

Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение Детский сад
общеразвивающего вида /познавательно –речевого
развития воспитанников/ «Сказка» х.Степановский
Оренбургского района Оренбургской области

по
ОКПО

наименование организации

ПРИКАЗ

Номер документа	Дата составления
26	04.03.2025

(распоряжение)

«Об утверждении меню на весенне - летний период»

Для организации питания обучающихся в соответствии с СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологическими требованиями к организации общественного питания населения» ввести весенне-летнее меню с 03.03.2025 года в МБДОУ Д/с «Сказка» х.Степановский

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить 10-дневное меню МБДОУ Д/с «Сказка» х.Степановский с 3 марта 2025 года.
2. Утвердить технологические карты МБДОУ Д/с «Сказка» х.Степановский с 3 марта 2025 года.
3. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой

Руководитель
организации



Заведующий

должность

личная подпись

Т.Г.Репушко

расшифровка подписи

Товаль ЛБ

Примерное 10-дневное меню детей до 3 лет, с 3 до 7 лет весеннее-летний период

День недели	№ Рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 2-3 г	Пищевые вещества (г) 2-3 года				Энерг. ценность (Ккал)	Масса порции 3-7 лет	Пищевые вещества (г) 3-7 лет				Энерг. Ценность Ккал
				Б	Ж	У	С			Б	Ж	У	С	
Завтрак	120	Суп молочный с макаронными изделиями	140	2,46	10,44	16,8	1,68	124,1	175	6,83	13,06	21,07	2,1	230,12
	1	Бутерброд с маслом	23	1,44	3,36	9,54	0	74,24	25	1,57	3,65	10,36	0	80,70
	382	Какао с молоком	160	3,2	4,69	19,49	1,81	76,8	200	4,0	5,86	24,36	2,26	96,0
ОГ			323	7,1	18,49	45,83	3,49	275,14	400,00	12,4	22,57	55,79	4,36	406,82
Ланч	389	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,1	0	70	100	0,41	0,08	13,1	0	70
	59	Салат из моркови с яблоками или черносливом	30	0,32	0,05	2,56	1,31	11,97	50	0,53	0,09	4,26	2,19	19,95
	108	Суп картофельный с клецками	180/4	8,86	7,49	24,19	16,52	145,8	180/6	8,86	7,49	24,19	16,52	145,8
Обед	2	Птица или кролик отварные с соусом	60	6	10,52	1,59	1,422	78	70	7	12,28	1,86	1,659	91
	1	Каша рассыпчатая гречневая	110	2,42	3,68	16,94	0	77	130	2,86	4,35	20,02	0	91
	349	Компот из смеси сухофруктов	150	0,04	0	9,87	0	37,60	180	0,05	0	11,84	0	45,13
Ужин	Н	Хлеб пшеничный	18	1,42	0,18	0,38	0	42,08	28	2,21	0,28	0,59	0	65,46
	Н	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	0	43,68	24	1,34	0,26	0,58	0	55,18
	Н	Печенье	571	20,12	22,13	55,99	19,25	436,13	628	22,88	24,75	63,34	20,37	512,57
Полдник	359	Кисель из плодово-ягодного концентрата	30	0,6	3	31,47	0	147	55	1,1	5,5	57,7	0	269,5
			160	0	0	2,91	0	11,87	200	0	0	3,64	0	14,84
			190	0,6	3	34,38	0	158,87	255	1,1	5,5	61,34	0	284,34
ОГ			1184	28,23	43,7	149,3	22,74	940,14	1383	36,79	52,9	193,57	24,73	1273,73

№ Рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и 2-3 г	Пищевые вещества (г) 2-3 года				Энерг. ценност ь (Ккал)	Масса порции и 3-7 лет	Пищевые вещества (г) 3-7 лет				Энерг. Ценност ь Ккал	
			Б	Ж	У	С			Б	Ж	У	С		
трак	2	Каша жидкая молочная из ячневой крупы	150	5,58	6,14	22,54	1,65	167,87	190	7,07	7,77	28,56	2,09	212,63
	4	Бутерброд с джемом или повидлом	28	0,38	0,28	12,80	0	56,04	30	0,41	0,30	13,72	0	60,04
	379	Кофейный напиток с молоком	150	3,29	3,59	12,55	1,26	80,01	180	3,94	4,3	15,07	1,5	96,01
о	1	Плоды (яблоки)	328	9,25	10,01	47,89	2,91	303,92	400	11,42	12,37	57,35	3,59	368,68
			100	0,4	0,4	9,8	10	47	100	0,4	0,4	9,8	10	47
	67	Винегрет овощной	30	0,86	2,47	3,31	3,6	38,83	50	1,43	4,12	5,51	6,0	64,71
	88	Щи из свежей капусты с картофелем	180/5	7,33	6,44	11,65	27,9	131,4	180/6	7,33	6,44	11,65	27,9	131,4
бед	279	Тефтели 2-й вариант в соусе сметанном	50	5,72	7,18	6,74	1,335	114,80	70	8,01	10,05	9,44	1,869	160,72
	142	Картофель и овощи тушеные	110	2,92	1,72	31,99	23,33	45,90	130	3,45	2,03	37,8	27,57	54,25
	1	Компот из свежих плодов (яблоки)	150	0,26	0,26	13,88	6,525	59,1	180	0,31	0,31	16,65	7,83	70,92
	Н	Хлеб пшеничный	18	1,42	0,18	0,38	0	42,08	28	2,21	0,28	0,59	0	65,46
о	Н	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	0	43,68	24	1,34	0,26	0,58	0	55,18
			562	19,57	18,46	68,41	62,69	475,79	668	24,08	23,49	82,22	71,17	602,64
	3	Запеканка манная	40	1,2	2,21	11,13	0,224	92,00	70	2,1	3,87	19,47	0,392	161
	Н	Йогурт 1,5% жирности	160	6,56	2,4	9,44	0,96	91,2	180	7,38	2,7	10,62	102,6	1,08
о			200	7,76	4,61	20,57	1,18	183,2	250	9,48	6,57	20,09	102,9	162,08
	ГО		1190	36,98	33,48	146,6	76,78	1009,91	1418	45,38	42,83	169,46	187,6	1180,4

День 3 среда	№ Ред.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 2-3 г	Пищевые вещества (г) 2-3 года				Энерг. ценност ь (Ккал)	Масса порц- ии 3-7 лет	Пищевые вещества (г) 3-7 лет				Энерг. Ценност ь Ккал
				Б	Ж	У	С			Б	Ж	У	С	
Завтрак	1	Каша жидкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром)	150	3	4,59	24,21	0,97	226,42	190	3,8	5,81	30,67	1,24	286,80
	3	Бутерброд с сыром	20	2,14	2	8,23	0,06	36,00	33	3,52	3,3	13,58	0,09	59,40
	2	Чай с сахаром	150	0,09	0	6,66	0,05	26,10	180	0,11	0	7,99	0,05	31,32
ОГО			320	5,23	6,59	39,1	1,08	288,52	403	7,43	9,11	52,24	1,38	377,52
автрак	389	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,1	0	70	100	0,41	0,08	13,1	0	70
ОГО			100	0,41	0,08	13,1	0	70	100	0,41	0,08	13,1	0	70
Обед	39	Салат картофельный с кукурузой и морковью	30	0,46	1,87	2,68	2,53	27,01	50	0,76	3,12	4,47	4,22	45,02
	96	Рассольник ленинградский	150	5,07	4,89	23,46	16,9	120,81	180	6,08	5,87	28,15	20,28	144,97
	2	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	60	14,36	4,04	5,56	2,26	115,04	70	16,75	4,71	6,48	2,64	134,22
	139	Капуста тушеная	110	2,24	1,49	7,18	50,17	52,38	130	2,65	1,76	8,49	59,29	61,91
	1	Компот из плодов или ягод (курага)	150	1,44	0,09	23,13	1,11	98,49	180	1,73	0,11	27,76	1,33	118,19
	Н	Хлеб пшеничный	18	1,42	0,18	0,38	0	42,08	28	2,21	0,28	0,59	0	65,46
	Н	Хлеб ржано- пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	0	43,68	24	1,34	0,26	0,58	0	55,18
			537	26,05	12,77	62,85	72,97	499,49	662	31,52	16,11	76,52	87,76	624,95
	2	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	140	14,85	14,59	12,8	0,54	210,78	190	20,16	19,8	17,37	0,74	286,06
ОГО			180	5,22	4,5	8,64	2,34	96,3	190	5,51	4,75	9,12	2,47	101,65
ОГО	385	Молоко кипяченое	320	20,07	19,09	21,44	2,88	307,08	380	25,67	24,55	26,49	3,21	387,71
ОГО			1277	51,76	38,53	136,5	76,93	1165,09	1545	65,03	49,85	168,35	92,35	1460,18

День 4 Четверг	№ Рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и 2-3 г	Пищевые вещества (г) 2-3 года				Энерг. ценност ь (Ккал)	Масса порц- ии 3-7 лет	Пищевые вещества (г) 3-7 лет				Энерг. Ценност ь Ккал
				Б	Ж	У	С			Б	Ж	У	С	
Завтрак	3	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом или сахаром или вареньем)	150	3,0	3,0	50,29	1,485	180,25	195	3,9	3,9	65,38	1,931	234,33
	1	Бутерброд с маслом	23	1,44	3,36	9,54	0	74,24	25	1,57	3,65	10,36	0	80,70
	378	Чай с молоком или сливками	180	2,83	2,88	11,47	1,28	83,36	180	2,83	2,88	11,47	1,28	83,36
гого			353	7,27	9,24	71,3	2,765	337,85	400	8,3	10,43	87,21	3,211	398,39
завтрак	2	Фрукты (бананы)	100	1,5	0,5	21	10	96	100	1,5	0,5	21	10	96
того			100	1,5	0,5	21	10	96	100	1,5	0,5	21	10	96
бед	53	Салат из свеклы с зеленым горошком	30	0,49	1,24	2,19	2,1	21,87	50	0,82	2,06	3,64	3,43	36,45
	82	Борщ с капустой и картофелем	180/5	1,8	3,6	38,59	34,14	243	180/6	1,8	3,6	38,59	34,14	243
	246	Гуляш из отварной говядины	60	7,21	7,55	1,91	1,086	104,61	70	8,41	8,81	2,23	1,27	122,05
бед	4	Каша рассыпчатая перловая	110	2,2	1,17	31,56	0	104,33	130	2,6	1,38	37,3	0	123,3
	349	Компот из смеси сухофруктов	150	0,04	0	9,87	0	37,60	180	0,05	0	11,84	0	45,13
	Н	Хлеб пшеничный	18	1,42	0,18	0,38	0	42,08	28	2,21	0,28	0,59	0	65,46
Итого	Н	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	0	43,68	24	1,34	0,26	0,58	0	55,18
			572	14,22	13,95	84,96	37,33	597,17	668	17,23	16,39	94,77	38,84	690,57
	425	Булочка дорожная	50	3,86	5,28	28,38	0,21	178,18	60	4,63	6,34	34,05	0,25	213,81
Голдник	1	Кефир, ряженка	160	4,64	4	6,72	0,48	70,40	190	5,51	4,75	7,98	0,57	83,60
Итого			210	8,5	9,28	30,1	0,69	248,58	250	10,14	11,09	42,03	0,82	297,41
ИТОГО			1235	31,49	32,97	207,4	50,78	1279,6	1418	54,4	38,41	339,78	52,87	1482,37

№ Рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и 2-3 г	Пищевые вещества (г) 2-3 года				Энерг. ценност ь (Ккал)	Масса порции и 3-7 лет	Пищевые вещества (г) 3-7 лет				Энерг. ценност ь Ккал	
			Б	Ж	У	С			Б	Ж	У	С	Б	Ккал
Завтрак	210	Омлет натуральный	150	8,55	14,64	5,88	0,34	143,65	170	9,69	16,59	6,66	0,39	162,81
	3	Бутерброд с сыром	20	2,14	2	8,23	0,06	36,00	33	3,52	3,3	13,58	0,09	59,40
	382	Какао с молоком	160	3,2	4,69	19,49	1,81	76,8	200	4,0	5,86	24,36	2,26	96,0
			330	13,89	21,33	33,6	2,21	256,45	403	17,21	25,75	44,6	2,74	318,21
Обед	389	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,1	0	70	100	0,41	0,08	13,1	0	70
	15	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,29	1,8	1,0	5,0	22,26	50	0,49	3,0	1,7	8,38	37,10
Ужин	3	Суп картофельный с крупой (рисовой) со сметаной	150/5	4,5	6,0	18	11,28	82,03	180/6	5,4	7,2	21,6	13,53	98,44
	1	Рыба тушеная в томате с овощами	60	9,28	3,79	9,55	3,22	78,05	70	10,83	4,42	11,14	3,76	91,06
	310	Картофель отварной	110	2,2	2,09	27,14	19,03	81,55	130	2,6	2,47	32,07	22,49	96,38
	1	Компот из свежих плодов (яблоки)	150	0,26	0,26	13,88	6,525	59,1	180	0,31	0,31	16,65	7,83	70,92
Итого	116	Гренка из пшеничного хлеба	20	1	2	14	0,1	50	25	1,25	2,5	17,5	0,125	62,5
	Н	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	0	43,68	24	1,34	0,26	0,58	0	55,18
			544	18,59	16,15	84,03	45,16	416,67	665	22,22	20,16	101,44	56,11	511,58
	10.1	Вафли	25	0,55	0,7	27,77	0,15	95,53	40	0,88	1,12	44,44	0,24	152,84
Итого	377	Чай с лимоном	180	0,41	0	8,23	2,448	72	200	0,46	0	9,14	2,72	80
			205	0,96	0,7	36	2,598	167,53	240	1,34	1,12	53,58	2,96	232,84
Итого			1179	33,85	38,26	166,8	49,97	910,65	1388	41,18	47,11	212,72	61,81	1132,63

День недели	№ Ред.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 2-3 г	Пищевые вещества (г) 2-3 года				Энерг. ценность (Ккал)	Масса порций ии 3-7 лет	Пищевые вещества (г) 3-7 лет				Энерг. Ценность Ккал
				Б	Ж	У	С			Б	Ж	У	С	
Завтрак	2	Каша жидкая молочная пшенная	150	1,5	3	51,9	1,47	194,78	195	1,95	3,9	67,47	1,911	253,21
	1	Бутерброд с маслом	23	1,44	3,36	9,54	0	74,24	25	1,57	3,65	10,36	0	80,70
	2	Чай с сахаром	150	0,09	0	6,66	0,05	26,10	180	0,11	0	7,99	0,05	31,32
Обед			173	1,53	3,36	16,2	0,05	100,34	205	1,68	3,65	18,35	0,05	112,02
	389	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,1	0	70	100	0,41	0,08	13,1	0	70
			100	0,41	0,08	13,1	0	70	100	0,41	0,08	13,1	0	70
	63	Салат из моркови с курагой	30	0,51	0,42	4,95	0,57	25,59	50	0,85	0,69	8,26	0,95	42,65
	99	Суп из овощей	180	13,16	12,29	22,19	64,66	216,86	200	14,62	13,66	24,66	71,84	240,96
	291	Плов из птицы или кролика	110	8,66	9,75	13,21	4,83	142,11	150	11,8	13,29	18,02	6,585	193,79
	349	Компот из смеси сухофруктов	150	0,04	0	9,87	0	37,60	180	0,05	0	11,84	0	45,13
	H	Хлеб пшеничный	18	1,42	0,18	0,38	0	42,08	28	2,21	0,28	0,59	0	65,46
	N	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	0	43,68	24	1,34	0,26	0,58	0	55,18
[того]			507	24,85	22,85	51,06	70,06	507,92	632	30,87	28,18	63,95	79,37	643,17
[олдник]	H	Печенье	30	0,6	3	31,47	0	147	55	1,1	5,5	57,7	0	269,5
	359	Кисель из плодово-ягодного концентрата	160	0	0	2,91	0	11,87	200	0	0	3,64	0	14,84
Итого			190	0,6	3	34,38	0	158,87	255	1,1	5,5	61,34	0	284,34
			970	27,39	29,29	114,7	70,11	837,13	1192	34,06	37,41	156,74	79,42	1109,53

День 7 Вторник	№ Рец.	Прием пищи, наименование блюда	Мас- са порци и 2-3 г	Пищевые вещества (г) 2-3				Энерг. ценност ь (Ккал)	Масса портц- ии 3-7 лет	Пищевые вещества (г) 3-7 лет				Энерг. Ценност ь Ккал
				года						Б	Ж	У	С	
				Б	Ж	У	С							
Завтрак	2	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	140	14,85	14,59	12,8	0,54	210,78	190	20,16	19,8	17,37	0,74	286,06
	4	Бутерброд с джемом или повидлом	28	0,38	0,28	12,80	0	56,04	30	0,41	0,30	13,72	0	60,04
	379	Кофейный напиток с молоком	150	3,29	3,59	12,55	1,26	80,01	180	3,94	4,3	15,07	1,5	96,01
Итого завтрак	1	Плоды (яблоки)	318	18,52	18,46	38,15	1,8	346,83	400	24,51	24,4	46,16	2,24	442,11
Обед	52	Салат из свеклы отварной	100	0,4	0,4	9,8	10	47	100	0,4	0,4	9,8	10	47
	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	30	0,42	1,8	2,48	2	27,84	50	0,7	3,01	4,13	3,33	46,4
	1	Котлеты, биточки, шницели (с маслом) из говядины	60	6,8	7,19	4,54	0,7	108,73	70	7,94	8,39	5,3	0,82	126,85
Итого	143	Рагу из овощей	120	2,41	4,67	25,02	23,58	156	130	2,61	5,06	27,11	25,55	169
	1	Компот из свежих плодов (яблоки)	150	0,26	0,26	13,88	6,525	59,1	180	0,31	0,31	16,65	7,83	70,92
	Н	Хлеб пшеничный	18	1,42	0,18	0,38	0	42,08	28	2,21	0,28	0,59	0	65,46
Итого	Н	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	0	43,68	24	1,34	0,26	0,58	0	55,18
	1	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоком	547	13,95	22,02	63,5	49,43	537,44	662	25,41	26,56	74,48	57,48	713,88
	50	Напиток «Снежок» 2,5% жирности	50	0,5	1,12	43,87	1,88	100	60	0,6	1,34	52,64	2,25	180
Итого	2	Напиток «Снежок» 2,5% жирности	160	1,6	4	6,72	0	113,6	190	1,9	4,75	7,98	0	134,9
	210		210	2,1	5,12	50,59	1,88	213,6	250	2,5	6,09	60,62	2,25	314,9
	1175		1175	34,97	46	162,1	63,11	1144,87	1412	52,82	57,45	191,06	71,97	1517,89

№ Рец. ед	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и 2-3 г	Пищевые вещества (г) 2-3				Энерг. ценност ь (Ккал)	Масса порц- ии 3-7 лет	Пищевые вещества (г) 3-7 лет				Энерг. Ценност ь Ккал
			Б	Ж	У	С			Б	Ж	У	С	
1	Кажа жидкая молочная Геркулес (с маслом и сахаром)	150	2,0	4,01	34,99	1,47	120	200	2,66	5,34	46,66	1,96	160
1	Бутерброд с маслом	23	1,44	3,36	9,54	0	74,24	25	1,57	3,65	10,36	0	80,70
378	Чай с молоком или сливками	180	2,83	2,88	11,47	1,28	83,36	180	2,83	2,88	11,47	1,28	83,36
		353	8,27	10,25	56	2,75	277,6	405	7,06	11,87	68,49	3,24	324,06
389	Сок фруктовый	100	0,41	0,08	13,1	0	70	100	0,41	0,08	13,1	0	70
15	Салат из свежих помидоров и огурцов	30	0,29	1,8	1,0	5,0	22,26	50	0,49	3,0	1,7	8,38	37,10
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	150	2,71	1,9	13,52	5,49	52,27	180	3,26	2,29	16,22	6,59	62,73
1	Рыба тушеная в томате с овощами	60	9,28	3,79	9,55	3,22	78,05	70	10,83	4,42	11,14	3,76	91,06
203	Макаронные изделия отварные с маслом	85	3,09	3,28	17,25	0	102,41	130	4,73	5,02	26,39	0	156,62
1	Компот из плодов или ягод (курага)	150	1,44	0,09	23,13	1,11	98,49	180	1,73	0,11	27,76	1,33	118,19
116	Гренка из пшеничного хлеба	20	1	2	14	0,1	50	5	1,25	2,5	17,5	0,125	62,5
Н	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	0	43,68	24	1,34	0,26	0,58	0	55,18
2	Ватрушки с повидлом	514	18,87	13,07	78,91	14,92	447,16	639	23,63	17,6	101,32	20,19	583,38
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	2,34	96,3	190	5,51	4,75	9,12	2,47	101,65
		230	6,22	5,91	34,21	2,51	211,31	250	1,71	6,45	39,8	2,67	239,66
О		1197	33,74	29,31	182,2	20,18	1006,07	1394	31,63	36,00	222,71	26,10	1217,10

№ Рег.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и 2-3 г	Пищевые вещества (г) 2-3				Энерг. ценност ь (Ккал)	Масса порци- и 3-7 лет	Пищевые вещества (г) 3-7 лет				Энерг. Ценност ь Ккал
			Б	Ж	У	С			Б	Ж	У	С	
зтрак	210	Омлет натуральный	150	8,55	14,64	5,88	0,34	143,65	170	9,69	16,59	0,39	162,81
	3	Бутерброд с сыром	20	2,14	2	8,23	0,06	36,00	33	3,52	3,3	0,09	59,40
	382	Какао с молоком	160	3,2	4,69	19,49	1,81	76,8	200	4,0	5,86	2,26	96,0
о			330	13,89	21,33	33,6	2,21	256,45	403	17,21	25,75	2,74	318,21
зтрак	2	Плоды (бананы)	100	1,5	0,5	21	10	96	100	1,5	0,5	10	96
	го		100	1,5	0,5	21	10	96	100	1,5	0,5	10	96
Обед	14	Салат из свежих помидоров с луком	30	0,33	1,8	1,4	6,1	23,73	50	0,56	3,0	10,2	39,55
	84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	180/5	3,60	5,40	37,15	29,83	270	180/6	3,6	5,4	29,83	270
	259	Жаркое по-домашнему	130	6,01	7,72	25,71	15,6	199,07	150	6,93	8,91	18	229,7
	349	Компот из смеси сухофруктов	150	0,04	0	9,87	0	37,60	180	0,05	0	0	45,13
	Н	Хлеб пшеничный	18	1,42	0,18	0,38	0	42,08	28	2,21	0,28	0	65,46
дник	Н	Хлеб ржано-пшеничный	19	1,06	0,21	0,46	0	43,68	24	1,34	0,26	0	55,18
	424	Булочка домашняя(100г.)	532	12,46	27,74	74,43	51,00	616,16	618	14,69	17,85	58,03	705,02
	1	Кефир, ряженка	50	3,09	5,22	33,93	0,27	105,58	60	3,7	6,26	0,32	126,77
ОГО			160	4,64	4	6,72	0,48	70,40	190	5,51	4,75	0,57	83,60
			210	7,73	9,22	40,65	0,75	175,98	250	9,21	11,01	0,89	210,37
			1172	35,61	58,79	169,7	63,96	1144,59	1371	42,61	55,11	71,66	1329,6

№ Рец. (сеп.10 ятница	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции и 2-3 г	Пищевые вещества (г) 2-3				Энерг. ценност ь (Ккал)	Масса порци- и 3-7 лет	Пищевые вещества (г) 3-7 лет			Энерг. Ценност ь Ккал
			Б	Ж	У	С			Б	Ж	У	
автрак	1	150	1,5	1,8	51,51	0,1	139,80	195	1,95	2,34	66,98	181,74
	4	28	0,38	0,28	12,80	0	56,04	30	0,41	0,30	13,72	60,04
ого	379	150	3,29	3,59	12,55	1,26	80,01	180	3,94	4,3	15,07	96,01
	389	328	5,17	5,67	76,86	1,36	275,85	405	6,3	6,94	95,77	337,79
Обед	42	100	0,41	0,08	13,1	0	70	100	0,41	0,08	13,1	70
	1	150	4,5	4,35	18,87	10,7	156,85	180	5,4	5,22	22,64	188,23
ого	139	110	2,24	1,49	7,18	50,17	52,38	130	2,65	1,76	8,49	61,91
	1	150	0,26	0,26	13,88	6,525	59,1	180	0,31	0,31	16,65	70,92
ого	Н	18	1,42	0,18	0,38	0	42,08	28	2,21	0,28	0,59	65,46
	Н	19	1,06	0,21	0,46	0	43,68	24	1,34	0,26	0,58	55,18
лдник	10.1	25	0,55	0,7	27,77	0,15	95,53	40	0,88	1,12	44,44	152,84
	385	180	5,22	4,5	8,64	2,34	96,3	190	5,51	4,75	9,12	101,65
ого		205	5,77	5,2	36,41	2,49	191,83	230	6,39	5,87	53,56	254,49
	ГОГО	1170	27,92	22,74	175,2	77,29	999,79	1397	33,55	27,48	222,18	1244,93