

1 день

категория 2-3 года

| Но- мер реп. | Прием пищи, наименование изделий (блюдо) | Вы- ход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Витамин С, мг | % соотноше- ние |
|----------------------------|---|---------------|--------------|--------------|------------------|--------------|------------------|-----------------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| №1 | 16\1 Каша манная молочная жидкая | 120/2 | 4,92 | 4,95 | 19,78 | 106,6 | 0,55 | |
| №14 | 31\1 Кофейный напиток на молоке | 150 | 4,66 | 3,94 | 16,11 | 115,8 | 2,05 | |
| №84 | 83 Фрукты свежие (Груша) | 80 | 0,32 | 0,24 | 8,24 | 36,07 | 4 | |
| №12 | 85 Бутерброд с маслом | 15 | 0,82 | 4,23 | 4,87 | 61,27 | 0 | |
| | Итого за прием | 365 | 10,72 | 13,36 | 49 | 319,7 | 6,6 | 22,83 |
| Второй завтрак | | | | | | | | |
| №17 | 23\1 Кисломолочный напиток (Кефир) | 135 | 3,91 | 4,32 | 5,4 | 78,7 | 0,95 | |
| | Итого за прием | 135 | 3,91 | 4,32 | 5,4 | 78,7 | 0,95 | 5,62 |
| Обед | | | | | | | | |
| №21 | 54\1 Свежий огурец (порционный) | 40 | 0,32 | 0,04 | 1 | 5,4 | 4 | |
| №28 | 62\1 Суп картофельный с бобовыми и гречками на мясном бульоне | 150/10 | 5,7 | 2,86 | 18,5 | 124,2 | 3,3 | |
| №42 | 12\1 Солянка капустная с мясом | 150 | 12,99 | 6,78 | 15,31 | 174,5 | 10,98 | |
| №64 | 24\1 Компот из свежих плодов | 150 | 0,11 | 0,08 | 13,03 | 51,16 | 0,06 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,67 | 0 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 35,35 | 0 | |
| | Итого за прием | 550 | 22,81 | 10,3 | 69,01 | 462,3 | 18,34 | 33,01 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| №70 | 14\1 Пудинг из творога с соусом сметанным | 110/30 | 16,6 | 11,8 | 26,8 | 280,5 | 0,21 | |
| №83 | 91\1 Сок фруктовый (Апельсиновый) | 150 | 0,09 | 0 | 2,53 | 57,75 | 7,43 | |
| №76 | 5 Булочка сдобная | 50 | 3,94 | 4,3 | 26,26 | 159,6 | 0,02 | |
| | Итого за прием | 340 | 20,63 | 16,1 | 55,59 | 497,9 | 7,66 | 36,7 |
| | Итого за день | 1390 | 58,07 | 44,08 | 179 | 1359 | 33,55 | 100 |

2 день

категория 2-3 года

| Но- мер- рец. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Витамин С, мг | % соотнош. |
|----------------------------|--|---------------|--------------|--------------|------------------|--------------|------------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| №2 | 18\1 Каша рисовая молочная жидкая | 120/2 | 3,84 | 4,24 | 23,6 | 148,7 | 0,39 | |
| №15 | 19\1 Какао с молоком | 150 | 3,55 | 2,89 | 11,97 | 86,4 | 1,27 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 15 | 1,18 | 0,15 | 7,25 | 35,83 | 0 | |
| №11 | 51 Бутерброд с повидлом | 25 | 1,14 | 1,79 | 13,13 | 73,18 | 0,22 | |
| | Итого за прием | 312 | 9,71 | 9,07 | 55,95 | 344,1 | 1,88 | 24,5 |
| Второй завтрак | | | | | | | | |
| №19 | 25\1 Кисломолочный напиток "Снежок" | 135 | 2,7 | 2,5 | 10,8 | 79 | 0,9 | |
| | Итого за прием | 135 | 2,7 | 2,5 | 10,8 | 79 | 0,9 | 5,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| №23 | 50\1 Консервированная кукуруза | 40 | 0,4 | 0,64 | 5,88 | 33,2 | 1,92 | |
| №36 | 72\1 Суп картофельный с клецками на мясном бульоне | 150/5 | 3,28 | 3,74 | 14,2 | 99,7 | 6,63 | |
| №66 | 75\1 Биточки из мяса кур | 60 | 8,16 | 6,41 | 5,21 | 111,6 | 0,29 | |
| №83 | 15\1 Пюре картофельное с морковью | 120/3 | 2,28 | 3,79 | 14,47 | 100,1 | 12,5 | |
| №62 | 27\2 Компот из апельсинов | 150 | 0,34 | 0,08 | 13,06 | 53,15 | 22,8 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 15 | 1,18 | 0,15 | 7,25 | 35,83 | 0 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 35,35 | 0 | |
| | Итого за прием | 543 | 18,64 | 14,05 | 67,57 | 492,1 | 31,64 | 35,1 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| №51 | 64 Котлета рыбная | 60 | 16,27 | 4,67 | 3,88 | 124 | 0,02 | |
| №43 | 13\1 Макароны отварные | 100 | 3,6 | 2,82 | 22,23 | 105 | | |
| №76 | 79\1 Чай с сахаром | 150 | 0,09 | 0,02 | 6,37 | 24,78 | 22,8 | |
| №74 | 42 Пирожки печеные с яблоками | 60 | 3,61 | 3,15 | 26,28 | 148 | 0 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 15 | 1,18 | 0,15 | 7,25 | 35,83 | 0 | |
| | Итого за прием | 385 | 24,75 | 10,81 | 66,01 | 437,6 | 22,82 | 35,67 |
| | Итого за день | 1380 | 52,08 | 35,82 | 198,2 | 1227 | 69,66 | 100 |

3 день

категория 2-3 года

| Но- мер реп. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Витамин С, мг | % соотнош. |
|----------------------------|---|---------------|--------------|--------------|------------------|--------------|------------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| ~3 69\1 | Суп молочный с макарон. издел. | 160 | 4,13 | 3,56 | 9,92 | 87,2 | 0,65 | |
| ~13 93 | Сыр | 20 | 5,26 | 5,32 | 0 | 70,12 | 0,14 | |
| ~16 74\1 | Чай с молоком и сахаром | 150 | 1,1 | 0,84 | 6,17 | 35,49 | 0,19 | |
| 81 | Хлеб пшеничный | 40 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 95,56 | 0 | |
| | Итого за прием | 370 | 12,86 | 10,02 | 30,28 | 288,4 | 0,98 | 20,57 |
| Второй завтрак | | | | | | | | |
| ~18 28\1 | Кисломолочный напиток (Йогурт) | 135 | 4,59 | 3,38 | 19,44 | 76,95 | 1,49 | |
| | Итого за прием | 135 | 4,59 | 3,38 | 19,44 | 76,95 | 1,49 | 5,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| ~22 56\1 | Помидоры свежие порционно | 40 | 0,44 | 0,08 | 1,52 | 9,25 | 10 | |
| ~34 80\1 | Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне | 150/5 | 2,1 | 3,3 | 5,88 | 62,28 | 7,74 | |
| ~45 30\1 | Котлеты мясные | 50/5 | 7,82 | 10,83 | 8,33 | 162,8 | 0,05 | |
| ~38 21\1 | Картофельное пюре | 120 | 2,45 | 3,77 | 16,08 | 109,7 | 8,33 | |
| ~61 29\1 | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,7 | 0 | 15,45 | 62,25 | 0,07 | |
| 81 | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,78 | 0 | |
| 82 | Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 35,35 | 0 | |
| | Итого за прием | 560 | 16,41 | 18,42 | 63,6 | 489,4 | 26,19 | 34,9 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| ~72 11\1 | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 120/15 | 20,55 | 16,65 | 19,01 | 310,8 | 0,28 | |
| ~88 | Сок фруктовый(Яблочный) | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,26 | 3 | |
| 82 | Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 35,35 | 0 | |
| ~86 84 | Фрукты свежие (банан) | 100 | 1,5 | 0,5 | 21,5 | 95 | 3,6 | |
| | Итого за прием | 405 | 24,12 | 17,54 | 62,34 | 505,4 | 1,18 | 36,1 |
| | Итого за день | 1470 | 57,98 | 49,36 | 175,66 | 1360 | 29,84 | 97,1 |

4 день

категория 2-3 года

| Но- мер рец. | Прием пищи, наименование изделий (блюдо) | Вы- ход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Витамин С, мг | % соотнош. |
|----------------------------|--|---------------|--------------|--------------|------------------|--------------|------------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| №4 | 66\1 Суп молочный с крупой овсяной | 150 | 5,35 | 6,02 | 13,24 | 127,8 | 0,82 | |
| №20 | 96 Яйцо куриное отварное | 40 | 5,2 | 4,8 | 4 | 62,8 | 0 | |
| №14 | 31\1 Кофейный напиток на молоке | 150 | 4,67 | 3,95 | 16,14 | 116 | 2,05 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 10 | 0,79 | 0,1 | 4,83 | 23,89 | 0 | |
| | Итого за прием | 350 | 16,01 | 14,87 | 38,21 | 330,5 | 2,87 | 23,6 |
| Второй завтрак | | | | | | | | |
| №7 | 23\1 Кисломолочный напиток (Кефир) | 135 | 3,91 | 4,32 | 5,4 | 78,7 | 0,95 | |
| | Итого за прием | 135 | 3,91 | 4,32 | 5,4 | 78,7 | 0,95 | 5,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| №22 | 57\1 Помидоры свежие порционно | 40 | 0,44 | 0,08 | 1,52 | 9,25 | 10 | |
| №33 | 47\1 Суп из овощей | 150/5 | 1,18 | 3,24 | 7,53 | 53,5 | 5,37 | |
| №52 | 48\1 Плов из курицы | 130 | 15,33 | 20,41 | 23,82 | 342,2 | 0,45 | |
| №64 | 24\1 Компот из свежих плодов | 150 | 0,11 | 0,11 | 12,89 | 51,18 | 1,2 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 35,36 | 0 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,67 | 0 | |
| | Итого за прием | 525 | 20,75 | 24,38 | 66,93 | 563,2 | 17,02 | 44,11 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| №53 | 49\1 Запеканка картофельная с рыбой | 150 | 10,28 | 3,16 | 20,45 | 138,5 | 0 | |
| №16 | 74\1 Чай с молоком и сахаром | 150 | 1,1 | 0,84 | 6,17 | 35,49 | 0,19 | |
| №86 | 84 Фрукты свежие (банан) | 100 | 1,5 | 0,5 | 21,5 | 95 | 3,6 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 35,36 | 0 | |
| | Итого за прием | 420 | 14,2 | 4,74 | 54,8 | 304,3 | 4,24 | 34,9 |
| | Итого за день | 1430 | 54,87 | 48,31 | 165,34 | 1277 | 24,63 | 100 |

5 день

категория 2-3 года

| Но- мер рец. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Витамин С, мг | % соотнош. |
|----------------------------|---|---------------|--------------|--------------|------------------|--------------|------------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| № 5 | 67\1 Суп молочный с крупой пшениной | 150 | 5,28 | 4,98 | 15,83 | 128,7 | 0,72 | |
| № 13 | 40 Бутерброд с сыром | 30 | 4,13 | 6,24 | 7,27 | 103,4 | 0,07 | |
| № 15 | 19\1 Какао с молоком | 150 | 5,07 | 3,94 | 13,67 | 108,6 | 0,84 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,01 | 26,52 | 0 | |
| | Итого за прием | 335 | 15,47 | 15,34 | 41,78 | 367,2 | 1,63 | 26,2 |
| Второй завтрак | | | | | | | | |
| № 19 | 25\1 Кисломолочный напиток "Снежок" | 135 | 2,7 | 2,5 | 10,8 | 79 | 0,9 | |
| | Итого за прием | 135 | 2,7 | 2,5 | 10,8 | 79 | 0,9 | 5,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| № 31 | 87\1 Свекольник со сметаной | 150/6 | 1,27 | 3,39 | 10,44 | 72,78 | 3,24 | |
| № 35 | 63\1 Тефтели из говядины | 60/20 | 6,6 | 9,8 | 7,25 | 143,5 | 0,27 | |
| № 36 | 73\1 Овощи, припущенные в сметанном соусе | 150/40 | 3,4 | 1,96 | 14,05 | 86,55 | 10,06 | |
| № 41 | 36\1 Сок фруктовый (Яблочный) | 150 | 0,75 | 0,15 | 15,15 | 64,26 | 3 | |
| | 88\1 Хлеб пшеничный | 40 | 3,6 | 0,4 | 19,32 | 95,56 | 0 | |
| | 81 | | | | | | | |
| | Итого за прием | 616 | 15,62 | 15,7 | 66,21 | 462,7 | 16,57 | 31,41 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| № 48 | 34 Суфле из рыбы | 70/5 | 11,2 | 9,6 | 2,9 | 143,1 | 0 | |
| № 68 | 97\1 Рис припущенный | 120 | 2,88 | 4,8 | 21,24 | 140,4 | 0 | |
| № 63 | 26\1 Кисель из яблок сушеных | 160 | 0,2 | 0 | 27,14 | 105,4 | 0,08 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 25 | 1,52 | 0,28 | 8,35 | 44,2 | 0 | |
| № 78 | 89 Печенье | 30 | 1,92 | 5,04 | 20,55 | 131,1 | 0 | |
| | Итого за прием | 410 | 17,72 | 19,72 | 80,18 | 564,2 | 0,08 | 38,3 |
| | Итого за день | 1496 | 51,51 | 53,26 | 198,97 | 1473 | 19,18 | 100 |

6 день

категория 2-3 года

| Но- мер рец. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Витамин С, мг | % соотнош. |
|----------------------------|---|---------------|--------------|--------------|------------------|--------------|------------------|-------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| ~ 9 37\1 | Омлет с зеленым горошком | 100/3 | 9,08 | 12,11 | 2,72 | 156 | 1,72 | |
| ~ 16 74\1 | Чай с молоком и сахаром | 150 | 1,1 | 0,84 | 6,17 | 35,49 | 0,19 | |
| 81 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,67 | 0 | |
| ~ 84 83 | Фрукты свежие (Груша) | 80 | 0,32 | 0,24 | 8,24 | 36,07 | 4 | |
| | Итого за прием | 363 | 12,7 | 13,45 | 31,78 | 300 | 6,91 | 21,4 |
| Второй завтрак | | | | | | | | |
| ~ 18 28\1 | Кисломолочный напиток (Йогурт) | 135 | 4,59 | 3,38 | 19,44 | 76,95 | 1,49 | |
| | Итого за прием | 135 | 4,59 | 3,38 | 19,44 | 76,95 | 1,49 | 5,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| ~ 22 56 | Помидоры свежие порционно | 40 | 0,44 | 0,08 | 1,52 | 9,25 | 10 | |
| ~ 37 65\1 | Суп крестьянский с крупой | 150/6 | 1,26 | 5,68 | 8,53 | 86,56 | 4,8 | |
| ~ 54 70\1 | Тефтели рыбные с соусом томатным | 60/20 | 9,34 | 7,88 | 10,23 | 149,6 | 2,12 | |
| ~ 43 32\1 | Макаронные изделия отварные | 100 | 3,63 | 2,58 | 22,22 | 128,7 | 0 | |
| ~ 65 39\1 | Компот из изюма | 150 | 0,24 | 0 | 17,28 | 66,62 | 0 | |
| 82 | Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 70,71 | 0 | |
| | Итого за прием | 566 | 17,55 | 17,28 | 73,14 | 511,5 | 19,89 | 36,5 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| ~ 42 12\1 | Солянка капустная с мясом | 170 | 14,72 | 7,68 | 17,35 | 195,8 | 12,44 | |
| ~ 67 78\1 | Чай с лимоном и сахаром | 150 | 0,14 | 0,03 | 11,4 | 45,03 | 2,1 | |
| ~ 75 7\1 | Ватрушка с творогом | 50 | 7,13 | 3,5 | 23,35 | 155,3 | 0,04 | |
| 81 | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 2,67 | 17,16 | 88,83 | 0 | |
| | Итого за прием | 415 | 24,36 | 13,88 | 69,26 | 485 | 14,58 | 34,6 |
| | Итого за день | 1479 | 59,2 | 47,99 | 193,62 | 1373 | 42,87 | 98 |

7 день

категория 2-3 года

| Но- мер рец. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Витамин С, мг | % соотнош. |
|----------------------------|---|---------------|--------------|--------------|------------------|----------------|------------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| ~ 6 | 22\1 Каша молочная "Дружба" | 120/2 | 5,19 | 4,74 | 23,75 | 158,61 | 0,54 | |
| ~ 14 | 31\1 Кофейный напиток на молоке | 150 | 4,67 | 3,95 | 16,14 | 116,03 | 2,05 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 10 | 0,66 | 0,12 | 3,34 | 17,67 | 0 | |
| ~ 12 | 6 Бутерброд с маслом | 15 | 0,82 | 4,23 | 4,87 | 61,27 | 0 | |
| | Итого за прием | 297 | 11,34 | 13,04 | 48,1 | 353,58 | 2,6 | 25,2 |
| Второй завтрак | | | | | | | | |
| ~ 17 | 23\1 Кисломолочный напиток (Кефир) | 135 | 3,91 | 4,32 | 5,4 | 78,7 | 0,95 | |
| | Итого за прием | 135 | 3,91 | 4,32 | 5,4 | 78,7 | 0,95 | 5,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| ~ 21 | 54 Огурец свежий (порционный) | 40 | 0,32 | 0,04 | 1 | 5,4 | 4 | |
| ~ 32 | 60 Суп картофельный | 150 | 1,49 | 1,75 | 11,41 | 67,82 | 4,82 | |
| ~ 49 | 8\1 Голубцы ленивые | 160\20 | 13,16 | 9,39 | 12,11 | 185,92 | 5,24 | |
| ~ 64 | 24\1 Компот из свежих плодов | 150 | 0,11 | 0,08 | 13,03 | 51,16 | 0,6 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 53,02 | 0 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,67 | 0 | |
| ~ 77 | 90 Вафли | 15 | 0,42 | 0,5 | 11,6 | 50,74 | 0 | |
| | Итого за прием | 595 | 19,85 | 12,42 | 73,66 | 485,71 | 14,66 | 34,6 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| ~ 71 | 68\1 Сырники из творога | 120/15 | 21,65 | 14,79 | 31,64 | 347,26 | 1,52 | |
| ~ 16 | 74\1 Чай с молоком и сахаром | 150 | 1,1 | 0,84 | 6,17 | 35,49 | 0,19 | |
| ~ 85 | 85 Фрукты свежие(Яблоко) | 100 | 0,75 | 0,25 | 10,5 | 46,05 | 5 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,78 | 0 | |
| | Итого за прием | 405 | 25,08 | 16,08 | 57,97 | 476,58 | 6,71 | 34,04 |
| | Итого за день | 1432 | 60,18 | 45,86 | 185,13 | 1394,57 | 24,92 | 99,6 |

8 день

категория 2-3 года

| Но- мер реп. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Витамин С, мг | % соотнош |
|----------------------------|--|---------------|--------------|--------------|------------------|--------------|------------------|-------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| ~ 7 | 71\1 Суп молочный с крупой ячневой | 150 | 5,67 | 4,99 | 16,6 | 133,3 | 0,82 | |
| ~ 20 | 96 Яйцо куриное отварное | 40 | 5,2 | 4,8 | 4 | 62,8 | 0 | |
| ~ 15 | 19\1 Какао с молоком | 150 | 5,07 | 3,94 | 13,67 | 108,6 | 0,84 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,25 | 35,84 | 0 | |
| | Итого за прием | 355 | 17,13 | 13,88 | 41,52 | 340,6 | 1,66 | 24,3 |
| Второй завтрак | | | | | | | | |
| ~ 19 | 25\1 Кисломолочный напиток "Снежок" | 135 | 2,7 | 2,5 | 10,8 | 79 | 0,9 | |
| | Итого за прием | 135 | 2,7 | 2,5 | 10,8 | 79 | 0,9 | 5,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| ~ 24 | 53 Огурец соленый (порционный) | 40 | 0,32 | 0,04 | 0,68 | 5,2 | 2 | |
| ~ 29 | 3\1 Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне | 150/5 | 2,28 | 3,84 | 8,34 | 76,56 | 5,34 | |
| ~ 40 | 10 Жаркое по-домашнему | 200 | 11,1 | 13,27 | 15,84 | 227,9 | 8,82 | |
| ~ 61 | 29\1 Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,7 | 0 | 15,45 | 62,25 | 0,07 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,67 | 0 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 35,36 | 0 | |
| | Итого за прием | 595 | 18,09 | 17,69 | 61,48 | 478,9 | 16,23 | 34,2 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| ~ 57 | 76\1 Фрикадельки рыбные | 70 | 10,38 | 0,72 | 1,19 | 52,55 | 2,07 | |
| ~ 41 | 15\1 Каша гречневая рассыпчатая | 120\3 | 5,74 | 3,38 | 23,04 | 147,9 | 0 | |
| ~ 63 | 26\1 Кисель из яблок сушеных | 150 | 0,19 | 0 | 25,45 | 98,82 | 0,07 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,78 | 0 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,68 | 35,36 | 0 | |
| ~ 49 | 94 Пряники | 25 | 1,39 | 1,04 | 17,06 | 79,69 | 0 | |
| | Итого за прием | 408 | 20,6 | 5,58 | 83,08 | 462,1 | 2,14 | 33,1 |
| | Итого за день | 1493 | 58,52 | 39,65 | 196,88 | 1361 | 20,93 | 97,2 |

9 день

категория 2-3 года

| Но- мер рец. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Витамин С, мг | % соотнош. |
|----------------------------|---|---------------|--------------|--------------|------------------|---------------|------------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| №8 | 17\1 Каша пшеничная молочная жидкая | 120/2 | 5,6 | 4,95 | 23,69 | 157,23 | 0,53 | |
| №13 | 40 Бутерброд с сыром | 30 | 4,13 | 6,24 | 7,27 | 103,38 | 0,07 | |
| №16 | 74\1 Чай с молоком и сахаром | 150 | 1,1 | 0,84 | 6,17 | 35,49 | 0,19 | |
| №87 | 95 Фрукты свежие (Апельсин) | 100 | 0,21 | 0,95 | 8,59 | 45,58 | 63,6 | |
| | Итого за прием | 402 | 11,04 | 12,98 | 45,72 | 341,7 | 64,39 | 24,4 |
| Второй завтрак | | | | | | | | |
| №18 | 28\1 Кисломолочный напиток (Йогурт) | 135 | 4,59 | 3,38 | 19,44 | 76,95 | 1,49 | |
| | Итого за прием | 135 | 4,59 | 3,38 | 19,44 | 76,95 | 1,49 | 5,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| №26 | 56\1 Свекла отварная | 30 | 0,54 | 0,03 | 2,94 | 14,4 | 0,19 | |
| №30 | 61\1 Рассольник домашний | 150/5 | 1,32 | 03.мар | 9,65 | 70,16 | 6,3 | |
| №58 | 9\1 Гуляш из отварной говядины | 55/60 | 14,7 | 13,5 | 3,8 | 189,9 | 0,43 | |
| №38 | 21\1 Картофельное пюре | 120 | 2,85 | 4,4 | 18,76 | 109,8 | 9,72 | |
| №64 | 79\1 Компот из свежих плодов | 150 | 0,11 | 0,08 | 13,03 | 51,16 | 0,06 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 25 | 1,65 | 0,3 | 8,35 | 44,2 | 0 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,78 | 0 | |
| | Итого за прием | 615 | 22,72 | 21,81 | 66,19 | 527,4 | 16,7 | 39,11 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| №88 | 2 Биточки паровые, рубленые из мяса птицы | 70/30 | 10,18 | 11,7 | 8,2 | 179,44 | 1,12 | |
| №43 | 32\1 Макароны изделия отварные | 100 | 3,6 | 2,82 | 22,23 | 105 | 0 | |
| №59 | 52 Соус сметанный | 15 | 0,3 | 0,9 | 0,96 | 13,8 | 0,03 | |
| №66 | 88 Чай с сахаром | 180 | 0,11 | 0,02 | 7,64 | 29,74 | 0 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,78 | 0 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 15 | 0,99 | 0,18 | 5,01 | 26,52 | 0 | |
| | Итого за прием | 530 | 16,97 | 16,77 | 62,29 | 447,86 | 64,75 | 33,23 |
| | Итого за день | 1632 | 55,11 | 53,99 | 185,05 | 1348,3 | 83,73 | 100 |

10 день

категория 2-3 года

| Но- мер реп. | Прием пищи, наименование изделий (блюд) | Вы- ход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | ЭЦ, ккал | Витамин С, мг | % соотнош. |
|----------------------------|---|---------------|--------------|--------------|------------------|--------------|------------------|--------------|
| Завтрак | | | | | | | | |
| №10 | 33\1 Макароны изделия отварные с тертым сыром | 100 | 5,48 | 7,92 | 16,45 | 161,1 | 0,03 | |
| №14 | 31\1 кофейный напиток на молоке | 150 | 4,66 | 3,94 | 16,11 | 115,8 | 2,05 | |
| №84 | 83 Фрукты свежие (Груша) | 80 | 0,32 | 0,24 | 8,24 | 37,6 | 4 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,78 | 0 | |
| | Итого за прием | 350 | 12,04 | 12,3 | 50,46 | 362,3 | 6,08 | 25,8 |
| Второй завтрак | | | | | | | | |
| №17 | 23 кисломолочный напиток "Кефир" | 150 | 3,9 | 4,32 | 5,4 | 78,7 | 3,6 | |
| | Итого за прием | 150 | 3,9 | 4,32 | 5,4 | 78,7 | 3,6 | 5,6 |
| Обед | | | | | | | | |
| №23 | 50 Консервированная кукуруза | 30 | 0,3 | 0,48 | 4,41 | 24,9 | 1,44 | |
| №35 | 58\1 Суп картофельный с мясными фрикадельками | 150/20 | 4,75 | 3,78 | 14,4 | 109 | 1,55 | |
| №46 | 38\1 Печень по-строгановски | 50/30 | 12,94 | 8,32 | 1,84 | 134,2 | 8,23 | |
| №41 | 35\1 Каша гречневая рассыпчатая | 100/3 | 4,78 | 2,82 | 19,2 | 123,3 | 0 | |
| №81 | 88\1 Сок фруктовый (Яблочный) | 140 | 0,7 | 0,14 | 14,2 | 59,96 | 2,8 | |
| | 82 Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 70,71 | 0 | |
| | Итого за прием | 563 | 26,11 | 16,02 | 67,41 | 522 | 14,02 | 36,23 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| №69 | 41\1 Плов с изюмом | 100 | 2,36 | 9,77 | 26,63 | 204,2 | 0,87 | |
| №66 | 79\1 Чай с сахаром | 180 | 0,11 | 0,02 | 7,64 | 29,74 | 0 | |
| №73 | 4 Пирожки печеные с картофелем | 60 | 8,5 | 6,2 | 20,3 | 172 | 0,07 | |
| | 81 Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,67 | 0 | |
| | Итого за прием | 370 | 13,34 | 16,29 | 69,06 | 477,6 | 0,94 | 33,16 |
| | Итого за день | 1433 | 55,39 | 48,93 | 192,33 | 1441 | 24,64 | 100 |