



Утверждено

Приказом заведующего

МБДОУ «Детский сад №28»

№ 84

ОД от 30.09.2023 года

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ ВОСПИТАННИКОВ

**Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад комбинированного вида №28»**

3 лет до 7 лет

(сентябрь – декабрь 2023 год)

завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
рисовая молочная	каша овсяная из "Геркулеса" молочная	суп молочный с вермишелью	каша манная молочная	каша гречневая рассыпчатая
чай напиток с молоком	какао с молоком	кофейный напиток с молоком	какао с молоком	с молоком кипяченым
хлеб пшеничный,масло	хлеб пшеничный,масло	хлеб пшеничный,масло	хлеб пшеничный,сыр	кофейный напиток с молоком
2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак
сок фруктовый	яблоко	апельсин	банан	хлеб пшеничный,масло
				сок фруктовый
обед	обед	обед	обед	обед
огурец,порцион.	свежий огурец, порционно	свежий помидор,порцион.	свежий огурец, порционно	соленый огурец,порцион.
суп на мясном бульоне	суп из овощей с мяс.кур(гр.), сметаной	суп картофельный с бобовыми	свекольник на кур.бул.(гр.), сметаной	суп картофельный с макаронными изд.
суп по домашнему	суфле рыбное	на кур.бульоне(гр.к)	суфле из кур	с мясом кур (гр. кур.)
компот из изюма	макаронные изделия отварные	котлета куриная	макаронные изделия отварные	тефтели из мяса кур с рисом
хлеб ржаной	компот из сухофруктов(смесь)	картофельное пюре	компот из изюма	соус сметанно - томатный
	хлеб ржаной	напиток из шиповника	хлеб ржаной	компот из сухофруктов(смесь)
уплотнённый полдник	уплотнённый полдник	уплотнённый полдник	уплотнённый полдник	уплотнённый полдник
гречневая рассыпчатая с	каша пшеничная молочная	хлеб ржаной	салат картофельный с зел.горошком	хлеб ржаной
маслом,сахаром	чай с сахаром ,молоком	уплотнённый полдник	омлет натуральный	уплотнённый полдник
чай с сахаром	хлеб пшеничный	омлет натуральный	чай с сахаром	пудинг творожный запеченный
хлеб пшеничный		чай с сахаром	хлеб пшеничный	кисель из концентрата плодового
		хлеб пшеничный		
день ПОНЕДЕЛЬНИК	7-й день ВТОРНИК	8-й день СРЕДА	9-й день ЧЕТВЕРГ	10-й день ПЯТНИЦА
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
макаронные изделия отварные	каша овсяная из "Геркулеса" молочная	каша молочная "Дружба"	каша пшеничная молочная	суп молочный с вермишелью
кофейный напиток с сахаром	какао с молоком	кофейный напиток с молоком	какао с молоком	кофейный напиток с молоком
хлеб пшеничный,масло	хлеб пшеничный,масло	хлеб пшеничный,масло	хлеб пшеничный,масло	хлеб пшеничный,сыр
2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак	2-й завтрак
сок фруктовый	банан	яблоко	апельсин	сок фруктовый
обед	обед	обед	обед	обед
соленый огурец,порцион.	свежий помидор,порцион.	соленый огурец,порцион.	свежий огурец ,порционно	свежий помидор,порцион.
суп из репчатого лука с капустой на мясном бул.	рассольник на кур.бул.(гр.), сметаной	борщ с капустой и картофелем	суп картофельный с макаронными изд.	суп гречневый с мясом кур(куры)
суп гуляш из говядины	грудка куриная тушеная с овощами	на кур. бульоне(гр.) со сметаной	на кур.бульоне(куры)	капуста тушеная с мясом кур
суп гречневая рассыпчатая	макаронные изделия отварные	суфле из кур	плов из отварной птицы	напиток из шиповника
компот из сухофруктов(смесь)	напиток из шиповника	картофельное пюре	компот из сухофруктов(смесь)	хлеб ржаной
хлеб ржаной	хлеб ржаной	компот из изюма	хлеб ржаной	
уплотнённый полдник	уплотнённый полдник	уплотнённый полдник	уплотнённый полдник	уплотнённый полдник
яйцо варёное	каша манная молочная	хлеб ржаной	хлеб ржаной	омлет натуральный
консервированная кукуруза сахарная консервирован.	чай с молоком	уплотнённый полдник	запеканка из творога	булочка домашняя
чай с сахаром	хлеб пшеничный	кисель из концентрата плодового	молоко кипяченое	молоко кипяченое
печенье				хлеб пшеничный

Завтрак:	Выход	б	ж	к	ккал	ккал	
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	5,12	6,62	32,61	210,13		№98
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,51	2,87	17,74	106,82		№253
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	20/10						
хлеб пшеничный	20	3,08	1,20	19,92	104,80		
масло сливочное	10	0,10	7,25	0,14	66,20		
ИТОГО	410	10,81	17,94	70,41	487,95		
Второй завтрак:							
СОК ФРУКТОВЫЙ	145			11,19	44,81		
ИТОГО	145	0,00	0,00	11,19	44,81		
Обед:							
СОЛЁНЫЙ ОГУРЕЦ, ПОРЦИОННО	15	0,12	0,02	0,42	2,25		
СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	0,90	1,01	6,12	37,17		
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	140	15,76	12,72	18,00	249,47		№153
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,27		18,09	72,90		№239
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,96	0,72	20,52	108,60		
ИТОГО	545	21,01	14,47	63,15	470,39		
Уплотнённый полдник:							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧ. С МАСЛОМ, САХАРОМ	120	7,04	4,38	36,30	212,80		№186
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11		10,84	43,78		№263
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,08	1,20	19,92	104,80		
ИТОГО	320	10,23	5,58	67,06	361,38		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ							
	1420	42,05	37,99	211,81	1364,53		

Завтрак:	Выход	Б	Ж	У	Ккал	Рецепт
КАША ОВСЯНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСА МОЛОЧНАЯ	200	6,33	8,90	25,49	207,38	№93
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,54	29,46	176,14	№249
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	30/8					
хлеб пшеничный	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
масло сливочное	8	0,08	5,80	0,11	52,96	
ИТОГО	418	15,40	21,04	84,94	593,68	
Второй завтрак:						
ЯБЛОКО	106	0,39	0,39	9,37	43,85	
ИТОГО	106	0,39	0,39	9,37	43,85	
Обед:						
СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ, ПОРЦИОННО	35	0,28	0,03	0,60	3,85	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ КУР, СМЕТАНОЙ	180	1,39	4,22	9,06	82,97	№35
СУФЛЕ РЫБНОЕ	76	7,44	3,80	2,01	71,66	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	112	4,12	3,95	26,38	157,62	№194
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (СМЕСЬ)	180	0,5		25,1	102,41	№241
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,96	0,72	20,52	108,60	
ИТОГО	613	17,69	12,72	83,67	527,11	
Уплотнённый полдник:						
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,04	7,27	34,29	227,16	№96
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,51	2,3	11,94	78,53	№262
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,08	1,20	19,92	104,80	
ИТОГО	400	11,63	10,77	66,15	410,49	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1537	45,11	44,92	244,13	1575,13	

завтрак:	Выход	Б	Ж	У	Ккал	№рецеп
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	5,58	6,12	19,73	156,08	№44
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,51	2,87	17,74	106,82	№253
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	30/8					
хлеб пшеничный	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
масло сливочное	8	0,08	5,80	0,11	52,96	
ИТОГО	418	12,79	16,59	67,46	473,06	
Второй завтрак:						
АПЕЛЬСИН	100	0,88	0,20	7,91	39,07	
ИТОГО	100	0,88	0,20	7,91	39,07	
Обед:						
СВЕЖИЙ ПОМИДОР, ПОРЦИОННО	35	0,39	0,07	1,30	7,00	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,68	2,80	9,80	71,13	№ 36
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	15,96	18,04	10,86	269,62	№178
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,77	5,25	20,19	139,06	№206
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,61		18,91	42,18	№256
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,96	0,72	20,52	108,60	
ИТОГО	635	25,37	26,88	81,58	637,59	
Уплотнённый полдник:						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	7,62	11,79	1,98	144,56	№110
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11		10,84	43,78	№263
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
ИТОГО	295	12,35	13,59	42,70	345,54	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ						
	1448	51,39	57,26	199,65	1495,26	

5

Завтрак:	Выход	Б	Ж	У	Ккал	№рецеп.
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,53	7,03	38,78	244,92	№88
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,54	29,46	176,14	№249
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ,СЫР	30/7					
хлеб пшеничный	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
сыр	7	1,61	2,03		25,34	
ИТОГО	417	17,13	15,4	98,12	603,6	
Второй завтрак:						
БАНАН	100	1,50	0,10	19,20	89,00	
ИТОГО	100	1,50	0,10	19,20	89,00	
Обед:						
СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ,ПОРЦИОННО	45	0,36	0,05	0,77	4,95	
СВЕКОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	1,39	4,56	7,24	75,00	№34
СУФЛЕ ИЗ КУР	116	39,81	46,07	2,69	584,57	№183
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	112	4,12	3,95	26,38	157,62	№194
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,27		18,09	72,90	№239
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,96	0,72	20,52	108,60	
ИТОГО	663	49,91	55,35	75,69	1003,64	
Уплотнённый полдник:						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	165	5,02	18,78	17,75	259,05	№23
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11		10,84	43,78	№263
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,08	1,20	19,92	104,80	
ИТОГО	365	8,21	19,98	48,51	407,63	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1545	76,75	90,83	241,52	2103,87	

6

КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	60	3,49	2,17	18,00	105,52	№186
С МОЛОКОМ КИПЯЧЕНЫМ	160	4,47	5,10	7,50	93,85	№255
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,51	2,87	17,74	106,82	№253
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	30/10					
хлеб пшеничный	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
масло сливочное	10	0,10	7,25	0,14	66,20	
ИТОГО	440	15,19	19,19	73,26	529,59	
Второй завтрак:						
СОК ФРУКТОВЫЙ	145			11,19	44,81	
ИТОГО	145	0,00	0,00	11,19	44,81	
Обед:						
СОЛЁНЫЙ ОГУРЕЦ, ПОРЦИОННО	15	0,12	0,02	0,42	2,25	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,03	2,06	15,67	89,34	№38
ТЕФТЕЛИ С МЯСОМ КУР С РИСОМ	140	25,53	28,98	11,78	410,08	№177
ТОМАТНО - СМЕТАННЫЙ СОУС	50	2,09	8,06	5	101,18	
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (СМЕСЬ)	180	0,50		25,10	102,41	№241
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,96	0,72	20,52	108,60	
ИТОГО	595	34,23	39,84	78,49	813,86	
Уплотнённый полдник:						
ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	100	12,13	4,15	19,87	165,40	№128
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО	180	1,22		26,12	104,57	№233
ИТОГО	280	13,35	4,15	45,99	269,97	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1460	62,77	63,18	208,93	1658,23	

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	200	7,36	7,06	47,1	281,46	№194
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С САХАРОМ	180	1,26	1,44	15,62	80,39	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	30/8					
хлеб пшеничный	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
масло сливочное	8	0,08	5,80	0,11	52,96	
ИТОГО	418	13,32	16,10	92,71	572,01	
Второй завтрак:						
СОК ФРУКТОВЫЙ	150			11,58	46,35	
ИТОГО	150	0,00	0,00	11,58	46,35	
Обед:						
СОЛЁНЫЙ ОГУРЕЦ, ПОРЦИОННО	20	0,16	0,02	0,56	3,00	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	1,50	4,55	7,66	77,63	№56
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	95	17,63	19,68	5,48	269,59	№152
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	80	4,66	2,90	24,00	140,70	№186
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (СМЕСЬ)	180	0,50		25,10	102,41	№241
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	5,28	0,96	27,36	144,80	
ИТОГО	595	29,73	28,11	90,16	738,13	
Уплотнённый полдник:						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	12,70	11,50	0,70	157,00	
КУКУРУЗА САХАРНАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	25	0,75	0,25	4,00	22,50	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11		10,84	43,78	№263
ПЕЧЕНЬЕ	35	9,10	4,55	67,20	400,75	
ИТОГО	310	22,66	16,3	82,74	624,03	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1473	65,71	60,51	277,19	1980,52	

КАША ОВСЯНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСА МОЛОЧНАЯ	200	6,33	8,90	25,49	207,38	№93
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,54	29,46	176,14	№249
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	30/8					
хлеб пшеничный	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
масло сливочное	8	0,08	5,80	0,11	52,96	
ИТОГО	418	15,4	21,04	84,94	593,68	
Второй завтрак:						
БАНАН	100	1,50	0,10	19,20	89,00	
ИТОГО	100	1,5	0,1	19,2	89	
Обед:						
СВЕЖИЙ ПОМИДОР, ПОРЦИОННО	25	0,28	0,04	0,93	5,00	
РАССОЛЬНИК НА КУРИНОМ БУЛ. СО СМЕТАНОЙ	180	3,62	8,14	23,31	107,71	№33
ГРУДКА КУРИНАЯ ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ	102	13,71	13,71	0,73	182,67	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,05	3,88	25,91	154,80	№194
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,62		18,91	42,18	№256
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,96	0,72	20,52	108,60	
ИТОГО	627	26,24	26,49	90,31	600,96	
Уплотнённый полдник:						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,87	6,32	34,89	220,43	№88
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,51	2,3	11,94	78,53	№262
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
ИТОГО	390	13,00	10,42	76,71	456,16	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ						
	1535	56,14	58,05	271,16	1739,8	

НАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	6,55	8,33	15,09	241,11	№ 84
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,51	2,87	17,74	106,82	№253
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	30/6					
хлеб пшеничный	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
масло сливочное	6	0,06	4,36	0,08	39,72	
ИТОГО	416	13,74	17,36	82,79	544,85	
Второй завтрак:						
ЯБЛОКО	115	0,40	0,40	9,80	45,00	
ИТОГО	115	0,40	0,40	9,80	45,00	
Обед:						
СОЛЁНЫЙ ОГУРЕЦ, ПОРЦИОННО	20	0,16	0,02	0,56	3,00	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	180	1,37	4,80	7,79	80,00	№27
СУФЛЕ ИЗ КУР	116	39,81	46,07	2,69	584,57	№183
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,77	5,25	20,19	139,06	№206
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,27		18,09	72,90	№239
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	3,96	0,72	20,52	108,60	
ИТОГО	656	48,34	56,86	69,84	988,13	
Уплотнённый полдник:						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	117	17,09	7,09	17,03	400,41	№117
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВОГО	180	1,22		26,12	104,57	№233
ИТОГО	297	18,31	7,09	43,15	504,98	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1484	80,79	81,71	205,58	2082,96	

10

КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,04	7,27	34,79	227,10	№90
КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,37	4,54	29,46	176,14	№249
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	30/7					
хлеб пшеничный	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
масло сливочное	7	0,07	5,08	0,10	46,34	
ИТОГО	417	15,1	18,69	93,73	606,84	
Второй завтрак:						
АПЕЛЬСИН	100	0,88	0,20	7,91	39,07	
ИТОГО	100	0,88	0,20	7,91	39,07	
Обед:						
СВЕЖИЙ ОГУРЕЦ, ПОРЦИОННО	55	0,44	0,06	0,94	6,05	
СУП КАРТОФ. С МАКАРОННЫМИ ИЗД. НА КУР.БУЛЬОНЕ	180	2,03	2,06	15,67	89,34	№38
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	187	31,34	35,79	32,42	590,08	№180
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ (СМЕСЬ)	180	0,5		25,1	102,41	№241
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	5,28	0,96	27,36	144,80	
ИТОГО	642	39,59	38,87	101,49	932,68	
Уплотнённый полдник:						
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	90	6,56	10,61	55,20	342,30	№274
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,75	5,42	7,97	99,72	№255
ИТОГО	290	11,31	16,03	63,17	442,02	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1449	66,88	73,79	266,3	2020,61	

СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	180	3,01	3,31	17,78	180,47	№111
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,51	2,87	17,73	180,87	№111
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ, СЫР	30/7					
хлеб пшеничный	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
сыр	7	1,61	2,03		75,34	
ИТОГО	397	13,76	12,21	65,38	429,81	
Второй завтрак:						
СОК ФРУКТОВЫЙ	145			11,19	44,81	
ИТОГО	145	0,00	0,00	11,19	44,81	
Обед:						
СВЕЖИЙ ПОМИДОР, ПОРЦИОННО	55	0,61	0,11	2,04	11,00	
СУП ГРЕЧНЕВЫЙ С МЯСОМ КУР	180	0,90	1,01	6,12	37,17	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	170	14,38	14,81	10,20	228,57	
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,62		18,91	42,18	№256
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	6,60	1,20	34,20	181,00	
ИТОГО	635	23,11	17,13	71,47	499,92	
Уплотнённый полдник:						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	92	8,24	12,77	2,15	156,46	№110
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,11		10,84	43,78	№263
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	4,62	1,80	29,88	157,20	
ИТОГО	302	12,97	14,57	42,87	357,44	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1479	49,84	43,91	190,91	1332	

12

УПЛОТ	111,3
УПЛОТ ЗАВТРАК	111,3
УПЛОТ ОБЕД	111,3
УПЛОТ ПОЛДНИК	111,3
ИТОГО	1478,7

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ РАЦИОНА ЗА 10 ДНЕЙ

ДЕНЬ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ	ККАЛ
1	42,05	37,99	211,81	1364,53
2	45,11	44,92	244,13	1575,13
3	51,39	57,26	199,65	1495,26
4	76,75	90,83	241,52	2103,87
5	62,77	63,18	208,93	1658,23
6	65,71	60,51	277,19	1980,52
7	56,14	58,05	271,16	1739,80
8	80,79	81,71	205,58	2082,96
9	66,88	73,79	266,30	2020,61
10	49,84	43,91	190,91	1332,00
за 10 дней	597,43	612,15	2317,18	17352,91
в день	59,74	61,22	231,72	1735,29

10 дневное меню для детей от 3 до 7 лет соответствует № технологических карт используемых из "Сборника технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных образовательных учреждений".

Дата выпуска 2004 год. Пермская государственная медицинская академия Уральский региональный центр питания.

Прошнуровано, пронумеровано
и скреплено печатью

13 лист об

Ирина Ивановна Митяев
(прописью)

Заведующий МБДОУ №28



И.В. Обертос