

УТВЕРЖДАЮ
ЗАВЕДУЮЩИЙ МБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 12
"БЕЛОЧКА" О.Б. Голицына
"11" декабря 2020 г.



ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ

1-3 г.; 3-7 л

в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном
учреждении детский сад № 12 "Белочка"
с корпусом № 2 "Соболек"

на зимний период (декабрь, январь, февраль)

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С, мг | № рецептуры |
|------------------|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| ДЕНЬ 1 | 3-7 лет | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша манная | 200 | 5,30 | 5,10 | 27,50 | 178,00 | 0,42 | № 5/4 |
| | Батон с маслом, сыром | 45 | 5,00 | 6,60 | 14,10 | 137,00 | 0,07 | № 4/13 |
| | Кофейный напиток со стуженным молоком | 200 | 2,01 | 2,39 | 25,65 | 131,87 | 0,00 | № 252 |
| 2 завтрак | 10.00 Сок | 200 | 1,22 | 0,26 | 24,80 | 107,60 | 5,00 | № 1/10 |
| ОБЕД | Салат из отварной свеклы с растительным маслом | 60 | 0,80 | 5,00 | 4,10 | 64,00 | 1,16 | № 20/1 |
| | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 4,20 | 4,00 | 9,30 | 118,00 | 4,60 | № 17/2 |
| | Котлеты из мяса говядины | 80 | 11,36 | 11,12 | 5,20 | 166,40 | 0,00 | № 14/8 |
| | Макаронные изделия отварные | 160 | 5,65 | 4,05 | 34,56 | 200,50 | 0,00 | № 43/3 |
| | Кисель из сухофруктов | 200 | 1,00 | 0,10 | 28,60 | 115,00 | 50,32 | № 9/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Биточки рыбные | 70 | 9,59 | 1,40 | 5,60 | 73,50 | 0,42 | № 9/7 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,10 | 4,20 | 20,60 | 135,00 | 10,74 | № 19/3 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36,00 | 0,80 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 50 | 3,30 | 0,50 | 21,20 | 102,00 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 | 117,50 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 1-ый ДЕНЬ | | 60,93 | 48,67 | 262,06 | 1790,37 | 75,23 | |
| ДЕНЬ 2 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша пшеничная | 200 | 6,50 | 6,00 | 31,20 | 206,00 | 0,42 | № 15/4 |
| | Батон с маслом, 1/2 яйцо | 55 | 4,90 | 6,20 | 14,20 | 133,00 | 0,00 | № 2/13 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,90 | 3,50 | 22,90 | 135,00 | 0,52 | № 14/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Свежие фрукты | 100 | | | | | | |
| ОБЕД | Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным | 60 | 1,00 | 4,00 | 6,20 | 64,00 | 18,03 | № 4/1 |
| | Борщ со сметаной | 200 | 1,80 | 4,30 | 8,60 | 93,00 | 19,45 | № 2/2 |
| | Тефтели из мяса кур | 80 | 11,36 | 9,76 | 8,48 | 163,20 | 1,12 | № 20/8 |
| | Пюре из гороха с маслом | 180 | 10,75 | 4,61 | 45,76 | 195,38 | 0,00 | № 108 |
| | Напиток из шиповника | 200 | 0,20 | 0,10 | 16,70 | 65,00 | 89,00 | № 15/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Винегрет | 80 | 1,20 | 8,00 | 6,93 | 104,00 | 2,63 | № 29/1 |
| | Корж молочный | 80 | 5,60 | 9,73 | 52,40 | 322,00 | 0,00 | № 163 |
| | Напиток витаминизированный "Классные Витаминки" | 200 | 0,00 | 0,00 | 19,00 | 80,00 | 20,00 | № 135 |
| | Хлеб ржаной на день | 50 | 3,30 | 0,50 | 21,20 | 102,00 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 | 117,50 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 2-ой ДЕНЬ | | 58,81 | 60,65 | 285,22 | 1888,08 | 152,87 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С, мг | № рецептуры |
|---------------------------|--|-------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| 1,5-3 года | | | | | | | | |
| ДЕНЬ 1 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша манная | 150 | 4,00 | 3,80 | 20,60 | 133,50 | 0,32 № 5/4 | |
| | Батон с маслом, сыром | 45 | 5,00 | 6,60 | 14,10 | 137,00 | 0,07 № 4/13 | |
| 2 завтрак | Кофейный напиток со стуженным молоком | 150 | 1,51 | 1,79 | 19,24 | 98,90 | 0,00 № 252 | |
| | 10.00 Сок | 150 | 0,90 | 0,20 | 18,60 | 80,70 | 3,80 № 1/10 | |
| ОБЕД | Салат из отварной свеклы с растительным маслом | 40 | 0,53 | 3,30 | 2,73 | 42,70 | 0,77 № 20/1 | |
| | Суп картофельный с бобовыми | 150 | 3,20 | 3,00 | 7,00 | 88,35 | 3,50 № 17/2 | |
| | Котлеты из мяса говядины | 60 | 8,52 | 8,34 | 3,90 | 124,80 | 0,00 № 14/8 | |
| | Макаронные изделия отварные | 130 | 4,60 | 3,30 | 28,10 | 162,90 | 0,00 № 43/3 | |
| 15.00 | Кисель из сухофруктов | 150 | 0,75 | 0,08 | 21,50 | 86,30 | 37,70 № 9/10 | |
| | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 № 16/10 | |
| ПОЛДНИК | Биточки рыбные | 60 | 8,22 | 1,20 | 4,80 | 63,00 | 0,36 № 9/7 | |
| | Картофельное пюре | 130 | 2,70 | 3,64 | 17,90 | 117,00 | 9,31 № 19/3 | |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,08 | 0,00 | 6,90 | 27,00 | 0,60 № 11/10 | |
| | Хлеб ржаной на день | 40 | 2,62 | 0,36 | 16,95 | 81,60 | 0,00 № 6/13 | |
| | Хлеб пшеничный на день | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,90 | 94,00 | 0,00 № 7/13 | |
| ИТОГО ЗА 1-ый ДЕНЬ | | | 50,17 | 39,47 | 209,02 | 1445,75 | 58,13 | |
| ДЕНЬ 2 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша пшеничная | 150 | 4,90 | 4,50 | 23,40 | 154,50 | 0,32 № 15/4 | |
| | Батон с маслом, 1/2 яйцо | 55 | 4,90 | 6,20 | 14,20 | 133,00 | 0,00 № 2/13 | |
| | Какао с молоком | 150 | 2,90 | 2,60 | 17,20 | 101,30 | 0,40 № 14/10 | |
| 2 завтрак | 10.00 Свежие фрукты | 100 | | | | | | |
| ОБЕД | Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом | 40 | 0,70 | 2,70 | 4,10 | 42,70 | 12,02 № 4/1 | |
| | Борщ со сметаной | 150 | 1,40 | 3,20 | 6,50 | 60,80 | 14,60 № 2/2 | |
| | Тефтели из мяса кур | 60 | 8,52 | 7,32 | 6,36 | 122,40 | 0,84 № 20/8 | |
| | Пюре из гороха с маслом | 150 | 17,30 | 3,84 | 38,13 | 146,15 | 0,00 № 108 | |
| | Напиток из шиповника | 150 | 0,15 | 0,08 | 12,50 | 48,80 | 66,80 № 15/10 | |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 № 16/10 | |
| ПОЛДНИК | Винегрет | 60 | 0,90 | 6,00 | 5,20 | 78,00 | 1,97 № 29/1 | |
| | Корж молочный | 80 | 5,60 | 9,73 | 52,40 | 322,00 | 0,00 № 163 | |
| | Напиток витаминизированный "Классные Витамишки" | 150 | 0,00 | 0,00 | 14,25 | 60,00 | 15,00 № 135 | |
| | Хлеб ржаной на день | 40 | 2,62 | 0,36 | 16,95 | 81,60 | 0,00 № 6/13 | |
| | Хлеб пшеничный на день | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,90 | 94,00 | 0,00 № 7/13 | |
| ИТОГО ЗА 2-ой ДЕНЬ | | | 57,43 | 50,39 | 237,89 | 1553,25 | 113,65 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С, мг | № рецептуры |
|------------------|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| ДЕНЬ 3 | 3-7 лет | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Запеканка из творога с повидлом | 120 | 20,28 | 11,52 | 15,84 | 250,80 | 0,78 | № 9/5 |
| | Батон с маслом | 40 | 1,10 | 8,40 | 7,50 | 110,00 | 0,00 | № 3/13 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,00 | 2,90 | 13,40 | 89,00 | 0,52 | № 13/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Сок | 200 | 1,22 | 0,26 | 24,80 | 107,60 | 5,00 | № 1/10 |
| ОБЕД | Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом | 60 | 0,80 | 5,90 | 4,40 | 73,00 | 4,51 | № 21/1 |
| | Суп-пюре из разных овощей | 200 | 2,70 | 3,60 | 9,50 | 81,00 | 15,24 | № 27/2 |
| | Азу с мясом кур | 200 | 17,80 | 20,00 | 17,70 | 322,00 | 7,00 | № 260 |
| | Кисель из свежемороженых ягод | 200 | 0,10 | 0,00 | 24,50 | 96,00 | 51,20 | № 8/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом | 80 | 2,40 | 8,93 | 8,13 | 122,67 | 5,15 | № 32/1 |
| | Сдоба французская | 40 | | | | | | ГП |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36,00 | 0,80 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 50 | 3,30 | 0,50 | 21,20 | 102,00 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 | 117,50 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 3-ий ДЕНЬ | | 61,10 | 65,96 | 187,82 | 1615,57 | 91,90 | |
| ДЕНЬ 4 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша гречневая | 200 | 7,20 | 6,60 | 29,30 | 206,00 | 0,42 | № 2/4 |
| | Батон с маслом, сыром | 45 | 5,00 | 6,60 | 14,10 | 137,00 | 0,07 | № 4/13 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,40 | 1,40 | 11,20 | 61,00 | 0,26 | № 12/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Свежие фрукты | 100 | | | | | | |
| ОБЕД | Салат из моркови с изюмом и растительным маслом | 80 | 1,07 | 4,00 | 15,73 | 101,33 | 2,95 | № 12/1 |
| | Суп-лапша на курином бульоне | 200 | 1,90 | 2,80 | 11,10 | 78,00 | 0,38 | № 20/2 |
| | Запеканка капустная с мясом кур, соус молочный | 220 | 23,10 | 20,90 | 14,74 | 338,80 | 10,87 | № 39/8-1 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0,50 | 0,00 | 18,30 | 72,00 | 50,16 | № 6/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Омлет | 100 | 9,75 | 13,13 | 1,75 | 163,75 | 0,14 | № 2/6 |
| | Шанежка с картофелем | 60 | 7,14 | 4,36 | 39,49 | 227,60 | 0,04 | № 296 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36,00 | 0,80 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 50 | 3,30 | 0,50 | 21,20 | 102,00 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 | 117,50 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 4-ый ДЕНЬ | | 68,76 | 64,24 | 217,76 | 1748,98 | 67,79 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С, мг | № рецептур |
|------------------|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| ДЕНЬ 3 | 1-3 года | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Запеканка из творога с повидлом | 100 | 16,90 | 9,60 | 13,20 | 209,00 | 0,23 | № 9/5 |
| | Батон с маслом | 40 | 1,10 | 8,40 | 7,50 | 110,00 | 0,00 | № 3/13 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,30 | 2,20 | 10,10 | 66,80 | 0,40 | № 13/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Сок | 150 | 0,90 | 0,20 | 18,60 | 80,70 | 3,80 | № 1/10 |
| ОБЕД | Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом | 40 | 0,53 | 3,93 | 2,93 | 48,67 | 3,00 | № 2/1 |
| | Суп-пюре из разных овощей | 150 | 2,00 | 2,70 | 7,10 | 60,80 | 11,40 | № 27/2 |
| | Азу с мясом кур | 150 | 13,00 | 15,00 | 13,00 | 242,00 | 7,00 | № 260 |
| 15.00 | Кисель из свежемороженых ягод | 150 | 0,08 | 0,00 | 18,40 | 72,00 | 38,40 | № 8/10 |
| | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом | 60 | 1,80 | 6,70 | 6,10 | 92,00 | 3,86 | № 32/1 |
| | Сдоба французская | 40 | | | | | | ГП |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,08 | 0,00 | 6,90 | 27,00 | 0,60 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 40 | 2,62 | 0,36 | 16,95 | 81,60 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,90 | 94,00 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 3-ий ДЕНЬ | | 48,85 | 52,95 | 147,48 | 1292,57 | 70,39 | |
| ДЕНЬ 4 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша гречневая | 150 | 5,40 | 4,90 | 22,00 | 154,50 | 0,32 | № 2/4 |
| | Батон с маслом, сыром | 45 | 5,00 | 6,60 | 14,10 | 137,00 | 0,07 | № 4/13 |
| | Чай с молоком | 150 | 1,05 | 1,05 | 8,40 | 45,75 | 0,20 | № 12/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Свежие фрукты | 100 | | | | | | |
| ОБЕД | Салат из моркови с изюмом и растительным маслом | 60 | 0,80 | 3,00 | 11,80 | 76,00 | 2,21 | № 12/1 |
| | Суп-лапша на курином бульоне | 150 | 1,43 | 2,10 | 8,33 | 58,50 | 0,29 | № 20/2 |
| | Запеканка капустная с мясом кур, соус молочный | 180 | 18,90 | 17,10 | 12,06 | 277,20 | 8,89 | № 39/8-1 |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 0,40 | 0,00 | 13,70 | 54,00 | 37,62 | № 6/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Омлет | 80 | 7,80 | 10,50 | 1,40 | 131,00 | 0,11 | № 2/6 |
| | Шанежка с картофелем | 60 | 7,14 | 4,36 | 39,49 | 227,60 | 0,04 | № 296 |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,08 | 0,00 | 6,90 | 27,00 | 0,60 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 40 | 2,62 | 0,36 | 16,95 | 81,60 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,90 | 94,00 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 4-ый ДЕНЬ | | 58,16 | 53,83 | 181,83 | 1472,15 | 52,05 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С, мг | № рецептуры |
|------------------|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| ДЕНЬ 5 | 3-7 лет | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша молочная ассорти (рис, пшено) | 200 | 5,00 | 5,90 | 25,60 | 175,00 | 0,53 | №16/4 |
| | Батон с маслом, 1/2 яйцо | 60 | 4,90 | 6,20 | 14,20 | 133,00 | 0,00 | № 2/13 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,90 | 3,50 | 22,90 | 135,00 | 0,52 | № 14/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Сок | 200 | 1,22 | 0,26 | 24,80 | 107,60 | 5,00 | № 1/10 |
| ОБЕД | Салат из белокачанной капусты с луком и растительным маслом | 60 | 0,90 | 4,00 | 5,60 | 61,00 | 22,44 | № 6/1 |
| | Рассольник с крупой и сметаной | 200 | 1,80 | 4,50 | 12,50 | 99,00 | 14,37 | № 11/2 |
| | Котлета из мяса кур | 70 | 12,50 | 10,22 | 10,64 | 184,80 | 0,28 | № 5/9 |
| | Картофельное пюре | 180 | 3,70 | 5,60 | 27,50 | 180,00 | 14,30 | № 3/3 |
| | Кисель из кураги | 200 | 1,00 | 0,10 | 28,60 | 115,00 | 50,32 | № 9/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Суфле творожное | 120 | 17,60 | 14,50 | 16,40 | 268,80 | 2,30 | № 19/5 |
| | Молоко сгущенное | 25 | 1,75 | 2,13 | 14,00 | 82,50 | 0,03 | ГП |
| | Салат из моркови с яблоками и растительным маслом | 60 | 0,60 | 4,00 | 6,00 | 62,00 | 3,19 | № 11/1 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36,00 | 0,80 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 50 | 3,30 | 0,50 | 21,20 | 102,00 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 | 117,50 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 5-ый ДЕНЬ | | 66,57 | 65,36 | 270,79 | 1967,20 | 115,78 | |
| ДЕНЬ 6 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша геркулесовая | 200 | 6,40 | 7,40 | 27,20 | 202,00 | 0,42 | № 8/4 |
| | Батон с маслом | 40 | 1,10 | 8,40 | 7,50 | 110,00 | 0,00 | № 3/13 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,00 | 2,90 | 13,40 | 89,00 | 0,52 | № 13/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Сок | 200 | 1,22 | 0,26 | 24,80 | 107,60 | 5,00 | № 1/10 |
| ОБЕД | Салат из отварной свеклы с изюмом | 60 | 0,80 | 4,90 | 12,20 | 94,00 | 0,88 | № 25/1 |
| | Уха рыбацкая | 200 | 6,80 | 2,10 | 9,80 | 87,00 | 13,75 | № 30/2 |
| | Котлета мясная | 70 | 12,53 | 10,22 | 10,64 | 184,80 | 0,28 | № 5/9 |
| | Картофель отварной, соус томатный | 180 | 3,50 | 5,67 | 29,60 | 187,65 | 81,00 | № 1/3 |
| | Компот из яблок и клубники | 200 | 0,20 | 0,10 | 16,70 | 65,00 | 89,00 | № 15/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Салат с фасолью | 100 | 0,65 | 2,50 | 6,70 | 54,50 | 0,44 | №144 |
| | Манник со сгущенным молоком | 60/30 | 5,15 | 9,86 | 28,88 | 186,90 | 0,80 | № 77 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36,00 | 0,80 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 50 | 3,30 | 0,50 | 21,20 | 102,00 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 | 117,50 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 6-ой ДЕНЬ | | 53,05 | 58,76 | 249,47 | 1731,95 | 193,79 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С, мг | № рецептур |
|------------------|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| ДЕНЬ 5 | 1-3 года | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша молочная ассорти (рис, пшено) | 150 | 3,75 | 4,40 | 19,20 | 131,25 | 0,40 | №16/4 |
| | Батон с маслом, 1/2 яйцо | 60 | 4,90 | 6,20 | 14,20 | 133,00 | 0,00 | № 2/13 |
| | Какао с молоком | 150 | 2,90 | 2,63 | 17,20 | 101,30 | 0,39 | № 14/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Сок | 150 | 0,90 | 0,20 | 18,60 | 80,70 | 3,80 | № 1/10 |
| ОБЕД | Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом | 40 | 0,60 | 2,70 | 3,70 | 40,70 | 14,96 | № 6/1 |
| | Рассольник с крупой и сметаной | 150 | 1,35 | 3,40 | 9,40 | 74,30 | 10,80 | № 11/2 |
| | Котлета из мяса кур | 60 | 10,74 | 8,76 | 9,12 | 158,40 | 0,24 | № 5/9 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,10 | 4,20 | 20,60 | 135,00 | 10,74 | № 19/3 |
| | Кисель из кураги | 150 | 0,75 | 0,08 | 21,50 | 86,30 | 37,70 | № 9/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Суфле творожное | 120 | 17,60 | 14,50 | 16,40 | 268,80 | 2,30 | № 19/5 |
| | Молоко стуженное | 25 | 1,75 | 2,13 | 14,00 | 82,50 | 0,03 | ГП |
| | Салат из моркови с яблоками и растительным маслом | 40 | 0,40 | 2,70 | 4,00 | 41,30 | 2,13 | № 11/1 |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,08 | 0,00 | 6,90 | 27,00 | 0,60 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 40 | 2,62 | 0,36 | 16,95 | 81,60 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,90 | 94,00 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 5-ый ДЕНЬ | | 58,98 | 56,12 | 218,47 | 1644,15 | 85,79 | |
| ДЕНЬ 6 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша геркулесовая | 150 | 4,80 | 5,55 | 20,40 | 151,50 | 0,32 | № 8/4 |
| | Батон с маслом | 40 | 1,10 | 8,40 | 7,50 | 110,00 | 0,00 | № 3/13 |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,30 | 2,20 | 10,10 | 66,80 | 0,40 | № 13/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Сок | 150 | 0,90 | 0,20 | 18,60 | 80,70 | 3,80 | № 1/10 |
| ОБЕД | Салат из отварной свеклы с изюмом | 40 | 0,53 | 3,27 | 8,13 | 62,67 | 0,59 | № 25/1 |
| | Уха рыбацкая | 150 | 5,10 | 1,60 | 7,35 | 65,25 | 10,31 | № 30/2 |
| | Котлета мясная | 60 | 10,70 | 8,80 | 0,08 | 158,40 | 0,20 | № 5/9 |
| | Картофель отварной, соус томатный | 150 | 3,10 | 4,20 | 20,60 | 135,00 | 10,74 | № 3/3 |
| | Компот из яблок и клубники | 150 | 0,15 | 0,08 | 12,50 | 48,80 | 66,80 | № 15/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Салат с фасолью | 80 | 0,65 | 2,50 | 6,70 | 54,50 | | № 144 |
| | Манник со стуженным молоком | 60/30 | 5,15 | 9,86 | 28,88 | 186,90 | 0,44 | № 77 |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,08 | 0,00 | 6,90 | 27,00 | 0,60 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 40 | 2,62 | 0,36 | 16,95 | 81,60 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,90 | 94,00 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 6-ой ДЕНЬ | | 44,72 | 50,88 | 191,39 | 1431,12 | 95,90 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С, мг | № рецептуры |
|------------------|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|----------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| ДЕНЬ 7 | 3-7 лет | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Суп молочный с лапшой | 200 | 3,40 | 3,70 | 12,00 | 101,00 | 0,42 | № 21/2 |
| | Батон с маслом, сыром | 45 | 5,00 | 6,60 | 14,10 | 137,00 | 0,07 | № 4/13 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,40 | 1,40 | 11,20 | 61,00 | 0,26 | № 12/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Свежие фрукты | 100 | | | | | | |
| ОБЕД | Салат с морской капустой | 60 | 1,10 | 3,05 | 5,94 | 55,60 | | № 148 |
| | Суп овощной с куриными фрикадельками | 200 | 5,10 | 12,30 | 13,80 | 188,00 | 12,00 | № 15/2 |
| | Рыба, припуш. с молоком и овощами | 70 | 8,10 | 8,90 | 2,03 | 55,30 | 0,49 | № 3/7 |
| | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 3,60 | 3,30 | 38,70 | 196,50 | 0,00 | № 45/3 |
| | Кисель из свежемороженых ягод | 200 | 0,10 | 0,00 | 24,50 | 96,00 | 51,20 | № 8/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Запеканка из творога с яблоками | 120 | 16,00 | 13,70 | 21,10 | 272,40 | 1,30 | № 16/5 |
| | Повидло | 20 | 1,75 | 2,13 | 14,00 | 82,50 | 0,03 | ГП |
| | Сдоба французская | 40 | | | | | | ГП |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36,00 | 0,80 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 50 | 3,30 | 0,50 | 21,20 | 102,00 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 | 117,50 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 7-ой ДЕНЬ | | 57,25 | 59,53 | 219,42 | 1608,80 | 68,27 | |
| ДЕНЬ 8 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша пшеничная | 200 | 6,50 | 6,00 | 31,20 | 206,00 | 0,42 | № 11/4 |
| | Батон с маслом | 40 | 1,10 | 8,40 | 7,50 | 110,00 | 0,00 | № 3/13 |
| | Какао с молоком | 200 | 3,90 | 3,50 | 22,90 | 135,00 | 0,52 | № 14/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Сок | 200 | 1,22 | 0,26 | 24,80 | 107,60 | 5,00 | № 1/10 |
| ОБЕД | Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом | 60 | 0,80 | 6,00 | 5,40 | 80,00 | 2,00 | № 30/1 |
| | Свекольник со сметаной | 200 | 1,70 | 4,40 | 11,70 | 100,30 | 15,05 | № 5/2 |
| | Рулет из мяса кур с яйцом | 80 | 12,00 | 14,30 | 3,90 | 192,00 | 0,00 | № 29/8 |
| | Капуста тушеная | 180 | 4,20 | 3,50 | 16,30 | 112,80 | 40,10 | № 8/3 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 0,50 | 0,00 | 18,30 | 72,00 | 50,16 | № 6/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Салат из отварной свеклы с растительным маслом | 60 | 0,80 | 5,00 | 4,10 | 64,00 | 1,16 | № 20/1 |
| | Рыба, запеченная в омлете | 100 | 18,60 | 11,60 | 5,60 | 201,00 | 0,20 | № 138 |
| | Кондитерское изделие | 12 | 1,15 | 1,45 | 11,15 | 62,55 | 0,00 | № 6,9/13,10/13 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36,00 | 0,80 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 50 | 3,30 | 0,50 | 21,20 | 102,00 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 | 117,50 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 8-ой ДЕНЬ | | 64,17 | 68,86 | 224,90 | 1806,75 | 117,11 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Энергетическая ценность | Витамин С, мг | № рецептур |
|------------------|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|----------------|-------------------------|----------------|------------|
| | | | Б | Ж | У | У | | | |
| ДЕНЬ 7 | 1-3 года | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Суп молочный с лапшой | 150 | 2,60 | 2,80 | 9,00 | 71,30 | 0,30 | № 21/2 | |
| | Батон с маслом, сыром | 45 | 5,00 | 6,60 | 14,10 | 137,00 | 0,07 | № 4/13 | |
| | Чай с молоком | 150 | 1,05 | 1,05 | 8,40 | 45,75 | 0,20 | № 12/10 | |
| 2 завтрак | 10.00 Свежие фрукты | 100 | | | | | | | |
| ОБЕД | Салат с морской капустой | 50 | 0,90 | 2,54 | 4,95 | 62,00 | | № 148 | |
| | Суп овощной с куриными фрикадельками | 150 | 3,80 | 9,23 | 10,35 | 141,00 | 9,00 | № 15/2 | |
| | Рыба, припуш. с молоком и овощами | 70 | 8,10 | 8,90 | 2,03 | 55,30 | 0,49 | № 3/7 | |
| | Каша рисовая рассыпчатая | 130 | 3,12 | 2,86 | 33,54 | 170,30 | 0,00 | № 45/3 | |
| | Кисель из свежемороженых ягод | 150 | 0,75 | 0,00 | 18,40 | 72,00 | 38,40 | № 8/10 | |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 | |
| ПОЛДНИК | Запеканка из творога с яблоками | 100 | 13,30 | 11,40 | 17,60 | 227,00 | 1,10 | № 16/5 | |
| | Молоко стуженное | 25 | 1,75 | 2,13 | 14,00 | 82,50 | 0,03 | ГП | |
| | Сдоба французская | 40 | | | | | | ГП | |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,08 | 0,00 | 6,90 | 27,00 | 0,60 | № 11/10 | |
| | Хлеб ржаной на день | 40 | 2,62 | 0,36 | 16,95 | 81,60 | 0,00 | № 6/13 | |
| | Хлеб пшеничный на день | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,90 | 94,00 | 0,00 | № 7/13 | |
| | ИТОГО ЗА 7-ой ДЕНЬ | | 50,61 | 51,73 | 182,92 | 1374,75 | 51,89 | | |
| ДЕНЬ 8 | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша пшеничная | 150 | 4,90 | 4,50 | 23,40 | 154,50 | 0,32 | № 11/4 | |
| | Батон с маслом | 40 | 1,10 | 8,40 | 7,50 | 110,00 | 0,00 | № 3/13 | |
| | Какао с молоком | 150 | 2,90 | 2,63 | 17,20 | 101,30 | 0,39 | № 14/10 | |
| 2 завтрак | 10.00 Сок | 150 | 0,90 | 0,20 | 18,60 | 80,70 | 3,80 | № 1/10 | |
| ОБЕД | Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом | 40 | 0,53 | 4,00 | 3,60 | 53,33 | 1,33 | № 30/1 | |
| | Свекольник со сметаной | 150 | 1,30 | 3,30 | 8,80 | 69,80 | 11,30 | № 5/2 | |
| | Рулет из мяса кур с яйцом | 60 | 9,00 | 10,70 | 2,90 | 144,00 | 0,00 | № 29/8 | |
| | Капуста тушеная | 150 | 3,50 | 2,90 | 13,60 | 93,90 | 33,40 | № 8/3 | |
| | Компот из сухофруктов | 150 | 0,40 | 0,00 | 13,70 | 54,00 | 37,62 | № 6/10 | |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 | |
| ПОЛДНИК | Салат из отварной свеклы с растительным маслом | 40 | 0,53 | 2,73 | 2,73 | 42,67 | 0,77 | № 20/1 | |
| | Рыба, запеченная в омлете | 80 | 14,90 | 9,30 | 4,50 | 160,90 | 0,14 | № 138 | |
| | Кондитерское изделие | 12 | 1,15 | 1,45 | 11,15 | 62,55 | 0,00 | № 6,9/13,10/13 | |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,08 | 0,00 | 6,90 | 27,00 | 0,60 | № 11/10 | |
| | Хлеб ржаной на день | 40 | 2,62 | 0,36 | 16,95 | 81,60 | 0,00 | № 6/13 | |
| | Хлеб пшеничный на день | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,90 | 94,00 | 0,00 | № 7/13 | |
| | ИТОГО ЗА 8-ой ДЕНЬ | | 51,36 | 54,33 | 178,23 | 1438,25 | 91,38 | | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность | Витамин С, мг | № рецептуры |
|------------------|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|-------------------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | | |
| ДЕНЬ 9 | 3-7 лет | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша ячневая | 200 | 6,00 | 5,30 | 30,70 | 195,00 | 0,42 | № 14/4 |
| | Батон с маслом | 40 | 1,10 | 8,40 | 7,50 | 110,00 | 0,00 | № 3/13 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,00 | 2,90 | 13,40 | 89,00 | 0,52 | № 13/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Свежие фрукты | 100 | | | | | | |
| ОБЕД | Салат из белокочанной капусты с яблоками | 60 | 0,60 | 4,00 | 6,50 | 63,00 | 14,41 | № 8/1 |
| | Суп крестьянский с крупой и смет. | 200 | 1,80 | 4,40 | 10,30 | 88,00 | 16,61 | № 31/2 |
| | Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом. куд | 200 | 14,80 | 13,60 | 30,80 | 298,00 | 14,40 | № 37/8 |
| | Соус томатный | 30 | 0,16 | 1,10 | 1,60 | 16,85 | 1,00 | № 9/11 |
| | Напиток из шиповника | 200 | 0,20 | 0,10 | 16,70 | 65,00 | 89,00 | № 15/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Макаронь отварные с сыром | 170 | 8,30 | 6,50 | 34,40 | 107,10 | 0,03 | № 43-2/3 |
| | Ватрушка со сметаной | 65 | 5,60 | 8,40 | 30,70 | 223,00 | 0,10 | № 6/12 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36,00 | 0,80 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 50 | 3,30 | 0,50 | 21,20 | 102,00 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 | 117,50 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 9-ый ДЕНЬ | | 53,26 | 59,15 | 244,65 | 1618,45 | 138,99 | |
| ДЕНЬ 10 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша рисовая | 200 | 6,00 | 5,80 | 42,40 | 248,00 | 0,52 | № 7/4 |
| | Батон с маслом, сыром | 45 | 5,00 | 6,60 | 14,10 | 137,00 | 0,07 | № 4/13 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,40 | 1,40 | 11,20 | 61,00 | 0,26 | № 12/10 |
| 2 завтрак | 10.00 Сок | 200 | 1,22 | 0,26 | 24,80 | 107,60 | 5,00 | № 1/10 |
| ОБЕД | Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растит. маслом | 60 | 0,90 | 3,00 | 5,90 | 54,00 | 22,69 | № 9/1 |
| | Суп картофельный со сметаной | 200 | 1,40 | 2,20 | 10,00 | 62,00 | 4,60 | № 12/2 |
| | Мясо кур отварное в соусе | 80 | 9,76 | 10,48 | 1,76 | 140,00 | 0,48 | № 2/9 |
| | Каша гречневая вязкая | 150 | 4,60 | 4,05 | 20,00 | 136,50 | 0,00 | № 3/4 |
| | Компот из сухофруктов и шиповника | 200 | 0,40 | 0,10 | 18,10 | 71,00 | 70,08 | № 7/10 |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 |
| ПОЛДНИК | Салат из моркови с растительным маслом | 60 | 0,70 | 4,00 | 6,60 | 64,00 | 2,65 | № 10/1 |
| | Сырники из творога с картофелем, молоко сгущенное | 140 | 21,40 | 11,50 | 31,20 | 169,00 | 2,24 | № 7/5 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,10 | 0,00 | 9,20 | 36,00 | 0,80 | № 11/10 |
| | Хлеб ржаной на день | 50 | 3,30 | 0,50 | 21,20 | 102,00 | 0,00 | № 6/13 |
| | Хлеб пшеничный на день | 50 | 3,80 | 0,45 | 24,85 | 117,50 | 0,00 | № 7/13 |
| | ИТОГО ЗА 10-ый ДЕНЬ | | 64,48 | 53,84 | 248,11 | 1613,60 | 111,09 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | | Энергетическая ценность | Витамин С, мг | № рецептуры |
|------------------|---|-------------|----------------------|--------------|---------------|----------------|-------------------------|---------------|-------------|
| | | | Б | Ж | У | У | | | |
| ДЕНЬ 9 | 1-3 года | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша ячневая | 150 | 4,50 | 7,10 | 23,03 | 146,30 | 0,32 | № 14/4 | |
| | Батон с маслом | 40 | 1,10 | 8,40 | 7,50 | 110,00 | 0,00 | № 3/13 | |
| | Кофейный напиток с молоком | 150 | 2,30 | 2,20 | 10,10 | 66,80 | 0,40 | № 13/10 | |
| 2 завтрак | 10.00 Свежие фрукты | 100 | | | | | | | |
| ОБЕД | Салат из белокочанной капусты с яблоками | 40 | 0,40 | 4,00 | 4,30 | 42,00 | 9,61 | № 8/1 | |
| | Суп крестьянский с крупой и смет. | 150 | 1,35 | 3,30 | 7,70 | 66,00 | 12,50 | № 31/2 | |
| | Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом кур | 170 | 12,60 | 11,60 | 26,20 | 253,30 | 12,24 | № 37/8 | |
| | Соус томатный | 25 | 0,13 | 0,90 | 1,33 | 14,04 | 0,83 | № 9/11 | |
| | Напиток из шиповника | 150 | 0,15 | 0,08 | 12,50 | 48,80 | 66,80 | № 15/10 | |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 | |
| ПОЛДНИК | Макароны отварные с сыром | 150 | 7,30 | 5,70 | 30,35 | 94,50 | 0,03 | № 43-2/3 | |
| | Ватрушка со сметаной | 65 | 5,60 | 8,40 | 30,70 | 223,00 | 0,10 | № 6/12 | |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,08 | 0,00 | 6,90 | 27,00 | 0,60 | № 11/10 | |
| | Хлеб ржаной на день | 40 | 2,62 | 0,36 | 16,95 | 81,60 | 0,00 | № 6/13 | |
| | Хлеб пшеничный на день | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,90 | 94,00 | 0,00 | № 7/13 | |
| | ИТОГО ЗА 9-ый ДЕНЬ | | 45,67 | 55,90 | 204,26 | 1375,34 | 105,13 | | |
| ДЕНЬ 10 | | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша рисовая | 150 | 4,50 | 4,40 | 31,80 | 186,00 | 0,39 | № 7/4 | |
| | Батон с маслом, сыром | 45 | 5,00 | 6,60 | 14,10 | 137,00 | 0,07 | № 4/13 | |
| | Чай с молоком | 150 | 1,05 | 1,05 | 8,40 | 45,75 | 0,20 | № 12/10 | |
| 2 завтрак | 10.00 Сок | 150 | 0,90 | 0,20 | 18,60 | 80,70 | 3,80 | № 1/10 | |
| ОБЕД | Салат из белокочанной капусты с яблоками, морковью и растит. маслом | 40 | 0,60 | 2,00 | 3,93 | 36,00 | 15,13 | № 9/1 | |
| | Суп картофельный со сметаной | 150 | 1,05 | 1,65 | 7,50 | 46,50 | 3,45 | № 12/2 | |
| | Мясо кур отварное в соусе | 70 | 8,54 | 9,17 | 1,54 | 122,50 | 0,42 | № 2/9 | |
| | Каша гречневая вязкая | 130 | 3,90 | 3,51 | 17,36 | 118,30 | 0,00 | № 3/4 | |
| | Компот из сухофруктов и шиповника | 150 | 0,3 | 0,08 | 13,58 | 48,80 | 52,56 | № 7/10 | |
| 15.00 | Кисломолочный напиток | 150 | 4,50 | 3,50 | 6,80 | 108,00 | 1,70 | № 16/10 | |
| ПОЛДНИК | Салат из моркови с растительным маслом | 60 | 0,70 | 4,00 | 6,60 | 64,00 | 2,65 | № 10/1 | |
| | Сырники из творога с картофелем, молоко стущенное | 120 | 18,30 | 9,90 | 26,70 | 144,90 | 1,90 | № 7/5 | |
| | Чай с лимоном | 150 | 0,08 | 0,00 | 6,90 | 27,00 | 0,60 | № 11/10 | |
| | Хлеб ржаной на день | 40 | 2,62 | 0,36 | 16,95 | 81,60 | 0,00 | № 6/13 | |
| | Хлеб пшеничный на день | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,90 | 94,00 | 0,00 | № 7/13 | |
| | ИТОГО ЗА 10-ый ДЕНЬ | | 55,08 | 46,78 | 200,66 | 1341,05 | 82,87 | | |