

УТВЕРЖДЕНО:

Заведующий МДОУ «Рязановский детский сад»
(наименование дошкольного образовательного учреждения)



Приказ №44 от 31.08.2023г.

Д.И. Данилина /
расшифровка подписи

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«РЯЗАНОВСКИЙ ДЕТСКИЙ САД»**

Десятидневное меню

Меню для детей от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 1 | | | | | | | | |
| Завтрак | Яйцо отварное | 40 | 5,10 | 4,60 | 29,42 | 63 | 0 | 209 |
| | Кисель из сока натурального | 150 | 0,42 | 0,05 | 14,50 | 92,7 | 0,825 | 382 |
| | Бутерброды с маслом | 35 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 225 | 7,82 | 9,01 | 60,67 | 263,7 | 0,825 | |
| Завтрак | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп картоф. с макаронами | 210 | 4,30 | 3,90 | 17,51 | 105,6 | 4,83 | 38 |
| | Плов из отварной птицы | 160 | 10,03 | 10,00 | 27,76 | 237,45 | 0,3 | 416 |
| | Компот из с/ф | 150 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81 | 0,036 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| | Салат из свеклы с луком | 40 | 0,77 | 2,43 | 3,34 | 37,56 | 3,8 | 33 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 600 | 18,17 | 17,51 | 83,39 | 531,21 | 8,966 | |
| Полдник | Какао с молоком | 150 | 1,00 | 1,08 | 10,83 | 75 | 0,83 | 248 |
| | Кондитерские изделия | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,1 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 180 | 3,25 | 4,02 | 33,15 | 200,1 | 0,83 | |
| Ужин | Запеканка из творога с молоком сгущённым | 130 | 12,80 | 11,50 | 31,13 | 343,27 | 0,39 | 117 |
| | Чай с сахаром, | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 30 | 0,27 | 264 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 280 | 12,80 | 11,50 | 40,11 | 373,27 | 0,66 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1385 | 42,44 | 42,44 | 226,82 | 1418,28 | 18,281 | |

Меню для детей от 3 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|--|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 1 | | | | | | | | |
| Завтрак | Яйцо отварное | 40 | 5,10 | 4,60 | 29,42 | 63 | 0 | 209 |
| | Кисель из сока натурального | 180 | 0,50 | 0,05 | 27,18 | 111,24 | 0,99 | 382 |
| | Бутерброды с маслом | 45 | 3,07 | 5,81 | 19,50 | 144 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 265 | 8,67 | 10,46 | 76,10 | 318,24 | 0,99 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп картоф. с макаронами | 250 | 6,50 | 5,20 | 22,09 | 150 | 6,1 | 38 |
| | Плов из отварной птицы | 210 | 13,16 | 13,12 | 36,43 | 311,65 | 0,4 | 416 |
| | Компот из с/ф | 200 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90 | 0,4 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| | Салат из свеклы с луком | 60 | 0,85 | 3,65 | 5,19 | 56,34 | 5,7 | 33 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 770 | 24,29 | 22,57 | 104,21 | 694,99 | 12,6 | |
| Полдник | Какао с молоком | 200 | 1,20 | 1,30 | 13,00 | 90 | 1,17 | 248 |
| | Кондитерские изделия | 35 | 2,62 | 3,43 | 26,04 | 145,05 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 235 | 3,82 | 4,73 | 39,04 | 235,05 | 1,17 | |
| Ужин | Запеканка из творога с молоком сгущённым | 140 | 19,60 | 16,70 | 43,10 | 475,3 | 0,54 | 117 |
| | Чай с сахаром, | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43 | 0,32 | 264 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 320 | 19,60 | 16,70 | 55,08 | 518,3 | 0,86 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1690 | 56,78 | 54,86 | 283,93 | 1816,58 | 22,62 | |

Меню для детей от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|-----------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 2 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша овсяная "Геркулес" | 150 | 4,76 | 6,38 | 16,40 | 140,25 | 1,46 | 93 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 1,08 | 1,08 | 11,67 | 76,67 | 0,83 | 253 |
| | Бутерброды с маслом | 35 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 335 | 8,14 | 11,82 | 42,69 | 324,92 | 2,29 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп картоф. С бобовыми | 200 | 4,30 | 3,90 | 17,51 | 105,6 | 4,83 | 36 |
| | Тефтели мясные с рисом | 50 | 6,41 | 6,78 | 5,22 | 107,54 | 0,56 | 174 |
| | Кисель из натурального сока | 150 | 0,42 | 0,05 | 14,50 | 92,7 | 0,825 | 382 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| | Салат из свежих огурцов | 30 | 0,23 | 1,82 | 0,71 | 20,18 | 2,85 | 13 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 470 | 14,00 | 13,03 | 51,30 | 395,62 | 9,065 | |
| Полдник | Кисломолочный продукт | 140 | 4,06 | 4,48 | 5,60 | 82,6 | 1,19 | 251 |
| | Батон нарезной | 30 | 1,95 | 0,90 | 13,50 | 69 | 0 | 125 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 170 | 6,01 | 5,38 | 19,10 | 151,6 | 1,19 | |
| Ужин | Суп молоч. с макарон. изд. | 150 | 4,39 | 4,36 | 14,99 | 16,25 | 0,75 | 44 |
| | Батон нарезной | 30 | 1,95 | 0,90 | 13,50 | 69 | 0 | 125 |
| | Чай с сахаром, | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43 | 0,32 | 264 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 360 | 6,34 | 5,26 | 40,47 | 128,25 | 1,07 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1435 | 34,89 | 35,89 | 163,06 | 1050,39 | 20,615 | |

Меню для детей от 3 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. (ккал) | Витамин С | № рецептур ы |
|------------------------------|-----------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|--------------------|--------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 2 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша овсяная "Геркулес" | 200 | 6,35 | 8,51 | 21,86 | 187 | 1,95 | 93 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,30 | 1,30 | 14,00 | 92 | 1 | 253 |
| | Бутерброды с маслом | 45 | 3,07 | 5,81 | 19,50 | 144 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 425 | 10,72 | 15,62 | 55,36 | 423 | 2,95 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп картоф. С бобовыми | 250 | 6,50 | 5,20 | 22,09 | 150 | 6,1 | 36 |
| | Тефтели мясные с рисом | 70 | 8,98 | 9,49 | 7,31 | 150,5 | 0,79 | 174 |
| | Кисель из натурального сока | 180 | 0,50 | 0,05 | 27,18 | 111,24 | 0,99 | 382 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| | Салат из свежих огурцов | 50 | 0,38 | 3,04 | 1,18 | 33,65 | 4,75 | 13 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 600 | 19,66 | 18,38 | 74,46 | 532,39 | 12,63 | |
| Полдник | Кисломолочный продукт | 150 | 4,35 | 4,80 | 6,00 | 88,5 | 1,5 | 251 |
| | Батон нарезной | 40 | 2,60 | 1,20 | 18,00 | 92 | 0 | 125 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 190 | 6,95 | 6,00 | 24,00 | 180,5 | 1,5 | |
| Ужин | Суп молоч. с макарон. изд. | 200 | 5,85 | 5,81 | 19,99 | 155 | 1 | 44 |
| | Батон нарезной | 40 | 2,60 | 1,20 | 18,00 | 92 | 0 | 125 |
| | Чай с сахаром, | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43 | 0,32 | 264 |
| ИТОГО ЗА ПРИЁМ ПИЩИ : | | 420 | 8,45 | 7,01 | 49,97 | 290 | 1,32 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1735 | 46,18 | 47,41 | 213,29 | 1475,89 | 25,4 | |

Меню для детей от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|-------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 3 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая ячневая молочная | 150 | 5,26 | 6,07 | 21,29 | 159,75 | 1,46 | 91 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 1,08 | 1,08 | 11,67 | 76,67 | 0,83 | 253 |
| | Бутерброд с маслом | 35 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 335 | 8,64 | 11,51 | 47,58 | 344,42 | 2,29 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп картоф. с рыбн. фрикадел. | 170 | 3,98 | 3,11 | 9,26 | 81 | 6,72 | 90 |
| | Котлеты рыбные | 70 | 6,38 | 3,81 | 24,80 | 99,75 | 0,37 | 134 |
| | Рис отварной | 100 | 2,43 | 3,53 | 24,46 | 139,8 | 0 | 332 |
| | Сок | 167 | 0,84 | 0,00 | 16,87 | 70,5 | 3,34 | 418 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| | Салат из свеклы с луком | 40 | 0,77 | 2,43 | 3,34 | 37,56 | 3,8 | 33 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 587 | 17,04 | 13,36 | 92,09 | 498,21 | 14,23 | |
| Полдник | Компот из с/ф | 150 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81 | 0,36 | 241 |
| | Кондитерские изделия | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,1 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 180 | 2,68 | 2,94 | 43,74 | 206,1 | 0,36 | |
| Ужин | Блинчики с джемом | 85 | 6,24 | 8,10 | 34,31 | 234 | 1,03 | 265 |
| | Чай с сахаром, | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 30 | 0,27 | 264 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 235 | 6,24 | 8,10 | 43,29 | 264 | 1,3 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1437 | 35,00 | 36,31 | 236,20 | 1362,73 | 18,187 | |

Меню для детей от 3 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 3 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая ячневая молочная | 200 | 6,44 | 7,53 | 25,38 | 192 | 1,95 | 91 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,30 | 1,30 | 14,00 | 92 | 1 | 253 |
| | Бутерброд с маслом | 45 | 3,07 | 5,81 | 19,50 | 144 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 425 | 10,81 | 14,64 | 58,88 | 428 | 2,95 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп картоф. с рыбн. фрикад. | 230 | 4,48 | 2,42 | 12,53 | 89,8 | 8,95 | 90 |
| | Котлеты рыбные | 80 | 7,80 | 4,35 | 28,30 | 114 | 0,42 | 134 |
| | Рис отварной | 110 | 2,67 | 3,88 | 26,91 | 153,78 | 0 | 332 |
| | Сок | 180 | 0,90 | 0,00 | 18,18 | 76 | 3,6 | 418 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| | Салат из свеклы с луком | 60 | 0,85 | 3,65 | 5,19 | 56,34 | 5,7 | 33 |
| | ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 710 | 20,00 | 14,90 | 107,81 | 576,92 | 18,67 |
| | Компот из с/ф | 200 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90 | 0,4 | 241 |
| | Кондитерские изделия | 35 | 2,62 | 3,43 | 26,04 | 145,05 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 235 | 3,10 | 3,43 | 49,84 | 235,05 | 0,4 | |
| Ужин | Блинчики с джемом | 85 | 6,24 | 8,10 | 34,31 | 234 | 1,03 | 265 |
| | Чай с сахаром, | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43 | 0,32 | |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 265 | 11,17 | 8,10 | 46,29 | 277 | 1,35 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1735 | 45,48 | 41,47 | 272,32 | 1566,97 | 30,37 | |

Меню для детей от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 4 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшённая молочная | 150 | 5,26 | 6,07 | 21,29 | 159,75 | 1,46 | 96 |
| | Какао с молоком | 150 | 1,00 | 1,08 | 10,83 | 75 | 0,83 | 248 |
| | Бутерброды с маслом | 35 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 335 | 8,56 | 11,51 | 46,74 | 342,75 | 2,29 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп картоф.с мяс.фрикадельк. | 200 | 5,20 | 4,24 | 11,62 | 133,8 | 8,42 | 39 |
| | Картофельная запек. с мясом | 128 | 14,55 | 17,25 | 11,81 | 260,68 | 2,47 | 387 |
| | Компот из с/ф | 150 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81 | 0,036 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| | Салат из белокоч.капусты | 30 | 0,42 | 1,82 | 2,70 | 26,22 | 9,74 | 20 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 548 | 23,24 | 23,79 | 60,91 | 571,3 | 20,666 | |
| Полдник | Кисель из натурального сока | 150 | 0,42 | 0,05 | 14,50 | 92,7 | 0,825 | 382 |
| | Кондитерские изделия | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,1 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 180 | 2,67 | 2,99 | 36,82 | 217,8 | 0,825 | |
| Ужин | Макароны отварные с сыром | 150 | 3,29 | 10,01 | 22,71 | 218 | 0,14 | 206 |
| | Чай с сахаром, | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 30 | 0,27 | 264 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 300 | 3,29 | 10,01 | 31,69 | 248 | 0,41 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1463 | 38,16 | 48,70 | 185,66 | 1429,85 | 31,191 | |

Меню для детей от 3 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 4 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшённая молочная | 200 | 7,01 | 8,09 | 28,39 | 213 | 1,95 | 96 |
| | Какао с молоком | 200 | 1,20 | 1,30 | 13,00 | 90 | 1,17 | 248 |
| | Бутерброды с маслом | 45 | 3,07 | 5,81 | 19,50 | 144 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 445 | 11,28 | 15,20 | 60,89 | 447 | 3,12 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп картоф.с мяс.фрикадельк. | 250 | 6,50 | 5,30 | 14,52 | 191 | 10,52 | 39 |
| | Картофельная запек. с мясом | 205 | 23,31 | 27,63 | 18,91 | 417,5 | 3,96 | 387 |
| | Компот из с/ф | 200 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90 | 0,4 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| | Салат из белокоч.капусты | 50 | 0,70 | 3,03 | 4,51 | 43,7 | 16,23 | 20 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 755 | 34,29 | 36,56 | 78,44 | 829,2 | 31,11 | |
| Полдник | Кисель из натурального сока | 180 | 0,50 | 0,05 | 27,18 | 111,24 | 0,99 | 382 |
| | Кондитерские изделия | 35 | 2,62 | 3,43 | 26,04 | 145,05 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 215 | 3,12 | 3,48 | 53,22 | 256,29 | 0,99 | |
| Ужин | Макароны отварные с сыром | 200 | 11,17 | 10,28 | 31,78 | 264 | 0,14 | 206 |
| | Чай с сахаром, | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43 | 0,32 | 264 |
| ИТОГО ЗА ПРИЁМ ПИЩИ : | | 380 | 11,17 | 10,28 | 43,76 | 307 | 0,46 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1895 | 60,26 | 65,92 | 245,81 | 1889,49 | 35,68 | |

Меню для детей от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 5 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая рисовая молочная | 150 | 4,16 | 5,60 | 19,56 | 144 | 1,46 | 173 |
| | Какао с молоком | 150 | 1,00 | 1,08 | 10,83 | 75 | 0,83 | 248 |
| | Бутерброд с маслом | 35 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 335 | 7,46 | 11,04 | 45,01 | 327 | 2,29 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Борщ с мясом и сметаной | 200 | 2,82 | 4,79 | 7,83 | 93,69 | 7,8 | 27 |
| | Макароны отварные с маслом | 100 | 25,61 | 3,66 | 138,41 | 689,33 | 5,43 | 204 |
| | Птица тушёная | 65 | 7,75 | 7,00 | 2,28 | 103,19 | 0,22 | 318 |
| | Компот из с/ф | 150 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81 | 0,36 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| | Салат витаминный | 30 | 0,42 | 1,82 | 2,70 | 26,22 | 9,74 | 33 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 585 | 39,67 | 17,75 | 186,00 | 1063,03 | 23,55 | |
| Полдник | Кисель из натурального сока | 150 | 0,42 | 0,05 | 14,50 | 92,7 | 0,825 | 382 |
| | Кондитерские изделия | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,1 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 180 | 2,67 | 2,99 | 36,82 | 217,8 | 0,825 | |
| Ужин | Жаркое по - домашнему | 150 | 5,63 | 3,98 | 11,00 | 170,45 | 6,13 | 153 |
| | Чай с сахаром, | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 30 | 0,27 | 264 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 340 | 8,27 | 4,46 | 33,34 | 270,05 | 6,4 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1540 | 58,47 | 36,64 | 310,67 | 1927,88 | 40,065 | |

Меню для детей от 3 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|----------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 5 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая рисовая молочная | 200 | 4,55 | 7,47 | 26,08 | 192 | 1,95 | 173 |
| | Какао с молоком | 200 | 1,20 | 1,30 | 13,00 | 90 | 1,17 | 248 |
| | Бутерброд с маслом | 45 | 3,07 | 5,81 | 19,50 | 144 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 445 | 8,82 | 14,58 | 58,58 | 426 | 3,12 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Борщ с мясом и сметаной | 250 | 3,52 | 5,98 | 9,78 | 117 | 9,74 | 27 |
| | Макароны отварные с маслом | 150 | 38,42 | 5,49 | 207,62 | 1034 | 8,14 | 204 |
| | Птица тушёная | 80 | 8,35 | 7,54 | 2,46 | 111,13 | 0,24 | 318 |
| | Компот из с/ф | 200 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90 | 0,4 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| | Салат витаминный | 50 | 0,70 | 3,03 | 4,51 | 43,7 | 16,23 | 22 |
| | ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 780 | 54,77 | 22,64 | 264,87 | 1482,83 | 34,75 |
| Полдник | Кисель из натурального сока | 180 | 0,50 | 0,05 | 27,18 | 111,24 | 0,99 | 382 |
| | Кондитерские изделия | 35 | 2,62 | 3,43 | 26,04 | 145,05 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 215 | 3,12 | 3,48 | 53,22 | 256,29 | 0,99 | |
| Ужин | Жаркое по - домашнему | 200 | 7,50 | 5,30 | 14,66 | 227,27 | 8,17 | 153 |
| | Чай с сахаром, | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43 | 0,32 | 264 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 430 | 10,80 | 5,90 | 43,34 | 357,27 | 8,49 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1970 | 77,55 | 47,00 | 429,51 | 2572,39 | 54,35 | |

Меню для детей от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 6 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая пшённая молочная | 150 | 5,26 | 6,07 | 21,29 | 297,75 | 1,46 | 96 |
| | Чай с сахаром, | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 30 | 0,27 | 264 |
| | Бутерброд с маслом | 35 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 335 | 7,56 | 10,43 | 44,89 | 327 | 1,73 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Щи с мясом и сметаной | 150 | 2,95 | 4,80 | 6,87 | 94,49 | 15,54 | 56 |
| | Гуляш из отворного мяса | 110 | 14,14 | 11,40 | 3,63 | 173,25 | 0,55 | 277,354 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 100 | 3,00 | 4,27 | 14,60 | 175,33 | 0 | 186 |
| | Компот из с/ф | 150 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81 | 0,36 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| | Салат из свеклы | 40 | 0,57 | 2,44 | 3,34 | 37,56 | 3,8 | 34 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 590 | 23,73 | 23,39 | 63,22 | 631,23 | 20,25 | |
| Полдник | сок промыш. Производства | 130 | 0,07 | 0,00 | 13,13 | 54,88 | 2,6 | 399 |
| | Батон нарезной | 30 | 1,95 | 0,90 | 13,50 | 69 | 0 | 125 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 160 | 2,02 | 0,90 | 26,63 | 123,88 | 2,6 | |
| Ужин | Сырники запеченные | 120 | 20,86 | 12,73 | 24,98 | 292,33 | 0 | 233 |
| | Какао с молоком | 150 | 1,00 | 1,08 | 10,83 | 75 | 0,83 | 248 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 270 | 21,86 | 13,81 | 35,81 | 367,33 | 0,83 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1455 | 55,57 | 48,93 | 180,05 | 1499,44 | 32,41 | |

Меню для детей от 3 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|--------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 6 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая пшённая молочная | 200 | 7,01 | 8,09 | 28,39 | 213 | 1,95 | 96 |
| | Чай с сахаром, | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43 | 0,32 | 264 |
| | Бутерброд с маслом | 45 | 3,07 | 5,81 | 19,50 | 144 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 425 | 10,08 | 13,90 | 59,87 | 400 | 2,27 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Щи с мясом и сметаной | 200 | 3,68 | 7,07 | 8,58 | 118 | 19,41 | 56 |
| | Гуляш из отворного мяса | 120 | 15,42 | 12,41 | 3,96 | 189 | 0,6 | 277,354 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 4,50 | 6,40 | 21,90 | 263 | 0 | 186 |
| | Компот из с/ф | 200 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90 | 0,4 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| | Салат из свеклы | 50 | 0,71 | 3,05 | 4,18 | 46,95 | 4,75 | 34 |
| | ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 770 | 28,09 | 29,53 | 79,12 | 793,95 | 25,16 |
| Полдник | Сок промыш. Производства | 150 | 0,08 | 0,00 | 15,15 | 63,33 | 3 | 399 |
| | Батон нарезной | 40 | 2,60 | 1,20 | 18,00 | 92 | 0 | 125 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 190 | 2,68 | 1,20 | 33,15 | 155,33 | 3 | |
| Ужин | Сырники запеченые | 150 | 24,82 | 15,91 | 31,22 | 365,41 | 0 | 233 |
| | Какао с молоком | 200 | 1,20 | 1,30 | 13,00 | 90 | 1,17 | 248 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 350 | 26,02 | 17,21 | 44,22 | 455,41 | 4,17 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1835 | 67,27 | 62,24 | 225,86 | 1854,69 | 41,6 | |

Меню для детей от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|-------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 7 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая мол. Геркулес | 150 | 4,76 | 6,38 | 16,40 | 140,25 | 1,46 | 93 |
| | Какао с молоком | 150 | 1,00 | 1,08 | 10,83 | 75 | 0,83 | 248 |
| | Бутерброд с маслом | 35 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 335 | 8,06 | 11,82 | 41,85 | 323,25 | 2,29 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп карт. с бобовыми и мясом | 200 | 4,30 | 3,90 | 17,51 | 105,6 | 4,83 | 36 |
| | Тефтели мясные (птица) | 50 | 6,41 | 6,78 | 5,22 | 107,54 | 0,56 | 303 |
| | Макар. изд. отварные с маслом | 100 | 25,61 | 3,66 | 138,41 | 689,33 | 5,43 | 204 |
| | Кисель из натурального сока | 150 | 0,42 | 0,05 | 14,50 | 92,7 | 0,825 | 382 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| | Огурец солёный (пром.произ) | 45 | 0,38 | 0,07 | 1,61 | 8,05 | 10 | |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 585 | 39,76 | 14,94 | 190,61 | 1072,82 | 21,645 | |
| Полдник | Кисломолочный продукт | 140 | 4,06 | 4,48 | 5,60 | 82,6 | 1,19 | 251 |
| | Кондитерские изделия | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,1 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 170 | 6,31 | 7,42 | 27,92 | 207,7 | 1,19 | |
| Ужин | Омлет натуральный с маслом | 80 | 7,21 | 10,01 | 1,79 | 125 | 0,39 | 110 |
| | Чай с сахаром | 150 | 1,00 | 1,08 | 10,83 | 75 | 0,83 | 248 |
| | Батон нарезной | 30 | 1,95 | 0,90 | 13,50 | 69 | 0 | 125 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 260 | 10,16 | 11,99 | 26,12 | 269 | 1,22 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1450 | 64,69 | 46,57 | 296,00 | 1922,77 | 33,345 | |

Меню для детей от 3 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|-------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|----------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 7 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая мол. Геркулес | 200 | 6,35 | 8,51 | 21,86 | 187 | 1,95 | 93 |
| | Какао с молоком | 200 | 1,20 | 1,30 | 13,00 | 90 | 1,17 | 248 |
| | Бутерброд с маслом | 45 | 3,07 | 5,81 | 19,50 | 144 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 445 | 10,62 | 15,62 | 54,36 | 421 | 3,12 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп карт. с бобовыми и мясом | 250 | 6,50 | 5,20 | 22,09 | 150 | 6,1 | 36 |
| | Тефтели мясные (птица) | 80 | 11,24 | 5,37 | 10,21 | 144,42 | 2,47 | 303 |
| | Макар. изд. отварные с маслом | 150 | 38,42 | 5,49 | 207,62 | 1034 | 8,14 | 204 |
| | Кисель из натурального сока | 180 | 0,05 | 0,05 | 27,18 | 111,24 | 0,99 | 382 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| | Огурец солёный (пром.произ) | 60 | 0,57 | 0,11 | 2,42 | 12,08 | 15 | |
| | ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 770 | 60,08 | 16,82 | 286,22 | 1538,74 | 32,7 |
| Полдник | Кисломолочный продукт | 150 | 4,35 | 4,80 | 32,04 | 88,5 | 1,5 | 251 |
| | Кондитерские изделия | 35 | 2,62 | 3,43 | 26,04 | 145,05 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 185 | 6,97 | 8,23 | 33,15 | 233,55 | 1,5 | |
| Ужин | Омлет натуральный с маслом | 100 | 9,01 | 12,51 | 2,24 | 156,25 | 0,49 | 110 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43 | 0,32 | 248 |
| | Батон нарезной | 40 | 2,60 | 1,20 | 18,00 | 92 | 0 | |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 320 | 11,61 | 13,71 | 32,22 | 291,25 | 0,81 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1820 | 89,68 | 54,78 | 415,45 | 2534,54 | 45,13 | |

Меню для детей от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|-----------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 8 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая манная молочная | 150 | 4,66 | 5,60 | 18,82 | 144 | 1,46 | 88 |
| | Чай с молоком | 150 | 2,66 | 2,33 | 11,31 | 76,995 | 1,185 | 394 |
| | Бутерброд с маслом | 35 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 335 | 9,62 | 12,29 | 44,75 | 328,995 | 2,645 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп рыбный из консервов | 150 | 5,80 | 3,50 | 7,66 | 85,55 | 4,37 | 168 |
| | Картофельное пюре | 90 | 1,83 | 3,14 | 10,84 | 85,2 | 10,77 | 206 |
| | Сосиска отварная | 60 | 9,60 | 13,20 | 0,07 | 156 | 0 | 291 |
| | Компот с/ф | 150 | 0,42 | 0,05 | 14,50 | 92,7 | 0,825 | 382 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| | Огурец солёный (пром.произ) | 45 | 0,38 | 0,07 | 1,61 | 8,05 | 10 | |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 535 | 20,67 | 20,44 | 48,04 | 497,1 | 25,965 | |
| Полдник | Кисель из натурального сока | 150 | 0,42 | 0,05 | 14,50 | 92,7 | 0,825 | 382 |
| | Батон нарезной | 30 | 1,95 | 0,90 | 13,50 | 69 | 0 | 125 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 180 | 2,37 | 0,95 | 28,00 | 161,7 | 0,825 | |
| Ужин | Винегрет овощной | 150 | 1,38 | 6,18 | 8,40 | 94,8 | 10,2 | 45 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 30 | 0,27 | 264 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 340 | 4,02 | 6,66 | 30,74 | 194,4 | 10,47 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1490 | 37,08 | 40,74 | 161,03 | 1232,195 | 46,635 | |

Меню для детей от 3 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|-----------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|-----------------|---------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 8 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая манная молочная | 200 | 6,21 | 7,47 | 25,09 | 192 | 1,95 | 88 |
| | Чай с молоком | 180 | 3,19 | 2,79 | 13,57 | 92,394 | 1,422 | 394 |
| | Бутерброд с маслом | 45 | 3,07 | 5,81 | 19,50 | 144 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 425 | 12,47 | 16,07 | 58,16 | 428,394 | 3,372 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Суп рыбный из консервов | 250 | 9,67 | 5,49 | 12,77 | 142,58 | 7,29 | 168 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,05 | 5,23 | 18,07 | 137,5 | 17,95 | 206 |
| | Сосиска отварная | 60 | 9,60 | 13,20 | 0,07 | 156 | 0 | 291 |
| | Компот с/ф | 200 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90 | 0,4 | 241 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| | Огурец солёный (пром.произ) | 60 | 0,57 | 0,11 | 2,42 | 12,08 | 15 | |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 770 | 26,67 | 24,63 | 73,83 | 625,16 | 40,64 | |
| Полдник | Кисель из натурального сока | 180 | 0,50 | 0,05 | 27,18 | 111,24 | 0,99 | 382 |
| | Батон нарезной | 40 | 2,60 | 1,20 | 18,00 | 92 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 220 | 3,10 | 1,25 | 45,18 | 203,24 | 0,99 | |
| Ужин | Винегрет овощной | 180 | 2,48 | 11,10 | 15,10 | 170,6 | 18,3 | 45 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43 | 0,32 | 264 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 410 | 5,78 | 11,70 | 43,78 | 300,6 | 18,62 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1925 | 48,42 | 54,05 | 230,45 | 1607,394 | 70,622 | |

Меню для детей от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|---------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 9 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая ячневая молочная | 150 | 5,26 | 6,07 | 21,29 | 159,75 | 1,46 | 91 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 1,08 | 1,08 | 11,67 | 76,67 | 0,83 | 253 |
| | Бутерброд с маслом | 35 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 335 | 8,64 | 11,51 | 47,58 | 344,42 | 2,29 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Бульон с яйцом ,грёнками | 150 | 4,15 | 1,75 | 7,76 | 61,3 | 0,28 | 22 |
| | Голубцы ленивые | 50 | 4,11 | 3,18 | 2,99 | 56,88 | 6,23 | 151 |
| | Кисель из натурального сока | 150 | 0,42 | 0,05 | 14,50 | 92,7 | 0,825 | 382 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| | Свекла ломтиками | 40 | 0,77 | 2,43 | 3,34 | 37,56 | 3,8 | 33 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 430 | 12,09 | 7,89 | 41,95 | 318,04 | 11,135 | |
| Полдник | Компот из с/ф | 150 | 0,43 | 0,00 | 21,42 | 81 | 0,36 | 241 |
| | Кондитерские изделия | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,1 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 180 | 2,68 | 2,94 | 43,74 | 206,1 | 0,36 | |
| Ужин | Ватрушка с творогом | 60 | 7,90 | 4,69 | 25,00 | 173 | 0,03 | 458 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 30 | 0,27 | 264 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 210 | 7,90 | 4,69 | 33,98 | 203 | 0,3 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1255 | 31,71 | 27,43 | 176,75 | 1121,56 | 21,085 | |

Меню для детей от 3 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 9 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая ячневая молочная | 200 | 6,44 | 7,53 | 25,38 | 192 | 1,95 | 91 |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 1,30 | 1,30 | 14,00 | 92 | 1 | 253 |
| | Бутерброд с маслом | 45 | 3,07 | 5,81 | 19,50 | 144 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 425 | 10,81 | 14,64 | 58,88 | 428 | 2,95 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Бульон с яйцом ,гренками | 250 | 5,47 | 2,55 | 1,20 | 75,9 | 0,47 | 22 |
| | Голубцы ленивые | 70 | 5,75 | 4,45 | 4,19 | 79,63 | 8,72 | 151 |
| | Кисель из натурального сока | 180 | 0,50 | 0,50 | 27,18 | 111,24 | 0,99 | 382 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| | Свекла ломтиками | 60 | 0,85 | 3,64 | 5,19 | 56,34 | 5,7 | 33 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 610 | 15,87 | 11,74 | 54,46 | 410,11 | 15,88 | |
| Полдник | Компот из с/ф | 200 | 0,48 | 0,00 | 23,80 | 90 | 0,4 | 241 |
| | Кондитерские изделия | 35 | 2,62 | 3,43 | 26,04 | 145,05 | 0 | 604 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 235 | 3,10 | 3,43 | 49,84 | 235,05 | 0,4 | 604 |
| Ужин | Ватрушка с творогом | 80 | 10,50 | 6,26 | 33,30 | 230 | 0,04 | 458 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43 | 0,32 | 264 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 260 | 10,50 | 6,26 | 45,28 | 273 | 0,36 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1630 | 40,68 | 36,47 | 217,96 | 1396,16 | 26,59 | |

Меню для детей от 1,5 до 3 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|-------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 10 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая мол. "Дружба" | 150 | 4,66 | 5,79 | 20,78 | 150,75 | 1,46 | 84 |
| | Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 8,98 | 30 | 0,27 | 264 |
| | Бутерброд с маслом | 35 | 2,30 | 4,36 | 14,62 | 108 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 335 | 6,96 | 10,15 | 44,38 | 288,75 | 1,73 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Рассольник с мясом и сметаной | 200 | 3,28 | 4,80 | 16,76 | 116,11 | 6,57 | 33 |
| | Птица тушёная | 65 | 7,75 | 7,00 | 2,28 | 103,19 | 0,22 | 318 |
| | Макароны отварные с маслом | 100 | 25,61 | 3,66 | 138,41 | 689,33 | 5,43 | 204 |
| | Сок промышленного производ. | 130 | 0,07 | 0,00 | 13,13 | 54,88 | 2,6 | 399 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,6 | 0 | 123 |
| | Салат из белокочанной капусты | 30 | 0,04 | 1,82 | 2,70 | 26,22 | 9,74 | 20 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 565 | 39,39 | 17,76 | 186,64 | 1059,33 | 24,56 | |
| Полдник | Какао с молоком | 150 | 1,00 | 1,08 | 10,83 | 75 | 0,83 | 248 |
| | Батон нарезной | 30 | 1,95 | 0,90 | 13,50 | 69 | 0 | 125 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 180 | 2,95 | 1,95 | 24,33 | 144 | 0,83 | |
| Ужин | Каша гречневая рассыпчатая | 100 | 3,00 | 4,27 | 14,60 | 175,33 | 0 | 186 |
| | Молоко кипячёное | 150 | 4,58 | 4,08 | 7,58 | 85 | 2,05 | 419 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 250 | 7,58 | 8,35 | 22,18 | 260,33 | 2,05 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1430 | 57,28 | 38,61 | 287,03 | 1802,41 | 36,17 | |

Меню для детей от 3 до 7 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества, г | | | Энерг. Цен. | Витамин С | № рецептур |
|------------------------------|-------------------------------|-------------|---------------------|--------------|---------------|---------------|--------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| День 10 | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша вязкая мол. "Дружба" | 200 | 6,21 | 7,73 | 27,71 | 201 | 1,95 | 84 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,98 | 43 | 0,32 | 264 |
| | Бутерброд с маслом | 45 | 3,07 | 5,81 | 19,50 | 144 | 0 | 204 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 425 | 9,28 | 13,54 | 59,19 | 388 | 2,27 | |
| Завтрак 2 | Фрукты | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | 368 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,50 | 50 | 7 | |
| Обед | Рассольник с мясом и сметаной | 250 | 4,10 | 7,16 | 20,93 | 145 | 8,2 | 33 |
| | Птица тушённая | 80 | 8,35 | 7,54 | 2,46 | 111,13 | 0,24 | 318 |
| | Макароны отварные с маслом | 150 | 38,42 | 5,49 | 207,62 | 1034 | 8,14 | 204 |
| | Сок промышленного производ. | 150 | 0,08 | 0,00 | 15,15 | 63,33 | 3 | 399 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 0 | 123 |
| | Салат из белокочанной капусты | 60 | 0,85 | 3,64 | 5,19 | 56,34 | 5,7 | 33 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 740 | 55,10 | 24,43 | 268,05 | 1496,8 | 25,28 | |
| Полдник | Какао с молоком | 200 | 1,20 | 1,30 | 13,00 | 90 | 1,17 | 248 |
| | Батон нарезной | 40 | 2,60 | 1,20 | 18,00 | 92 | 0 | 125 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 240 | 3,80 | 2,50 | 31,00 | 182 | 1,17 | |
| Ужин | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 4,50 | 6,40 | 21,90 | 263 | 0 | 186 |
| | Молоко кипячёное | 180 | 5,48 | 4,88 | 9,07 | 102 | 2,46 | 419 |
| ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ: | | 330 | 9,98 | 11,28 | 30,97 | 365 | 2,46 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 1835 | 78,56 | 52,15 | 398,71 | 2481,8 | 38,18 | |