,52	59,44	0,14	0,22	71,84	2,88	8,7
3	21,09	4,6	26,96	118,2	0,14	0,07	25,9	1,96	-
4	5,67	0,84	29,4	147,84	0,02	0,04	41,14	0,68	0,8
5	0,98	-	26,96	108	0,2	0,02	22,42	0,3	19,47
1	6,72	5,6	50,77	283,7	0,09	0,05	12	0,53	-
2	0,2	-	15,04	60,96	-	-	0,2	0,03	-
	73,73	47,7	261,9	1444,4	0,826	0,676	838,92	511,39	32,87

Девятый день

Наименование продукта	Выход продукта		Возраст до 3 лет								
	до 3л.	С3-7л	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С
Завтрак											
1.Каша жидкая молочная из манной крупы Т/К16	150	200	3,6	3,7	24	144,6	0,09	0,06	87	1,72	0,82
2.Кофейный напиток с молоком Т/К50	150	200	1,13	0,97	21	80,25	0,01	0,01	5,7	0,75	1
3.Батон с маслом, повидлом Т/К39,55	30/5	40/6	2,73	1,3	15,75	95,45	0,04	0,01	8,1	0,48	-
Второй завтрак											
1. Сок Т/К57	100	100	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2
Обед											
1.Рассольник на мясном бульоне с смотанной Т/К6	200	250	5,3	10,5 6	33,45	248,8					
2.Котлета рыбная любительская Т/К21	70	80	15,1 7	6,48	7,7	116,2	0,05	0,52	22,61	0,85	11,2
3.Пюре картофельное Т/К19	110	130	2,65	3,39	21,38	136,62					
4. Хлеб ржаной, пшеничный Т/К41,42	60	70	4,86	0,72	25,2	126,7	0,12	0,06	21,2	1,68	-
5. Компот из с/ф Т/К51	150	200	0,78	-	20,22	81	0,01	0,03	30,85	0,51	0,6
6. Салат из капусты и моркови Т/К58	40	50	0,52	2,92	2,4	38					
Полдник											
1.Блины Т/К56	80	90	3,44	0,74	20,72	173,32					
2.Чай с сахаром Т/К49	150	200	0,15	-	11,28	45,72	0,075	0,075	3,93	0,65	0,075
	1295	1616	40,8	30,78	21	1314,8	0,405	0,775	187,39	6,84	15,695

	Возраст от 3-7 лет									
	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С	
1	5,6	6,9	24,39	168,7	0,1	0,2	122,7	4,6	0,1	
2	1,59	1,3	22,4	107	0,1	0,1	5,25	0,87	0,1	
3	3,77	5,58	22,19	124,14	0,08	0,04	13,6	0,81	-	
1	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2	
1	6,26	13,2	41,82	311,08						
2	17,7	7,56	9	135,6	0,06	0,6	25,84	0,98	12,8	
3	4	4,2	22,36	141,6	0,04	0,006	4,3	5,69	-	
4	5,67	0,84	29,4	147,84	0,14	0,07	25,9	1,96	-	
5	0,98	-	26,96	108	0,02	0,04	41,14	0,68	0,8	
6	0,66	3,66	3	47,5						
1	5,15	1,1	31	194,99						
2	0,2	-	15,04	60,96	0,1	0,1	5,25	0,87	0,1	
	52,08	44,34	254,26	1575,61	0,595	0,905	232,26	8,01	41,315	

Десятый день.

Наименование продукта	Выход продукта		Возраст до 3 лет								
	до 3л.	3-7л	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С
Завтрак											
1. Каша вязкая геркулесовая с маслом Т/К18	150	200	4,99	0,82	16,98	127,5					
2. Чай с сахаром Т/К49	150	200	2,65	2,33	11,3	77	0,075	0,075	3,93	0,65	0,075
3. Батон с маслом Т/К39	30/5	40/6	2,73	2,3	15,75	95,45	0,04	0,01	8,1	0,48	-
Второй завтрак											
1. Сок Т/К57	100	100	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2
Обед											
1. Борщ на м/б со сметаной Т/К2	200/10	250/10	1,6	4,79	10,84	92,88	0,04	0,04	20,85	1	7,68
2. Вермешелевая запеканка Т/К33	150	200	8,16	9,32	8,64	135,8	0,02	0,11	43,18	-	0,05
3. Хлеб ржаной, пшеничный Т/К41,42	60	70	4,86	0,72	25,2	126,7	0,12	0,06	21,2	1,68	-
4. Компот из с/ф Т/К51	150	200	0,78	-	20,22	81	0,01	0,03	30,85	0,51	0,6
5. Салат луковый Т/К61	30	40	0,3	2,7	2,1	34					
Полдник											
1. Пирог «Манник» Т/К66	80	90	5,17	7,4	39,4	240					
2. Кисель Т/К52	150	200	0,15	-	11,28	61,68	-	-	-	-	-
	1265	1606	31,9	30,3	168,41	1100,21	0.435	0.445	314.71	6.45	10.73

	Возраст от 3-7 лет								
	Б	Ж	У	Кал	В1	В2	Ca	Fe	С
1	6,66	1,1	22,64	170	0,1	0,2	123,4	0,3	0,1
2	2,67	2,35	14,31	89	0,1	0,1	5,25	0,87	0,1
3	3,77	5,58	22,19	124,14	0,08	0,04	13,6	0,81	-
1	0,5	-	6,7	28,2	0,01	0,01	8	0,2	2
1	2	5,99	13,53	116,11	0,06	0,05	26,07	1,26	9,6
2	10,89	12,43	11,52	181,1	0,065	0,086	17,04	2,086	1,8
3	5,67	0,84	29,4	147,84	0,18	0,08	12,33	4,28	-
4	0,98	-	26,96	108	0,14	0,07	25,9	1,96	-
5	0,53	0,6	2,8	45,3					
1	5,82	8,38	44,32	270					
2	0,25	-	20,46	82,24	-	-	-	-	-
	39,74	37,27	214,86	1361,9	0.435	0.445	314.71	6.45	10.73