

Согласовано:

Начальник управления  
образования администрации  
Красногвардейского района  
Черняков Е.Н.



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ  
«Детский сад с.Никитовка»

Ткачук Н.А.



**Примерное 10-дневное меню  
на весенне-летний период  
для детей в возрасте от 1.5 до 7 лет  
с 10.5 часовым режимом функционирования  
в МБДОУ «Детский сад с.Никитовка»  
на 2023-2024 гг.**

2023 г.

1-й день наименование	выход		брутто		нетто		ясли				сад			
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Кал	Б	Ж	У	Кал
<b>завтрак</b>														
<b>Вермишель молочная</b>	150	200												
вермишель			10	15	10	15	1,0400	0,1100	6,9700	33,700	1,5600	0,1650	10,45	50,550
молоко			150	200	150	200	4,2000	3,7500	7,0500	87,000	5,6000	5,0000	9,4000	116,000
сахар			5	8	5	8	0,0000	0,0000	4,9900	18,950	0,0000	0,0000	7,9840	30,3200
Масло сливочное			4	5	4	5	0,0280	3,1200	0,0400	22,240	0,0350	3,9000	0,0500	27,8000
							<b>5,2580</b>	<b>6,9700</b>	<b>18,870</b>	<b>160,99</b>	<b>7,1800</b>	<b>9,0500</b>	<b>27,56</b>	<b>223,32</b>
<b>Бутерброд с маслом/сыром</b>	30/5 /4	50/7 /6												
Хлеб пшеничный			30	50	30	50	2,3100	0,9000	14,940	71,400	3,8500	1,5000	24,900	119,000
Масло сливочное			5	7	5	7	0,0350	3,9000	0,0500	27,800	0,0490	5,4600	0,0700	38,9200
сыр			4	6,5	4	6	0,9200	1,1600	0,0000	14,400	1,3800	1,7400	0,0000	21,6000
							<b>3,2650</b>	<b>5,9600</b>	<b>14,990</b>	<b>113,60</b>	<b>5,2790</b>	<b>8,7000</b>	<b>24,970</b>	<b>179,520</b>
<b>Чай с сахаром</b>	150/ 9	200/ 12												
Чай (заварка)			0,5	0,6	0,5	0,6	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000
сахар			9	12	9	12	0,0000	0,0000	8,9820	34,110	0,0000	0,0000	11,976	45,4800
							<b>0,0000</b>	<b>0,0000</b>	<b>8,9820</b>	<b>34,110</b>	<b>0,0000</b>	<b>0,0000</b>	<b>11,976</b>	<b>45,4800</b>
<b>Второй завтрак</b>														
<b>яблоко</b>	95	100		119		100	<b>0,3800</b>	<b>0,3800</b>	<b>9,3100</b>	<b>42,750</b>	<b>0,4000</b>	<b>0,4000</b>	<b>9,8000</b>	<b>45,0000</b>
<b>обед</b>														
<b>Салат витаминный</b>	40	60												
Капуста свежая			44	69	35	55	0,0594	0,1320	1,5510	8,9100	0,9900	0,0550	2,5850	14,8500
Лук репчатый			6	6	5	5	0,0980	0,0000	0,6370	2,8700	0,0700	0,0000	0,4550	2,0500
Масло растительное			1,5	2	1,5	2	0,0000	0,0000	1,9960	7,5800	0,0000	1,9980	0,0000	17,9800
							<b>0,7000</b>	<b>1,5335</b>	<b>2,1000</b>	<b>24,985</b>	<b>1,0600</b>	<b>2,0530</b>	<b>3,0400</b>	<b>34,8800</b>
<b>Борщ на мясном бульоне со сметаной</b>	150/ 8	<b>250</b> 10												
капуста			38	75	30	60	0,5400	0,0300	1,4100	8,1000	1,8000	0,6000	2,8200	16,2000
Лук репчатый			19	19	15	15	0,2100	0,0000	1,3650	6,1500	0,2100	0,0000	1,3650	6,1500
морковь			19	19	15	15	0,1950	0,0150	1,2600	4,5000	0,1950	0,0150	1,2600	4,5000
картофель			92	108	55	65	1,1000	0,2200	9,5150	44,000	1,3000	0,2600	11,245	52,0000
Масло сливочное			2	2	2	2	0,0140	1,5600	0,0200	11,120	0,0140	1,5600	0,0200	11,1200
Масло растительное			2	2	2	2	0,0000	1,9980	0,0000	17,980	0,0000	1,9980	0,0000	17,9800
Томатная паста			3	3	3	3	0,1440	0,0000	2,0000	0,5700	0,1440	2,0000	0,5700	0,5700
сметана			8	10	8	10	0,2240	1,6000	0,2560	16,480	0,2800	2,0000	0,3200	20,600
Мясо говядина			17	17	15	15	2,7300	2,4150	0,0750	27,450	2,7000	2,4150	0,0750	27,4500
							<b>5,0815</b>	<b>7,8380</b>	<b>15,901</b>	<b>136,35</b>	<b>7,398</b>	<b>10,840</b>	<b>28,935</b>	<b>156,57</b>
<b>плов</b>	200	250												
рис			20	35	20	35	1,4000	0,2000	14,280	66,000	2,4500	0,3500	24,99	115,50
Мясо говядина			55	67	40	50	7,2800	6,4400	0,2000	73,200	9,1000	8,0500	0,250	91,500
Лук репчатый			19	19	15	15	0,2100	0,0000	1,3650	6,1500	0,2100	0,0000	1,3650	6,1500
морковь			19	19	15	15	0,1950	0,0150	1,2600	4,5000	0,1950	0,0150	1,2600	4,5000
Масло сливочное			2	2	2	2	0,0140	1,5600	0,0200	11,120	0,0140	1,5600	0,0200	11,1200
Масло растительное			2	2	2	2	0,0000	1,9980	0,0000	17,980	0,0000	1,9980	0,0000	17,9800
							<b>9,0990</b>	<b>10,213</b>	<b>17,125</b>	<b>178,75</b>	<b>11,969</b>	<b>11,973</b>	<b>27,885</b>	<b>246,750</b>
<b>Сок яблочный</b>	150	150					<b>0,7500</b>	<b>0,0000</b>	<b>13,650</b>	<b>57,000</b>	<b>0,7500</b>	<b>0,0000</b>	<b>13,65</b>	<b>57,000</b>
<b>Хлеб ржано-пшенич.</b>	30	35	30	35	30	35	<b>2,0700</b>	<b>0,3600</b>	<b>12,720</b>	<b>61,200</b>	<b>2,4150</b>	<b>0,4200</b>	<b>14,840</b>	<b>59,1500</b>
<b>полдник</b>														
<b>омлет</b>	80	100												
молоко			50	50	50	50	1,4000	1,2500	2,3500	29,000	1,4000	1,2500	2,3500	29,000
Масло сливочное			5	5	5	5	0,0350	3,9000	0,0500	27,800	0,0350	3,9000	0,0500	27,8000
яйцо			50	63	40	50	5,0800	4,6000	0,2800	62,800	6,3500	5,7500	0,3500	78,5000
мука			7	10	7	10	0,7210	0,0770	4,8300	23,380	1,0300	0,1100	6,9000	33,4000
							<b>7,2360</b>	<b>9,8270</b>	<b>7,5100</b>	<b>142,98</b>	<b>8,8150</b>	<b>11,010</b>	<b>9,6500</b>	<b>168,700</b>
<b>какао</b>	150	200												
какао			2	2,5	2	2,5	0,4840	0,3500	0,5580	7,6000	0,6050	0,4375	0,6975	9,5000
молоко			180	200	180	200	4,2000	3,7500	7,0500	87,000	5,6000	5,0000	11,976	45,4800
сахар			9	12	9	12	0,0000	0,0000	8,9820	34,110	0,0000	0,0000	11,976	45,4800
							<b>4,6840</b>	<b>4,1000</b>	<b>16,590</b>	<b>128,71</b>	<b>6,2050</b>	<b>5,4375</b>	<b>22,07</b>	<b>170,98</b>
<b>печенье</b>	15	20	20	40	20	40	<b>1,5600</b>	<b>1,6200</b>	<b>15,320</b>	<b>83,600</b>	<b>4,6800</b>	<b>4,8600</b>	<b>45,96</b>	<b>250,80</b>
<b>Хлеб ржано-пшен.</b>			15	25	15	25	<b>1,0350</b>	<b>0,1800</b>	<b>6,3600</b>	<b>16,500</b>	<b>1,7250</b>	<b>0,3000</b>	<b>10,600</b>	<b>52,5000</b>
<b>Итого за 1-й день</b>							<b>41,014</b>	<b>44,928</b>	<b>154,92</b>	<b>1184,3</b>	<b>56,060</b>	<b>63,89</b>	<b>260,30</b>	<b>1612,60</b>



Масло сливочное			3	3	3	3	0,020	2,460	0,030	22,500	0,020	2,460	0,030	22,500
итого							<b>5,890</b>	<b>4,400</b>	<b>28,130</b>	<b>172,4</b>	<b>5,890</b>	<b>4,400</b>	<b>28,13</b>	<b>172,4</b>
Чай с сахаром	150/ 9	200/ 12												
Чай(заварка)			0,5	0,6	0,5	0,6	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,000	0,0000
сахар			9	12	9	12	0,0000	0,0000	8,9820	34,110	0,0000	0,0000	11,97	45,480
							<b>0,0000</b>	<b>0,0000</b>	<b>8,9820</b>	<b>34,110</b>	<b>0,0000</b>	<b>0,0000</b>	<b>11,97</b>	<b>45,480</b>
Мармелад фруктов.			15	20	20	50	0,0800		15,200	58,600	0,2400		45,60	175,80
Итого 2-й день							<b>43,063</b>	<b>38,028</b>	<b>178,98</b>	<b>1163,7</b>	<b>53,247</b>	<b>47,050</b>	<b>256,3</b>	<b>1653,6</b>



Итого 3-й день							54,281	46,888	167,23	1254,1	65.173	56.3	187.3	1439.4
----------------	--	--	--	--	--	--	--------	--------	--------	--------	--------	------	-------	--------

4-й день наименование	выход		брутто		нетто		ясли				сад			
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Кал	Б	Ж	У	Кал
<b>Завтрак Каша сборная молочная</b>	150	200												
пшено			4	5	5	5	0,5750	0,1650	3,3250	17,400	0,4600	0,1320	2,660	13,920
рис			4	5	5	5	0,3500	0,0500	3,5700	16,500	0,2800	0,0400	2,856	13,200
гречка			4	5	5	5	0,6300	0,1650	3,1050	16,750	0,5040	0,1320	2,484	13,400
молоко			150	200	150	200	5,6000	5,0000	9,4000	116,00	4,2000	3,7500	7,050	87,000
сахар			5	8	5	8	0,0000	0,0000	7,9840	30,320	0,0000	0,0000	4,990	18,950
Масло растительное			4	5	4	5	0,0350	3,9000	0,0500	27,800	0,0280	3,1200	0,040	22,240
							7,19	9,28	27,434	224,77	5,4720	7,1740	20,08	168,71
<b>Бутерброд с маслом/сыром</b>	30/5 /4	50/7 /6												
Хлеб пшеничный			30	50	30	50	2,3100	0,9000	14,940	71,400	3,8500	1,5000	24,900	119,000
Масло сливочное			5	7	5	7	0,0350	3,9000	0,0500	27,800	0,0490	5,4600	0,0700	38,9200
сыр			4	6,5	4	6	0,9200	1,1600	0,0000	14,400	1,3800	1,7400	0,0000	21,6000
							3,2650	5,9600	14,990	113,60	5,2790	8,7000	24,970	179,520
<b>Чай с сахаром</b>	150/ 9	200/ 12												
Чай (заварка)			0,5	0,6	0,5	0,6	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000
сахар			9	12	9	12	0,0000	0,0000	8,9820	34,110	0,0000	0,0000	11,976	45,4800
							0,0000	0,0000	8,9820	34,110	0,0000	0,0000	11,976	45,4800
<b>Второй завтрак</b>														
Сок яблочный	100	100					0,5000	0,0000	9,1000	38,000	0,5000	0,0000	9,100	38,000
							0,5000	0,0000	9,1000	38,000	0,5000	0,0000	9,100	38,000
<b>обед</b>														
<b>Салат витаминный</b>	40	60												
Капуста свежая			44	69	35	55	0,0594	0,1320	1,5510	8,9100	0,9900	0,0550	2,5850	14,8500
Лук репчатый			6	6	5	5	0,0980	0,0000	0,6370	2,8700	0,0700	0,0000	0,4550	2,0500
Масло растительное			1,5	2	1,5	2	0,0000	0,0000	1,9960	7,5800	0,0000	1,9980	0,000	17,9800
							0,7000	1,5335	2,1000	24,985	1,0600	2,0530	3,0400	34,8800
<b>Суп рыбный</b>	150	200												
рыба			67	69	32	37	5,8830	0,3330	0,0000	26,640	5,0880	0,2880	0,000	23,040
Лук репчатый			19	19	15	15	0,2100	0,0000	1,3650	6,1500	0,2100	0,0000	1,365	6,1500
морковь			19	19	15	15	0,1950	0,0150	1,2600	4,5000	0,1950	0,0150	1,260	4,5000
картофель			92	108	55	65	1,3000	0,2600	11,245	52,000	1,1000	0,2200	9,515	44,000
Масло сливочное			2	2	2	2	0,0140	1,5600	0,0200	11,120	0,0140	1,5600	0,020	11,120
Масло растительное			2	2	2	2	0,0000	1,9980	0,0000	17,980	0,0000	1,9980	0,000	17,980
пшено			5	5	5	5	0,5750	0,1650	3,3250	17,400	0,5750	0,1650	3,325	17,400
							8,1770	4,3310	17,215	135,79	7,1820	4,2460	15,48	124,19
<b>Ленивые голубцы со сметаной</b>	150/ 8	200/ 11												
мука			5	5	5	5	0,5150	0,0550	3,4500	16,700	0,5150	0,0550	3,450	16,700
капуста			100	120	80	100	1,4400	0,0800	3,7500	21,600	1,8000	0,1000	4,70	27,000
Лук репчатый			19	19	15	15	0,2100	0,0000	1,3650	6,1500	0,2100	0,0000	1,365	6,1500
Масло растительное			2	2	2	2	0,0000	1,9980	0,0000	17,980	0,0000	1,9980	0,000	17,980
Мясо говядина			55	60	50	55	9,1000	8,0500	0,2500	91,500	10,010	8,8550	0,275	100,65
рис			10	15	10	15	0,7000	0,1000	7,1400	33,000	1,0500	0,1500	10,71	49,500
яйцо			15,6	12,5	10	12	1,5875	1,4375	0,0875	19,625	1,5875	1,4375	0,087	19,625
Масло сливочное			2	2	2	2	0,0140	1,5600	0,0200	11,120	0,0140	1,5600	0,020	11,120
сметана			8	11	8	8	0,2240	1,6000	0,2560	16,480	0,3080	2,2000	0,352	22,660
							13,790	14,880	16,328	234,15	15,494	16,355	20,95	271,38
<b>Компот из с/ф</b>	150	200												
сухофрукты			9	11	19	11	0,2880	0,0000	6,1200	4,5000	0,3520	0,0000	7,480	5,5000
сахар			5	8	5	8	0,0000	0,0000	4,9900	18,950	0,0000	0,0000	7,984	30,320
							0,2880	0,0000	11,110	23,450	0,3520	0,0000	15,46	35,820
<b>Хлеб ржано-пшенич. полдник</b>	30	35	30	35	30	35	2,0700	0,3600	12,720	61,200	2,4150	0,4200	14,840	59,1500
<b>Вареники ленивые со сметаной</b>	100/ 20	150/ 20												
творог			70	80	70	80	8,3500	0,3000	1,0000	44,000	10,080	0,3600	1,200	52,800
молоко			10	10	10	10	0,2800	0,2500	0,4700	5,8000	0,2800	0,2500	0,470	5,8000
Масло сливочное			4	5	4	5	0,0280	3,1200	0,0400	22,240	0,0350	3,9000	0,050	27,800
яйцо			12,5	12,5	10	10	1,2700	1,1500	0,0700	15,700	1,2700	1,1500	0,070	15,700

сахар			10	10	10	10	0,0000	0,0000	9,9800	37,900	0,0000	0,0000	9,980	37,900
мука			25	29	25	29	2,5750	0,2750	17,250	83,500	2,9870	0,3190	20,01	96,860
							<b>12,503</b>	<b>5,0950</b>	<b>28,810</b>	<b>209,14</b>	<b>14,652</b>	<b>5,9790</b>	<b>31,78</b>	<b>236,86</b>
кефир	150	200					4,2000	4,8000	6,1500	45,000	5,6000	0,1000	8,200	60,000
банан	95	100					0,3800	0,3800	9,3100	42,750	1,5000	0,1000	19,20	45,000
Итого 4-й день							<b>53,063</b>	<b>46,619</b>	<b>164,24</b>	<b>1186,9</b>	<b>59,506</b>	<b>45,127</b>	<b>195,1</b>	<b>1298,9</b>

5-день наименование	выход		брутто		нетто		ясли				сад			
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Кал	Б	Ж	У	Кал
<b>завтрак</b>														
<b>Каша рисовая молочная</b>	150	200												
рис			10	15	10	15	0,7000	0,1000	7,1400	33,000	1,0500	0,1500	10,71	49,500
молоко			150	200	150	200	4,2000	3,7500	7,0500	87,000	5,6000	5,0000	9,400	116,00
сахар			5	8	5	8	0,0000	0,0000	4,9900	18,950	0,0000	0,0000	7,984	30,320
масло			4	5	4	5	0,0280	3,1200	0,0400	22,240	0,0350	3,9000	0,050	27,800
							<b>4,9280</b>	<b>6,9700</b>	<b>19,220</b>	<b>161,19</b>	<b>6,685</b>	<b>9,05</b>	<b>28,14</b>	<b>223,62</b>
<b>Бутерброд с маслом</b>	30/5	50/7												
Хлеб пшеничный			30	50	30	50	2,3100	0,9000	14,940	71,400	3,8500	1,5000	24,90	119,00
масло			5	7	5	7	0,0350	3,9000	0,0500	27,800	0,0490	5,4600	0,070	38,920
							<b>2,3450</b>	<b>4,8000</b>	<b>15,440</b>	<b>99,200</b>	<b>3,8990</b>	<b>6,9600</b>	<b>25,600</b>	<b>157,920</b>
<b>Чай с сахаром</b>	150/ 9	200/ 12												
Чай (заварка)			0,5	0,6	0,5	0,6	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000	0,0000
сахар			9	12	9	12	0,0000	0,0000	8,9820	34,110	0,0000	0,0000	11,976	45,4800
							<b>0,0000</b>	<b>0,0000</b>	<b>8,9820</b>	<b>34,110</b>	<b>0,0000</b>	<b>0,0000</b>	<b>11,976</b>	<b>45,4800</b>
<b>Второй завтрак</b>														
<b>яблоко</b>	95	100		119		100	0,3800	0,3800	9,3100	42,750	0,4000	0,4000	9,8000	45,0000
<b>обед</b>														
<b>Салат из моркови с сахаром</b>	40	60												
морковь			50	75	40	60	0,5200	0,0400	3,3600	13,600	0,7800	0,0600	5,040	20,400
сахар			2	2	2	2	0,0000	0,0000	1,9960	7,5800	0,0000	0,0000	1,996	7,5800
Масло растительное			2	1	1	1	0,0000	0,9990	0,0000	8,9900	0,0000	0,9990	0,000	8,9900
							<b>0,5200</b>	<b>1,0390</b>	<b>5,3560</b>	<b>30,170</b>	<b>0,7800</b>	<b>1,0590</b>	<b>7,036</b>	<b>36,970</b>
<b>Суп пшенный на м/б</b>	150	200												
пшено			10	15	10	15	0,5000	0,0200	1,2800	7,3000	0,7500	0,0300	1,920	10,950
Лук репчатый			15	15	10	10	0,1400	0,0000	0,9100	4,1000	0,1400	0,0000	0,910	4,1000
морковь			15	15	10	10	0,1300	0,0100	0,8400	3,0000	0,1300	0,0100	0,840	3,0000
картофель			55	70	35	50	0,7000	0,1400	6,0550	28,000	1,0000	0,2000	8,650	40,000
Масло сливочное			2	2	2	2	0,0140	1,5600	0,0200	11,120	0,0140	1,5600	0,020	11,120
Масло растительное			2	2	2	22	0,0000	1,9980	0,0000	17,980	0,0000	1,9980	0,000	17,980
Мясо говядина			10	15	10	15	1,2740	1,1270	0,0350	12,810	1,8200	1,6100	0,050	18,300
							<b>2,7580</b>	<b>4,8550</b>	<b>9,1400</b>	<b>84,310</b>	<b>3,8540</b>	<b>5,4080</b>	<b>12,39</b>	<b>105,45</b>
<b>Жаркое по- домашнему</b>	120	170												
картофель			90	108	80	100	2,400	0,3000	29,980	99,00	2,80	0,540	32,62	112,00
Мясо говядина			55	67	50	60	9,1000	8,0500	0,2500	91,500	10,010	8,8550	0,275	100,65
Лук репчатый			19	19	15	15	0,2100	0,0000	1,3650	6,1500	0,2100	0,0000	1,3650	6,1500
морковь			19	19	15	15	0,1950	0,0150	1,2600	4,5000	0,1950	0,0150	1,2600	4,5000
Масло сливочное			2	2	2	2	0,0140	1,5600	0,0200	11,120	0,0140	1,5600	0,0200	11,1200
Масло растительное			2	2	2	2	0,0000	1,9980	0,0000	17,980	0,0000	1,9980	0,0000	17,9800
<b>Итого:</b>							<b>12,919</b>	<b>12,923</b>	<b>32,875</b>	<b>230,25</b>	<b>13,229</b>	<b>12,968</b>	<b>35,52</b>	<b>252,40</b>
Сок яблочный	100	100					0,5000	0,0000	9,1000	38,000	0,5000	0,0000	9,100	38,000
Хлеб ржано-пшенич.	30	35	30	35	30	35	2,0700	0,3600	12,720	61,200	2,4150	0,4200	14,840	59,1500
<b>полдник</b>														
<b>Сырники с маслом и сахаром</b>	70	80												
творог			54	72	54	72	9,0180	0,3240	1,0800	47,520	12,096	0,4320	1,440	63,360
молоко			10	10	10	10	0,2800	0,2500	0,4700	5,8000	0,2800	0,2500	0,470	5,8000
Масло сливочное			5	5	5	5	0,0280	3,1200	0,0400	22,240	0,0350	3,9000	0,050	27,800
яйцо			12,5	10	20	20	1,2700	1,1500	0,0700	15,700	2,5400	2,3000	0,140	31,400
сахар			10	10	10	10	0,0000	0,0000	9,9800	37,900	0,0000	0,0000	9,980	37,900
мука			20	29	20	29	2,0600	0,2200	13,800	66,800	3,0900	0,3300	20,70	100,20
Масло растительное			3	3	3	3	0,0000	2,9970	0,0000	26,970	0,0000	2,9970	0,000	2,6970
							<b>12,656</b>	<b>8,0610</b>	<b>25,440</b>	<b>222,93</b>	<b>18,041</b>	<b>10,209</b>	<b>32,78</b>	<b>269,15</b>
молоко	150	200					4,2000	4,8000	6,1500	45,000	5,6000	0,1000	8,200	60,000
<b>Итого 5-й день</b>							<b>43,276</b>	<b>44,188</b>	<b>165,24</b>	<b>1049,9</b>	<b>56,39</b>	<b>48,574</b>	<b>199,38</b>	<b>1298,14</b>





мука			25	30	25	30	2,57	0,275	17,250	83,500	3,0900	0,3300	20,700	100,20
молоко			20	50	20	50	0,560	0,6400	0,9400	11,600	0,8400	0,7500	1,410	17,400
яйцо			8	8	7	7	0,840	0,750	0,050	10,200	0,840	0,750	0,050	10,200
Дрожжи сухие			3	3	3	3	0,3900	0,009	0,0000	0,0000	0,3900	0,009	0,0000	0,0000
сахар			5	5	5	5	0,0000	0,0000	4,9900	18,950	0,0000	0,0000	4,990	18,950
Масло растительное			3	3	3	3	0,0000	2,9970	0,0000	26,970	0,0000	3,4965	0,000	31,465
Масло сливочное			4	4	4	4	0,0280	3,1200	0,0400	22,240	0,0350	3,9000	0,050	27,800
							<b>3,5000</b>	<b>6,300</b>	<b>23,27</b>	<b>173,36</b>	<b>4,500</b>	<b>7,7500</b>	<b>26,230</b>	<b>206,01</b>
йогурт	150	200					<b>7,5000</b>	<b>2,2500</b>	<b>5,2500</b>	<b>105,00</b>	<b>10,000</b>	<b>3,0000</b>	<b>7,000</b>	<b>140,00</b>
Итого 6-й день							<b>41,232</b>	<b>45,460</b>	<b>159,98</b>	<b>1196,8</b>	<b>53,284</b>	<b>57,652</b>	<b>256,25</b>	<b>1595,68</b>









творог			30	40	30	40	5,680	3,600	0,800	62,50	6,68	3,600	0,800	63,60
сахар			10	15	10	15	0,0000	0,0000	8,9820	34,110	0,000	0,000	14,97	56,80
масло сливочное			3	3	3	3	0,03	3,69	0,05	33,7	0,03	3,69	0,05	33,7
масло растительное			3	3	3	3	0,00	3,0	0,00	27,0	0,00	3,0	0,00	27,0
дрожжи			2	3	2	3	0,39	0,9	0,00	0,000	0,39	0,9	0,00	0,000
							<b>10,570</b>	<b>13,44</b>	<b>31,532</b>	<b>285,76</b>	<b>12,06</b>	<b>12,72</b>	<b>38,38</b>	<b>311,6</b>
<b>Молоко кипяченое с сахаром</b>	150	200												
молоко					150	200	4,2000	3,7500	7,0500	87,000	5,88	6,72	9,87	121,8
сахар					10	15	0,0000	0,0000	8,9820	34,110	0,00	0,00	14,97	56,8
							<b>4,200</b>	<b>3,7500</b>	<b>16,032</b>	<b>121,11</b>	<b>5,88</b>	<b>6,72</b>	<b>24,84</b>	<b>178,6</b>
<b>Итого 9 –й день</b>							<b>48,84</b>	<b>55,76</b>	<b>177,15</b>	<b>1305,6</b>	<b>63,49</b>	<b>67,58</b>	<b>236,3</b>	<b>1665,5</b>







Анализ фактических показателей белков, жиров, углеводов и калорийности питания по 10-дневному меню, посещающих МДОУ с 10,5 часовым режимом функционирования.

ОТ 1,5 ДО 3 ЛЕТ

ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ

Дни	Б	Ж	У	К	Б	Ж	У	К
1	41,014	44,928	164,92	1184,3	56,06	163,89	260,30	1612,60
2	43,063	38,028	198,98	1163,7	53,247	47,050	256,30	1653,60
3	54,281	46,888	167,888	1254,1	65,173	56,30	187,30	1439,40
4	53,063	46,619	164,24	1186,9	59,506	45,127	195,10	1298,90
5	43,276	44,188	195,24	1049,9	56,390	48,574	199,38	1698,14
6	41,232	45,460	159,98	1196,8	53,284	57,652	256,25	1595,68
7	45,807	45,356	227,36	1255,8	60,610	57,220	312,00	1793,27
8	44,718	48,447	193,85	1298,6	53,920	58,664	225,70	1570,40
9	48,84	55,76	177,15	1305,6	63,49	67,580	236,30	1665,50
10	42,836	47,410	170,745	1233,62	49,75	57,980	209,76	1487,47
В среднем в день	45,813	46,32	187,003	1220,93	57,143	57,970	233,83	1641,79