

Заведующая МБДОУ ДС № 1 Покидько Е.Н.
Утверждаю



**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 1» с. Черниговка**

**ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ПИТАНИЯ
ДЕТЕЙ от 3 до 7 лет.**

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
1. бутерброд с маслом 2. Каша манная, молочная 3. чай с лимоном	1. бутерброд с сыром, маслом 2. Каша пшеничная молочная жидкая 3. Чай с сахаром с лимоном	1. бутерброд с маслом 2. Каша овсяная .молочная «Геркулес» жидкая 3. чай	1 бутерброд с сыром, маслом 2. Каша пшеничная молочная жидкая 3. чай с лимоном	1. . бутерброд с маслом 2. Каша молочная из пшеницы и риса «дружба» жидкая 3. напиток лимонный	1 бутерброд с сыром, маслом 2. Каша гречневая ,молочная 3. Чай с сахаром, лимоном	.1. бутерброд с маслом 2. Горошек зеленый отварной 3. Омлет натуральный 4. какао	1. бутерброд с маслом 2. Суп рыбный 3. какао	1. бутерброд с сыром, маслом 2. Каша «Геркулес» с изюмом 3. Чай с сахаром, лимон	1. бутерброд с сыром, маслом 2. суп вермишелевый, молочный 3. Чай с лимоном
II Завтрак									
сок	йогурт	йогурт	йогурт	йогурт	Сок	йогурт	йогурт	йогурт	йогурт
Обед									
1. огурец соленый 2 Суп гороховый с мясом говядины 3. Ленивые голубцы 4. Компот из с/ф с витамином «С» 5. Хлеб ржано-пшеничный	1. морская капуста тушеная 2. Рассольник с говядиной сметаной 3 Картофельное пюре 4. рыбные биточки, подлив. 5. компот из с/ф 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. зеленый горошек тушеный 2. Суп картофельный с мясными фрикадельками 3. Печень по-строгановски 4. Вермишель с маслом 5. Компот из свежих фруктов с витамином «С» 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. помидор соленый 2 свекольник с говядиной, со сметаной. 3. рис отварной, 4. котлета из говядины 5. Компот из смеси сухофруктов с витамином «С» 6. Хлеб ржано-пшеничный	1.огурец соленый 2. суп картофельный с клецками, с говядиной. 3. Картофельное пюре 4. рыба в томатно-сметанном соусе 4. Компот из изюма с витамином «С» 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. капуста тушеная 2. Борщ с мясом говядины, со сметаной 3. Макароны отварные 4. гуляш из мяса говядины 5. Компот 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. свекла тушеная 2. Суп картофельный с макаронными изделиями. с говядиной 3. Тефтели рыбные 4. Компот из свежих яблок с витамином «С» 5. Хлеб ржано-пшеничный	1. икра кабачковая 2. . Суп пшенный с яйцом, с говядиной. 3. вареники 4. Компот из свежих яблок с витамином С 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. помидор соленый 2. Щи с говядиной и сметаной 3. Жаркое по домашнему 5. Компот из смеси сухофруктов витамином «С» 6. Хлеб ржано-пшеничный	1. свекла тушеная 2. Рассольник с говядиной и сметаной 3. Рыба под омлетом 4. Каша гречневая 3. Компот из смеси сухофруктов с витамином «С» 4. Хлеб ржано-пшеничный
Полдник									
1. биточки творожные со сгущенкой 2. чай 3. Печенье	1. каша гречневая 2. Гуляш с мясом 2. чай, 4. яблоко 5 хлеб.	1. Булочка домашняя молочная 2. Солянка с мясом 3. чай 4. хлеб	1. Икра кабачковая консервированная 2. Омлет натуральный 3. ватрушка с творогом 3. сок 4. хлеб	1. гороховое пюре с мясом куры. 2. чай 3. печенье	1. ленивые вареники 2. банан 3. чай 4. хлеб	1. Рагу овощное с мясом 2 Сдоба обыкновенная 3. сок 4. хлеб	1. суфле печеночное 2. овощи тушеные 3. Хлеб 4. вафля 5. сок.	1. Запеканка из творога с морковью 2. . Чай 3. мандарин 4. хлеб	1. Картофель «Азу» 3. Чай 4. груша 5. хлеб
Калорийность всего за день (ккал):									
1484,78	1733,1	1712,9	1530,2	1587,6	1551,1	1613,9	1501,7	1670,2	1518,5

1 день.

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал
				Белки г	Жиры г	Углеводы г	
2013		Бутерброд с маслом	35	0,05	4,15	0,05	135
2013		Каша манная молочная	200	4,075	0,6	0,6	165,98
к/к	к/к	Чай с лимоном	180	5,4	4,5	19,2	138,9
Итого за прием пищи:				13,325	10,75	45,55	473,38
		йогурт	150	0,8	0,2	7,3	38,7
Итого за прием пищи:				0,8	0,2	7,3	38,7
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,5
2013		СУП ГОРОХОВЫЙ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	250	5,83	4,55	13,6	118,8
2013		Ленивые голубцы с говядиной	170	10,896	5,96	7,784	254,8
2013		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С	180	0,1	0	22,3	89,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,3	14,8	71,4
Итого за прием пищи:				18,516	19,28	75,184	551,6
2013		Биточки творожные со сгущенкой	150/40	4,56	2,4	41,76	202,8
к/к	к/к	Чай	180	0,1	0	12,8	51,5
к/к	к/к	Печенье	30	3	3,9	29,8	166,8
Итого за прием пищи:				7,66	6,3	84,36	421,1
Всего за день:				40,3	36,5	253,3	1484,78
Среднедневная сбалансированность				0,6	0,6	4	

2 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки г	Жиры г	Углеводы г	
2013		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,СЫРОМ	30/5/10	2,31	2,98	0	135
2013		КАША ПШЕНАЯ МОЛОЧНАЯ, ЖИДКАЯ	200	7,3	6,9	35,1	232,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ С ЛИМОНОМ	180	0,1	0	12,8	51,5
Итого за прием пищи:				13,51	11,38	73,6	455,62
к/к	к/к	ЙОГУРТ	150	3,2	2,7	5,8	60
Итого за прием пищи:				3,2	2,7	5,8	60
к/к	к/к	Морская капуста тушеная	60	0,72	3,12	5,7	54
2013		Рассольник с говядиной со сметаной	215/10/5	1,8	4,9	6,9	81,9
2013		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	11,0	9,4	2,5	180,9
2013		РЫБНЫЕ БИТОЧКИ	70	7,02	7,38	37,512	248,85
		ПОДЛИВ					
2013		КОМПОТ ИЗ С/Ф С ВИТАМИНОМ «С»	180	0,9	0,18	17,71	76,9
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6
Итого за прием пищи:				28,05	22,01	90,622	721,55
213		КАША ГРЕЧНЕВАЯ	70	22,5	13,2	37,8	361,0
		ГУЛЯШ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ	70	20,6	16,3	5,2	160
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	5,4	4,5	19,2	138,9
		ЯБЛОКО	140	0,4	0,4	8,	42,3
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	18	2,6	0,4	17	20,6
Итого за прием пищи:				27,9	17,7	57	499,9
Всего за день:				72,7	90,2	227	1733,1
Среднедневная сбалансированность				1,3	1,6	4	

3 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки г	Жиры г	Углеводы г	
2013		Бутерброд с маслом	30/5	0,05	4,15	0,05	135
2013		Каша овсяная «геркулес» жидкая	200	6,5	8,3	27,0	210,3
к/к	к/к	Напиток лимонный	180	4,2	3,4	18,8	123,3
Итого за прием пищи:				14,55	17,35	71,55	502,1
2013		ЙОГУРТ	150	0,9	0,18	17,71	76,9
Итого за прием пищи:				0,9	0,18	17,71	76,9
к/к	к/к	ЗЕЛЕНЬ ГОРОШЕК ТУШЕНЬ	60	0,72	3,12	5,7	54
2013		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	230/20	4,0	7,3	9,4	122,1
2013		ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	120	20,624	16,304	5,248	250
2013		ВЕРМИШЕЛЬ С МАСЛОМ	70	4,374	6,444	44,028	251,64
2013		КОМПОТ ИЗ С/ ФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ «С»	180	0,1	0,1	24,6	100,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,3	14,8	71,4
Итого за прием пищи:				32,118	33,568	103,776	849,14
2013		БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	1,56	3,18	3,42	47,4
2013		СОЛЯНКА С МЯСОМ	170	9,65	15,93	1,82	189,28

к/к	к/к	ЧАЙ	180	0,1	0	11,7	48,1
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	18	2,3	0,3	14,8	71,4
Итого за прием пищи:				11,31	19,11	16,94	284,78
Всего за день:				58,9	70,2	210	1712,9
Среднедневная сбалансированность				1,1	1,3	4	

4 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки г	Жиры г	Углеводы г	
2013		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, СЫРОМ	30/5/10	2,31	2,98	0	135
2013		КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,3	7,5	35,7	240,0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	5,4	4,5	19,2	138,9
Итого за прием пищи:				18,81	16,48	80,6	546,42
к/к	к/к	ЙОГУРТ	150	3,2	2,7	5,8	60
Итого за прием пищи:				3,2	2,7	5,8	60
к/к	к/к	ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,5
2013		СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ, СО СМЕТАНОЙ	250/5	5,0	4,9	18,2	137,2
2013		РИС ОТВАРНОЙ	70	14,5	11,8	15,0	226,1
2008		КОТЛЕТА С ГОВЯДИНЫ	120	2,3	5,2	14,6	115,5
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРОКТОВ С ВИТАМИНОМ «С»	180	0	0	14	55,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,4	17	81,6
Итого за прием пищи:				25,1	22,4	71,8	630,7

к/к	к/к	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	5,6	5,1	32,8	198,8
2013		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	70	5	4,4	8,3	94,3
2013		ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	9,65	15,93	1,82	189,28
2013		СОК	150	0,9	0,18		17,71
		ХЛЕБ	18	2,6	0,4	17	81,6
Итого за прием пищи:				0,6	9,5	41,1	293,1
Всего за день:				57,7	51,1	199,3	1530,2
Среднедневная сбалансированность				1,2	1	4	

5 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки г	Жиры г	Углеводы г	
2013		Бутерброд с маслом	30/5	0,05	4,15	0,05	135
к/к	к/к	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА «ДРУЖБА» МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,7	8,4	23,9	197,9
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	4,2	3,4	18,8	123,3
Итого за прием пищи:				14,75	17,45	68,45	489,7
к/к	к/к	ЙОГУРТ	150	0,8	0,2	7,5	38
Итого за прием пищи:				0,8	0,2	7,5	38
2013		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	1,56	3,18	3,42	47,4
2013		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ С ГОВЯДИНОЙ.	250/5	4,6	7,4	14,7	147,1
2013		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	13,9	10,1	15,0	243,5
		РЫБА В ТОМАТНО – СМЕТАННОМ СОУСЕ		14,184	3,696	2,336	98,6

к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ «С»	180	0,4	0,1	24,8	101,9
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,3	14,8	71,4
Итого за прием пищи:				22,76	21,08	72,72	611,3
2013		ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ С МЯСОМ КУРЫ	170/5	9,2	7,9	42,7	279,7
к/к	к/к	КИСЕЛЬ	180	2,6	2,2	19,0	106,4
		ХЛЕБ	18	2,3	0,3	14,8	71,4
2013		ЯБЛОКО	30	0,2	0	16,3	62
Итого за прием пищи:				12	10,1	78	448,1
Всего за день:				50,3	48,8	226,7	1587,6
Среднедневная сбалансированность				0,9	0,8	4	

6 ДЕНЬ.

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки г	Жиры г	Углеводы г	
2013		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, СЫРОМ	30/5/10	2,31	2,98	0	135
2013		КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,2	8,1	26,8	204,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	180	0,1	0	11,5	46,5
Итого за прием пищи:				12,41	12,58	64	418,52
2013		СОК	150	0,9	0,18	17,71	76,9
Итого за прием пищи:				0,9	0,18	17,71	76,9
2013		КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70/20	3,4	1,7	0	29
2013		БОРЩ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ.СО СМЕТАНОЙ.	250/10	7,3	5,2	30,3	197,7
2013		ГУЛЯШ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	80	17,808	11,368	0	185,976
2013		ПОДЛИВ	40	3,2	4,1	14,6	109,7

		МАКОРОНЫ ОТВАРНЫЕ	70				
2013		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,48	0,18	32,44	133,4
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,4	17	81,6
Итого за прием пищи:				34,788	22,948	94,34	737,376
2013		ЛЕНИВЫЕ ВАРЕНИКИ С МАСЛОМ	170	17.18	15.04	40.26	365.16
2013		ЧАЙ С САХАРОМ	180	5	4,4	8,3	94,3
2013		БАНАН	160				
2013		ХЛЕБ	18	2,3	0,3	14,8	71,4
Итого за прием пищи:				10	8,4	50,6	318,3
Всего за день:				58,1	44,1	226,7	1551,1
Среднедневная сбалансированность				1	0,8	4	

7 ДЕНЬ

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки г	Жиры г	Углеводы г	
2013		Бутерброд с маслом	30/5	0,05	4,15	0,05	135
к/к	к/к	ЗЕЛЕНый ГОРОШЕК ОТВАРНОЙ	70	0,6	0	1,3	7,8
2013		ОМЛЕТ	70	9,65	15,93	1,82	189,28
к/к	к/к	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1	0	20,3	84,1
Итого за прием пищи:				14,2	21,58	49,17	449,68
к/к	к/к	ЙОГУРТ	150	3,2	2,7	5,8	60
Итого за прием пищи:				3,2	2,7	5,8	60

к/к	к/к	СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	60	0,5	0,1	1,5	8,4
2013		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ.	250	4,9	7,8	7,4	122,6
2013		ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	5,912	6,552	7,808	114
2013		НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ	180	0,1	0,1	22,0	89,6
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,4	17	81,6
Итого за прием пищи:				19,772	17,762	73,288	526,52
2013		РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	170	16,9	12,9	42,2	356,4
2013		СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,2	3,4	18,8	123,3
2013		СОК	150	0,2	0	16,3	62
2013		ХЛЕБ	18	2,6	0,4	17	81,6
Итого за прием пищи:				21,3	16,3	77,3	541,7
Всего за день:				58,5	58,3	205,6	1613,9
Среднедневная сбалансированность				1,1	1,1	4	

8 ДЕНЬ

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки	Жиры	Углеводы	
2013		Бутерброд с маслом	30/5	0,05	4,15	0,05	135
2013		СУП РЫБНЫЙ	200	4,9	6,7	29,9	200,7
к/к	к/к	КАКАО	180	4,2	3,4	18,8	123,3
Итого за прием пищи:				16,35	16,05	74,4	509,5
к/к	к/к	ЙОГУРТ	150	3,2	2,7	5,8	60
Итого за прием пищи:				3,2	2,7	5,8	60
к/к	к/к	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	0,7	0,1	2,3	14,5

2013		СУП ПШЕННЫЙ С ЯЙЦОМ С ГОВЯДИНОЙ.	250	1,8	4,9	12,7	105,1
2013		ВАРЕНИКИ	150	17,4	13,9	10,9	147,8
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ	180	0	0	0	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,3	14,8	71,4
Итого за прием пищи:				24,9	24,2	58,4	465,6
2013		СУФЛЕ ПЕЧЕНОЧНОЕ	70	17,18	15,04	40,26	365,16
2013		ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	100	14,5	9,8	14,5	250,1
к/к	к/к	СОК	150	5,4	4,5	19,2	138,9
к/к	к/к	ХЛЕБ	18	3,8	1,5	25,7	131
2013		ВАФЛЯ	30	3	3,9	29,8	166,8
Итого за прием пищи:				26,38	21,04	85,16	635,06
Всего за день:				70,8	64	223,8	1670,2
Среднедневная сбалансированность				1,3	1,1	4	

9 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки г	Жиры г	Углеводы г	
2013		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ, СЫРОМ	30/5/10	2,31	2,98	0	135
2008	184	КАША « ГЕРКУЛЕС» ВЯЗКАЯ С ИЗЮМОМ	200	6,9	6,9	33,4	223,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОН	180	0,1	0	12,8	51,5

Итого за прием пищи:				10,85	12,55	71,95	443,5
к/к	к/к	ЙОГУРТ	150	0,4	0,4	8,8	42,3
Итого за прием пищи:				0,4	0,4	8,8	42,3
к/к	к/к	ПОМИДОР СОЛЕНЬИЙ	60	0,7	0,1	2,3	14,5
2013		ЩИ ИЗ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ,СО СМЕТАННОЙ	250/5	4,9	5,1	18,2	138,7
2013		ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	11,5	10,6	10,5	184,0
2013		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ «С»	180	0,4	0,1	24,8	101,9
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,3	0,3	14,8	71,4
Итого за прием пищи:				22,8	19,3	83,5	603,4
2013		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С О СГУЩЕННЫМ	150/40	3,8	3,9	28,9	164,5
к/к	к/к	ЧАЙ	180	2,6	2,2	19,0	106,4
к/к	к/к	МАНДАРИН	160	1,1	1,3	30,9	141,6
		ХЛЕБ	18	2,3	0,3	14,8	71,4
Итого за прием пищи:				7,5	7,4	78,8	412,5
Всего за день:				51,2	39,6	243	1501,7
Среднедневная сбалансированность				0,8	0,7	4	

10 ДЕНЬ

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи. наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки г	Жиры г	Углеводы г	
2013		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ,СЫРОМ	30/5/10	2,31	2,98	0	135

2013		Суп вермешелевый молочный	200	5,9	6,7	29,7	202,9
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	0,1	0	11,7	48,1
Итого за прием пищи:				9,85	12,35	67,15	419,5
2013		ЙОГУРТ	150	0,9	0	22,9	99
Итого за прием пищи:				0,9	0	22,9	99
2013		СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	60	4,8	2,06	9,12	110,4
2013		РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/5	4,6	7,8	9,8	130,2
2013		РЫБА ПОД ОМЛЕТОМ	80	14,5	9,8	14,5	250,1
2013		КАША ГРЕЧНЕВАЯ	70	14,5	11,8	5,7	226,1
2013		ПОДЛИВ	40				
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ «С»	180	0	0	14	55,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	2,6	0,4	17	81,6
Итого за прием пищи:				26,5	20,06	64,42	628,1
2008	249	КАРТОФЕЛЬ «АЗУ»	170	14,184	3,696	2,336	98,664
к/к	к/к	ЧАЙ	180	2,6	2,2	19,0	106,4
к/к	к/к	ГРУША	160	3	3,9	29,8	166,8
		ХЛЕБ	18	2,6	0,4	17	81,6
Итого за прием пищи:				19,784	9,796	51,136	371,864
Всего за день:				57,1	42,2	205,6	1518,5
Среднедневная сбалансированность				1	0,8	4	

Примечание

Детям-аллергикам необходимо производить замену в установленном порядке, в зависимости от медицинских показаний. Справка о наличии заболевания у ребенка предоставляется руководителю учреждения или медицинскому работнику дошкольного образовательного учреждения.