



День: 3

| Прием пищи         | Наименование блюда                  | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |        |         | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|--------------------|-------------------------------------|-------------|----------------------|--------|---------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                    |                                     |             | Б                    | Ж      | У       |                                |           |             |
| Завтрак            | Каша молочная пшенно-кукурузная     | 200         | 4,960                | 4,840  | 23,620  | 158,423                        |           | 174         |
|                    | Какао с молоком                     | 200         | 2,020                | 1,460  | 14,000  | 77,140                         |           | 397         |
|                    | Бутерброд с маслом                  | 30/10       | 3,620                | 8,000  | 20,580  | 168,800                        |           | 1           |
| Итого за Завтрак   |                                     |             | 10,600               | 14,300 | 58,200  | 404,363                        |           |             |
| Завтрак 2          | Биопродукт кисломолочный "Бифимикс" | 125/1шт     | 3,125                | 5,130  | 16,000  | 122,670                        | 8,307     | 401         |
| Итого за Завтрак 2 |                                     |             | 3,125                | 5,130  | 16,000  | 122,670                        | 8,307     |             |
| Обед               | Суп картофельный с горохом          | 200         | 5,720                | 6,120  | 14,116  | 157,940                        | 0,840     | 81          |
|                    | Биточки рыбные Нежные               | 80/30       | 11,478               | 8,096  | 11,018  | 189,260                        | 0,184     | 393,07      |
|                    | Пюре картофельное                   | 150         | 3,150                | 5,630  | 23,580  | 157,590                        | 2,900     | 321         |
|                    | Напиток из шиповника                | 200         | 0,021                |        | 22,000  | 88,000                         | 29,252    | 398         |
|                    | Хлеб пшеничный                      | 050         | 1,200                | 0,230  | 22,000  | 95,000                         |           | 1           |
| Итого за Обед      |                                     |             | 21,569               | 20,076 | 92,714  | 687,790                        | 33,176    |             |
| Полдник            | Яблоки, запеченные с сахаром        | 120         | 2,000                | 0,240  | 38,205  | 174,247                        | 8,496     | 403         |
|                    | Чай без сахара                      | 200         |                      |        | 1,000   | 4,000                          |           | 410         |
| Итого за Полдник   |                                     |             | 2,000                | 0,240  | 39,205  | 178,247                        | 8,496     |             |
| Ужин               | Котлета по-хлыновски                | 80          | 11,965               | 13,749 | 14,741  | 173,230                        | 0,021     | 454,18      |
|                    | Рис с овощами                       | 150         | 4,141                | 6,505  | 25,940  | 178,500                        |           | 315         |
|                    | Чай без сахара                      | 200         |                      |        | 1,000   | 4,000                          |           | 410         |
|                    | Хлеб пшеничный                      | 025         | 0,600                |        | 13,200  | 51,200                         |           | 1           |
| Итого за Ужин      |                                     |             | 16,706               | 20,254 | 54,881  | 406,930                        | 0,021     |             |
| Итого за день      |                                     |             | 54,000               | 60,000 | 261,000 | 1800,000                       | 50,000    |             |

День: 4

| Прием пищи         | Наименование блюда                        | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |        |         | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|--------------------|---|-------------|----------------------|--------|---------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                    |   |             | Б                    | Ж      | У       |                                |           |             |
| Завтрак            | Каша молочная овсяная                     | 200         | 5,324                | 6,120  | 23,041  | 174,050                        |           | 185         |
|                    | Напиток кофейный                          | 200         | 1,500                | 1,200  | 7,000   | 44,800                         |           | 395         |
|                    | Бутерброд с маслом                        | 30/15       | 4,073                | 5,425  | 18,653  | 143,955                        |           | 1           |
| Итого за Завтрак   |   |             | 10,897               | 12,745 | 48,694  | 362,805                        |           |             |
| Завтрак 2          | Йогурт (персик)                           | 200         | 5,000                | 5,000  | 13,533  | 119,133                        | 6,995     | 401         |
| Итого за Завтрак 2 |   |             | 5,000                | 5,000  | 13,533  | 119,133                        | 6,995     |             |
| Обед               | Свекольник (борщ с картофелем)            | 200         | 5,200                | 5,080  | 15,136  | 134,200                        | 3,530     | 58          |
|                    | Ежики мясные                              | 80          | 9,580                | 5,470  | 4,840   | 98,550                         |           | 98,2        |
|                    | Каша гречневая рассыпчатая с маслом       | 150         | 3,540                | 6,320  | 26,380  | 171,836                        |           | 179         |
|                    | Соус основной красный                     | 040         | 0,525                | 2,840  | 23,820  | 103,179                        | 1,370     | 587         |
|                    | Кисель из смородины                       | 200         | 0,022                |        | 22,000  | 88,000                         | 23,941    | 590         |
|                    | Хлеб пшеничный                            | 050         | 1,200                | 0,230  | 22,000  | 95,000                         |           | 1           |
| Итого за Обед      |   |             | 20,067               | 19,940 | 114,176 | 690,765                        | 28,841    |             |
| Полдник            | Ватрушка с творогом                       | 075         | 4,886                | 9,410  | 28,695  | 211,327                        | 0,074     | 458         |
|                    | Чай без сахара                            | 200         |                      |        | 1,000   | 4,000                          |           | 410         |
| Итого за Полдник   |   |             | 4,886                | 9,410  | 29,695  | 215,327                        | 0,074     |             |
| Ужин               | Макароны отварные                         | 150         | 2,333                | 4,970  | 25,800  | 139,325                        |           | 205         |
|                    | Куриные колбаски куриные в соусе ,с сыром | 80          | 9,906                | 7,935  | 9,981   | 168,855                        |           | 309         |
|                    | Чай без сахара                            | 200         |                      |        | 1,000   | 4,000                          |           | 410         |
|                    | Хлеб пшеничный                            | 030         | 0,600                |        | 11,000  | 58,200                         |           | 1           |
|                    | Мандарины свежие                          | 100         | 0,311                |        | 7,121   | 41,590                         | 14,090    | 386         |
| Итого за Ужин      |   |             | 13,150               | 12,905 | 54,902  | 411,970                        | 14,090    |             |
| Итого за день      |   |             | 54,000               | 60,000 | 261,000 | 1800,000                       | 50,000    |             |

День: 5

День: 5

| Прием пищи       | Наименование блюда          | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |        |         | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------|-----------------------------|-------------|----------------------|--------|---------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                  |                             |             | Б                    | Ж      | У       |                                |           |             |
| Завтрак          | Каша молочная пшеничная     | 200         | 5,840                | 5,630  | 24,850  | 165,430                        |           | 185         |
|                  | Какао с молоком             | 200         | 2,020                | 1,460  | 14,000  | 77,140                         |           | 397         |
|                  | Бутерброд с маслом, сыром   | 30/10/10    | 3,250                | 5,000  | 18,580  | 151,920                        |           | 3           |
| Итого за Завтрак |                             |             | 11,110               | 12,090 | 57,430  | 394,490                        |           |             |
| Завтрак 2        | Бифивит                     | 150         | 3,750                | 3,750  | 12,000  | 117,310                        |           | 401         |
|                  | Итого за Завтрак 2          |             |                      | 3,750  | 3,750   | 12,000                         | 117,310   |             |
| Обед             | Суп картофельный с клецками | 200         | 5,072                | 6,120  | 14,956  | 134,680                        | 0,460     | 85          |
|                  | Голубцы ленивые             | 190         | 14,338               | 12,000 | 39,634  | 321,200                        | 7,465     | 298         |
|                  | Компот из сухофруктов       | 200         | 0,400                |        | 18,000  | 73,600                         | 21,080    | 376         |
|                  | Хлеб ржаной                 | 050         | 2,000                | 1,000  | 22,000  | 105,000                        |           | 1           |
| Итого за Обед    |                             |             | 21,810               | 19,120 | 94,590  | 634,480                        | 29,005    |             |
| Полдник          | Вафли                       | 50          | 2,960                | 7,300  | 30,526  | 199,644                        |           | 100         |
|                  | Чай с молоком               | 200         | 1,400                | 2,500  | 8,000   | 60,100                         |           | 413         |
| Итого за Полдник |                             |             | 4,360                | 9,800  | 38,526  | 259,744                        |           |             |
| Ужин             | Рыба запеченная             | 80          | 8,720                | 9,120  | 7,174   | 141,296                        | 0,095     | 254         |
|                  | Рис припущенный             | 130         | 2,950                | 5,020  | 26,400  | 131,900                        |           | 76          |
|                  | Чай без сахара              | 200         |                      |        | 1,000   | 4,000                          |           | 410         |
|                  | Хлеб ржаной                 | 025         | 1,000                | 0,500  | 11,000  | 52,500                         |           | 1           |
|                  | Апельсины свежие            | 100         | 0,300                | 0,600  | 12,880  | 64,280                         | 20,900    | 386         |
| Итого за Ужин    |                             |             | 12,970               | 15,240 | 58,454  | 393,976                        | 20,995    |             |
| Итого за день    |                             |             | 54,000               | 60,000 | 261,000 | 1800,000                       | 50,000    |             |

День: 6

| Прием пищи       | Наименование блюда           | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |        |         | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------|------------------------------|-------------|----------------------|--------|---------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                  |                              |             | Б                    | Ж      | У       |                                |           |             |
| Завтрак          | Омлет натуральный            | 150         | 6,733                | 6,420  | 9,650   | 106,080                        | 0,031     | 20          |
|                  | Чай с молоком                | 200         | 1,400                | 2,500  | 8,000   | 60,100                         |           | 29          |
|                  | Бутерброд с джемом           | 30/10/20    | 3,589                | 5,000  | 16,000  | 123,000                        | 8,630     | 2           |
| Итого за Завтрак |                              |             | 11,722               | 13,920 | 33,650  | 289,180                        | 8,661     |             |
| Завтрак 2        | Снежок                       | 180         | 4,500                | 4,500  | 14,400  | 127,500                        |           | 401         |
|                  | Итого за Завтрак 2           |             |                      | 4,500  | 4,500   | 14,400                         | 127,500   |             |
| Обед             | Борщ с ФАСОЛЬЮ и картофелем  | 200         | 5,600                | 5,047  | 14,920  | 127,080                        | 4,360     | 63          |
|                  | Биточек по-белорусски        | 80          | 8,717                | 7,140  | 9,295   | 128,180                        |           | 467         |
|                  | Макаронные отварные          | 130         | 3,078                | 4,650  | 25,430  | 155,570                        |           | 205         |
|                  | Компот из кураги             | 200         | 0,541                |        | 20,000  | 82,000                         | 20,890    | 376         |
|                  | Хлеб пшеничный               | 050         | 1,200                | 0,230  | 22,000  | 95,000                         |           | 1           |
| Итого за Обед    |                              |             | 19,136               | 17,067 | 91,645  | 587,830                        | 25,250    |             |
| Полдник          | Коржик молочный              | 075         | 4,590                | 9,124  | 32,000  | 228,476                        |           | 496         |
|                  | Чай с молоком                | 200         | 1,400                | 2,500  | 8,000   | 60,100                         |           | 413         |
| Итого за Полдник |                              |             | 5,990                | 11,624 | 40,000  | 288,576                        |           |             |
| Ужин             | Зразы картофельные с печенью | 170         | 10,052               | 9,889  | 39,098  | 304,714                        | 4,089     | 430         |
|                  | Соус сметанный               | 030         | 2,000                | 3,000  | 18,007  | 107,000                        | 12,000    | 354         |
|                  | Чай с сахаром                | 200         |                      |        | 11,000  | 44,000                         |           | 411         |
|                  | Хлеб пшеничный               | 025         | 0,600                |        | 13,200  | 51,200                         |           | 1           |
| Итого за Ужин    |                              |             | 12,652               | 12,889 | 81,305  | 506,914                        | 16,089    |             |
| Итого за день    |                              |             | 54,000               | 60,000 | 261,000 | 1800,000                       | 50,000    |             |

День: 7

| Прием пищи       | Наименование блюда                      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |        |         | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------|---|-------------|----------------------|--------|---------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                  |   |             | Б                    | Ж      | У       |                                |           |             |
| Завтрак          | Каша молочная манная                    | 200         | 5,096                | 6,120  | 24,350  | 154,923                        |           | 185         |
|                  | Напиток кофейный                        | 200         | 1,500                | 1,200  | 7,000   | 44,800                         |           | 395         |
|                  | Бутерброд с маслом, сыром               | 30/10/15    | 4,000                | 5,500  | 26,580  | 178,800                        |           | 3           |
| Итого за Завтрак |   |             | 10,596               | 12,820 | 57,930  | 378,523                        |           |             |
| Завтрак 2        | Ряженка                                 | 150         | 3,750                | 3,750  | 13,000  | 100,750                        |           | 401         |
|                  | Итого за Завтрак 2                      |             |                      | 3,750  | 3,750   | 13,000                         | 100,750   |             |
| Обед             | Суп картофельный с вермишелью и курицей | 200         | 5,021                | 6,378  | 14,890  | 136,962                        | 2,800     | 82          |
|                  | Бефстроганов из куриной грудки          | 50/50       | 10,810               | 7,130  | 6,320   | 141,933                        | 0,349     | 300         |
|                  | Каша гречневая рассыпчатая с маслом     | 150         | 3,403                | 6,320  | 26,380  | 174,560                        |           | 179         |
|                  | Хлеб Дарницкий                          | 050         | 2,000                | 1,000  | 22,000  | 103,000                        |           | 1           |
|                  | Напиток из шловника                     | 200         | 0,021                |        | 16,000  | 64,000                         | 29,252    | 398         |
| Итого за Обед    |   |             | 21,255               | 20,828 | 85,590  | 620,455                        | 32,401    |             |
| Полдник          | Печенье                                 | 050         | 2,698                | 5,220  | 22,560  | 156,012                        |           | 100         |
|                  | Чай с молоком                           | 200         | 1,400                | 2,500  | 8,000   | 60,100                         |           | 413         |
| Итого за Полдник |   |             | 4,098                | 7,720  | 30,560  | 216,112                        |           |             |
| Ужин             | Пудинг из творога с рисом               | 150         | 13,061               | 14,882 | 43,500  | 359,200                        | 0,087     | 51          |
|                  | Соус абрикосовый                        | 50          | 0,240                |        | 15,420  | 60,960                         | 6,482     | 359         |
|                  | Чай без сахара                          | 200         |                      |        | 1,000   | 4,000                          |           | 410         |
|                  | Яблоки свежие                           | 100         | 1,000                |        | 14,000  | 60,000                         | 11,030    | 386         |
| Итого за Ужин    |   |             | 14,301               | 14,882 | 73,920  | 484,160                        | 17,599    |             |
| Итого за день    |   |             | 54,000               | 60,000 | 261,000 | 1800,000                       | 50,000    |             |

День: 8

| Прием пищи       | Наименование блюда           | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |        |         | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
|------------------|------------------------------|-------------|----------------------|--------|---------|--------------------------------|-----------|-------------|
|                  |                              |             | Б                    | Ж      | У       |                                |           |             |
| Завтрак          | Каша молочная рисовая        | 200         | 5,960                | 5,920  | 24,840  | 169,280                        |           | 185         |
|                  | Какао с молоком              | 200         | 2,020                | 1,460  | 14,000  | 77,140                         |           | 397         |
|                  | Бутерброд с маслом           | 30/10       | 3,620                | 8,000  | 20,580  | 168,800                        |           | 1           |
| Итого за Завтрак |                              |             | 11,600               | 15,380 | 59,420  | 415,220                        |           |             |
| Завтрак 2        | Био йогурт (персик)          | 125/1шт     | 3,125                | 3,130  | 16,000  | 104,650                        | 1,200     | 401         |
|                  | Итого за Завтрак 2           |             |                      | 3,125  | 3,130   | 16,000                         | 104,650   | 1,200       |
| Обед             | Суп картофельный с гречками  | 200         | 5,000                | 6,085  | 14,810  | 133,240                        | 4,820     | 77          |
|                  | Котлета Домашняя             | 80          | 9,481                | 6,874  | 7,983   | 143,313                        |           | 299,28      |
|                  | Рагу овощное                 | 130         | 2,530                | 5,222  | 23,000  | 139,764                        | 7,820     | 344         |
|                  | Компот из изюма              | 200         | 0,541                |        | 20,000  | 80,000                         | 18,950    | 376         |
|                  | Хлеб пшеничный               | 050         | 1,200                | 0,230  | 22,000  | 95,000                         |           | 1           |
| Итого за Обед    |                              |             | 18,752               | 18,411 | 87,793  | 591,317                        | 31,590    |             |
| Полдник          | Булочка дорожная             | 75          | 4,509                | 10,140 | 44,650  | 287,896                        |           | 470         |
|                  | Чай без сахара               | 200         |                      |        | 1,000   | 4,000                          |           | 410         |
| Итого за Полдник |                              |             | 4,509                | 10,140 | 45,650  | 291,896                        |           |             |
| Ужин             | Рыба запеченная с картофелем | 180         | 15,103               | 12,939 | 30,816  | 300,127                        | 3,120     | 264         |
|                  | Мандарины свежие             | 100         | 0,311                |        | 7,121   | 41,590                         | 14,090    | 386         |
|                  | Чай без сахара               | 200         |                      |        | 1,000   | 4,000                          |           | 410         |
|                  | Хлеб пшеничный               | 025         | 0,600                |        | 13,200  | 51,200                         |           | 1           |
| Итого за Ужин    |                              |             | 16,014               | 12,939 | 52,137  | 396,917                        | 17,210    |             |
| Итого за день    |                              |             | 54,000               | 60,000 | 261,000 | 1800,000                       | 50,000    |             |

День: 9

| Прием пищи                | Наименование блюда       | Выход блюда   | Пищевые вещества (г) |                |                | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С     | № рецептуры |
|---------------------------|--------------------------|---------------|----------------------|----------------|----------------|--------------------------------|---------------|-------------|
|                           |                          |               | Б                    | Ж              | У              |                                |               |             |
| Завтрак                   | Каша "Чебурашка"         | 200           | 5,400                | 4,600          | 25,000         | 163,000                        |               | 169         |
|                           | Напиток кофейный         | 200           | 1,500                | 1,200          | 7,000          | 44,800                         |               | 395         |
|                           | Бутерброд с маслом       | 30/10         | 3,620                | 8,000          | 20,580         | 168,800                        |               | 1           |
|                           | <b>Итого за Завтрак</b>  |               | <b>10,520</b>        | <b>13,800</b>  | <b>52,580</b>  | <b>376,600</b>                 |               |             |
| Завтрак 2                 | Йогурт                   | 150           | 3,750                | 3,750          | 16,000         | 112,750                        | 15,737        | 401         |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                          |               | <b>3,750</b>         | <b>3,750</b>   | <b>16,000</b>  | <b>112,750</b>                 | <b>15,737</b> |             |
| Обед                      | Сельдь соленая           | 19            | 1,802                | 3,290          |                | 36,273                         |               | 83          |
|                           | Рассольник ленинградский | 200           | 5,900                | 6,080          | 14,760         | 137,360                        | 9,640         | 76          |
|                           | Жаркое по-домашнему      | 140/40        | 10,501               | 8,000          | 48,000         | 306,000                        | 3,480         | 276,14      |
|                           | Компот из сухофруктов    | 200           | 0,400                |                | 18,000         | 73,600                         | 21,080        | 376         |
|                           | Хлеб пшеничный           | 050           | 1,200                | 0,230          | 22,000         | 95,000                         |               | 1           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                          | <b>19,803</b> | <b>17,600</b>        | <b>102,760</b> | <b>648,233</b> | <b>34,200</b>                  |               |             |
| Полдник                   | Печенье Овсяное          | 050           | 4,109                | 7,701          | 31,930         | 213,300                        |               | 100         |
|                           | Чай без сахара           | 200           |                      |                | 1,000          | 4,000                          |               | 410         |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                          |               | <b>4,109</b>         | <b>7,701</b>   | <b>32,930</b>  | <b>217,300</b>                 |               |             |
| Ужин                      | Сырники из творога       | 150           | 12,818               | 12,149         | 39,730         | 311,813                        | 0,063         | 885         |
|                           | Молоко сгущенное         | 040           | 3,000                | 5,000          | 16,000         | 129,304                        |               |             |
|                           | Чай без сахара           | 200           |                      |                | 1,000          | 4,000                          |               | 410         |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                          |               | <b>15,818</b>        | <b>17,149</b>  | <b>56,730</b>  | <b>445,117</b>                 | <b>0,063</b>  |             |
| <b>Итого за день</b>      |                          |               | <b>54,000</b>        | <b>60,000</b>  | <b>261,000</b> | <b>1800,000</b>                | <b>50,000</b> |             |

День: 10

| Прием пищи                | Наименование блюда          | Выход блюда   | Пищевые вещества (г) |               |                | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С     | № рецептуры |
|---------------------------|-----------------------------|---------------|----------------------|---------------|----------------|--------------------------------|---------------|-------------|
|                           |                             |               | Б                    | Ж             | У              |                                |               |             |
| Завтрак                   | Каша молочная пшеничная     | 200/5         | 5,840                | 5,630         | 25,600         | 167,670                        |               | 185         |
|                           | Какао с молоком             | 200           | 2,020                | 1,460         | 14,000         | 77,140                         |               | 397         |
|                           | Бутерброд с маслом          | 30/15         | 4,073                | 5,425         | 18,653         | 143,955                        |               | 1           |
|                           | <b>Итого за Завтрак</b>     |               | <b>11,933</b>        | <b>12,515</b> | <b>58,253</b>  | <b>388,765</b>                 |               |             |
| Завтрак 2                 | Сок детский                 | 200/1шт       | 1,000                |               | 11,000         | 51,825                         | 11,362        | 418         |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                             |               | <b>1,000</b>         | <b>0,000</b>  | <b>11,000</b>  | <b>51,825</b>                  | <b>11,362</b> |             |
| Обед                      | Суп из овощей               | 200           | 5,817                | 5,400         | 14,760         | 130,840                        | 4,448         | 22          |
|                           | Гуляш из отварного мяса     | 40/50         | 9,161                | 8,523         | 4,264          | 151,135                        |               | 277,14      |
|                           | Макароны отварные           | 150           | 2,333                | 4,970         | 25,800         | 139,325                        |               | 205         |
|                           | Кисель из свежей ягоды      | 200           | 0,022                |               | 22,000         | 88,000                         | 19,000        | 590         |
|                           | Хлеб ржаной                 | 050           | 2,000                | 1,000         | 22,000         | 105,000                        |               | 1           |
| <b>Итого за Обед</b>      |                             | <b>19,333</b> | <b>19,893</b>        | <b>88,824</b> | <b>614,300</b> | <b>23,448</b>                  |               |             |
| Полдник                   | Булочка домашняя            | 075           | 4,033                | 9,360         | 34,337         | 237,580                        |               | 469         |
|                           | Бифивит                     | 180           | 4,500                | 4,500         | 14,400         | 116,000                        |               | 401         |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                             |               | <b>8,533</b>         | <b>13,860</b> | <b>48,737</b>  | <b>353,580</b>                 |               |             |
| Ужин                      | Котлеты рыбные любительские | 80            | 9,251                | 8,212         | 4,786          | 129,940                        |               | 256         |
|                           | Рис припущенный             | 130           | 2,950                | 5,020         | 26,400         | 161,090                        |               | 76          |
|                           | Чай с лимоном               | 200           |                      |               | 12,000         | 48,000                         | 15,190        | 80          |
|                           | Хлеб ржаной                 | 025           | 1,000                | 0,500         | 11,000         | 52,500                         |               | 1           |
| <b>Итого за Ужин</b>      |                             |               | <b>13,201</b>        | <b>13,732</b> | <b>54,186</b>  | <b>391,530</b>                 | <b>15,190</b> |             |
| <b>Итого за день</b>      |                             |               | <b>54,000</b>        | <b>60,000</b> | <b>261,000</b> | <b>1800,000</b>                | <b>50,000</b> |             |

|  |         |         |          |           |         |
|--|---------|---------|----------|-----------|---------|
| Итого за период  | 540,000 | 600,000 | 2610,000 | 18000,000 | 500,000 |
| Среднее значение за период   | 54,0    | 60,0    | 261,0    | 1800,0    | 50,0    |
| Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности | 12      | 30      | 56       |           |         |

Использованы следующие технические нормативы:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Москва 2016г.
2. Диетическое и рациональное питание детей дошкольного возраста. Часть 1.2. Пермь 2003г.
3. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах. Москва 2004г.

Составил \_\_\_\_\_ Кузнецова М.В.

Утвердил \_\_\_\_\_

Заведующий МДОУ № 50  
Минь (И.Г. Минкина)

