

**Меню приготавливаемых блюд с 01.03.2024 г.**  
**возрастная категория: от 1 года до 3 лет, от 3 до 7 лет**

Прием пищи	Наименование блюд	Вес блюд, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
завтрак	Каша гречневая	130	3,29	3,33	16,17	103,8	27
	Кофейный напиток	180	0,25	0,25	7,05	29,81	44
	Батон	20	1,51	0,18	9,34	42,71	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>335,00</b>	<b>5,07</b>	<b>7,88</b>	<b>32,60</b>	<b>213,69</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
	Каша гречневая	150	3,79	3,46	18,65	116,32	27
	Кофейный напиток	200	0,27	0,28	8,06	33,95	44
	Батон	35	2,65	0,31	16,34	74,75	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>390,00</b>	<b>6,73</b>	<b>8,17</b>	<b>43,09</b>	<b>262,39</b>	
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
Второй завтрак	сок	100	0,4	0,4	9,8	42	80
итого за второй завтрак		<b>100,00</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
Второй завтрак	сок	100	0,4	0,4	9,8	42	80
итого за второй завтрак		<b>100,00</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>	
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
обед	Салат из квашеной капусты	30	0,50	2,02	2,83	30,90	107
	Суп гороховый на мясном бульоне	150	2,63	3,86	7,4	71,03	81
	Пудинг из печени	50	10,04	4,76	4,36	99,38	89
	Картофельное пюре	110	3,14	3,62	21,74	126,71	24
	Напиток из свежих фруктов	150	0,05	0,05	8,9	34,15	52
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
Итого за обед		<b>530,00</b>	<b>19,00</b>	<b>14,79</b>	<b>58,91</b>	<b>428,33</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
обед	Салат из квашеной капусты	50	0,82	3,04	4,37	47,12	107

	сты						
	Суп гороховый на мясном бульоне	200	4,62	3,70	14,20	105,09	81
	Пудинг из печени	70	13,45	6,31	5,33	130,66	89
	Картофельное пюре	130	3,74	5,65	24,67	158,37	24
	Напиток из свежих фруктов	200	0,07	0,07	11,87	45,53	52
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	82,70	95
итого за обед		<b>700,00</b>	<b>26,00</b>	<b>19,37</b>	<b>77,54</b>	<b>569,47</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
Уплотненный полдник	Вермишель в молоке	180	4,36	7,78	14,42	143,92	12
	Напиток из сухофруктов	180	0,35	0	13,55	52,26	53
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	Печенье	20	1,5	2,36	14,98	83,42	119
итого за уплотненный полдник		<b>410,00</b>	<b>8,48</b>	<b>10,41</b>	<b>56,96</b>	<b>343,68</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
Уплотненный полдник	Вермишель в молоке	200	4,78	8,94	16,15	162,77	12
	Напиток из сухофруктов	200	0,39	0	15,06	58,07	53
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	Печенье	20	1,5	2,36	14,98	83,42	119
итого за уплотненный полдник		<b>450,00</b>	<b>8,94</b>	<b>11,57</b>	<b>60,20</b>	<b>368,34</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
<b>Итого за день</b>		<b>1375,00</b>	<b>32,95</b>	<b>33,48</b>	<b>158,27</b>	<b>1027,70</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
<b>Итого за день</b>		<b>1640,00</b>	<b>42,07</b>	<b>39,51</b>	<b>190,63</b>	<b>1242,20</b>	
	<b>День 2</b>						
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
завтрак	Каша пшеничная	150	5,79	5,85	19,31	148,3	30
	Какао с молоком сгущенным	180	2,78	3,14	22,1	122,23	21
	Батон	20	1,51	0,18	9,34	42,71	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>355,00</b>	<b>10,1</b>	<b>13,29</b>	<b>50,79</b>	<b>350,61</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
завтрак	Каша пшеничная	160	5,79	5,85	19,31	148,3	30
	Какао с молоком сгущенным	200	3,09	3,49	24,56	135,92	21
	Батон	35	2,65	0,31	16,34	74,75	5

	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>400,00</b>	<b>11,55</b>	<b>13,77</b>	<b>60,25</b>	<b>396,34</b>	
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
Второй завтрак	Йогурт	100	3,18	3,2	3,8	56,7	137
итого за второй завтрак		<b>100</b>	<b>3,18</b>	<b>3,2</b>	<b>3,8</b>	<b>56,7</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
Второй завтрак	Йогурт	100	3,18	3,2	3,8	56,7	137
итого за второй завтрак		<b>100</b>	<b>3,18</b>	<b>3,2</b>	<b>3,8</b>	<b>56,7</b>	
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
обед	Салат свекольный	30	0,43	2,02	2,55	29,55	73
	Бульон куриный с гречками	155	2,62	4,43	5,82	72,37	9
	Плов из отварной курицы	130	14,61	9,57	27,08	246,18	54
	Компот фруктовый	150	0,08	0,04	11,26	43	118
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
итого за обед		<b>505,00</b>	<b>20,38</b>	<b>16,54</b>	<b>60,39</b>	<b>457,26</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
обед	Салат свекольный	50	0,72	3,04	4,22	46,12	73
	Бульон куриный с гречками	208	3,13	4,49	8,89	86,47	9
	Плов из отварной курицы	180	17,4	10,54	31,11	281,21	54
	Компот фруктовый	200	0,11	0,05	11,69	44,87	118
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	82,70	95
итого за обед		<b>688,00</b>	<b>24,66</b>	<b>18,72</b>	<b>73,01</b>	<b>541,37</b>	
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
Уплотненный полдник	Яйцо вареное, макароны отварные	127,40	8,43	7,66	26,72	202,97	104, 46
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	Яблоко	52,8	0,21	0,2	5,17	22,17	102
	Кисель	180	0,03	0	9,74	39,19	34
итого за уплотненный полдник		<b>390,20</b>	<b>10,94</b>	<b>8,13</b>	<b>55,64</b>	<b>328,41</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
Уплотненный полдник	Яйцо вареное, макароны отварные	147,40	9,19	7,8	31,53	225,14	104, 46
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Яблоко	52,8	0,21	0,2	5,17	22,17	102
	Кисель	180	0,03	0	9,74	39,19	34

итога за уплотненный полдник		<b>420,20</b>	<b>12,47</b>	<b>8,36</b>	<b>65,12</b>	<b>371,94</b>	
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
<b>Итого за день</b>		<b>1350,20</b>	<b>44,60</b>	<b>41,16</b>	<b>170,62</b>	<b>1192,98</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
<b>Итого за день</b>		<b>1608,20</b>	<b>51,86</b>	<b>44,05</b>	<b>202,18</b>	<b>1366,35</b>	
<b>День 3</b>							
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
завтрак	Каша пшеничная	150	4,98	6,26	17,63	142,46	31
	Чай с молоком	180	3,6	3,87	12,65	96,64	97
	Батон	20	1,52	0,18	9,34	42,72	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итога за зав- трак		<b>355,00</b>	<b>10,12</b>	<b>14,43</b>	<b>39,66</b>	<b>319,19</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
завтрак	Каша пшеничная	200	6,66	7,46	21,68	186,28	31
	Чай с молоком	200	3,91	4,19	14,12	106,33	97
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итога за зав- трак		<b>445,00</b>	<b>13,63</b>	<b>16,13</b>	<b>54,52</b>	<b>415,42</b>	
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
Второй зав- трак	Ряженка	150	3,75	4,16	6,3	76,5	83
итога за вто- рой завтрак		<b>150</b>	<b>3,75</b>	<b>4,16</b>	<b>6,3</b>	<b>76,5</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
Второй зав- трак	Ряженка	180	4,5	5	7,56	91,8	83
итога за вто- рой завтрак		<b>180</b>	<b>4,5</b>	<b>5</b>	<b>7,56</b>	<b>91,8</b>	
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
обед	Салат овощной	30	0,325	2,66	2,37	33,74	
	Суп картофельный с вер- мишелью на мясном буль- оне	150	3,21	4,37	11,87	101,91	82
	Жаркое по -домашнему	130	10,65	10,56	18,93	208,72	47
	Лимонный напиток	150	0,07	0	8,24	31,33	45
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95

итого за обед		<b>500,00</b>	<b>16,895</b>	<b>18,07</b>	<b>55,09</b>	<b>441,86</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
обед	Салат овощной	50	0,575	4,44	2,75	52,32	
	Суп картофельный с вермишелью на мясном бульоне	200	3,68	4,42	15,19	118,03	82
	Жаркое по -домашнему	150	12,29	12,19	21,85	240,83	47
	Лимонный напиток	200	0,1	0,01	12,31	46,71	45
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	82,70	95
итого за обед		<b>650,00</b>	<b>19,945</b>	<b>21,66</b>	<b>69,2</b>	<b>540,59</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
Уплотненный полдник	Сырники со сладкой подливой	150	18,06	5,057	28,98	304,85	115,78
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	Чай с соком	180	0,18	0,18	10,39	42,78	98
итого за уплотненный полдник		<b>360,00</b>	<b>20,51</b>	<b>5,51</b>	<b>53,38</b>	<b>411,71</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
Уплотненный полдник	Сырники со сладкой подливой	170	23,48	5,66	30,98	364,32	115,78
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Чай с соком	200	0,32	0,23	11,91	48,04	98
итого за уплотненный полдник		<b>410,00</b>	<b>26,84</b>	<b>6,25</b>	<b>61,57</b>	<b>497,80</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
<b>Итого за день</b>		<b>1365,00</b>	<b>51,275</b>	<b>42,167</b>	<b>154,43</b>	<b>1249,26</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
<b>Итого за день</b>		<b>1685,00</b>	<b>64,915</b>	<b>49,04</b>	<b>192,85</b>	<b>1545,61</b>	
<b>День 4</b>							
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
завтрак	Каша геркулесовая	150	4,78	6,72	16,89	143,02	26
	Кофейный напиток с молоком	180	3,76	3,35	15,02	110,16	43
	Батон	20	1,52	0,18	9,34	42,72	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>355,00</b>	<b>10,08</b>	<b>14,37</b>	<b>41,29</b>	<b>333,27</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
завтрак	Каша геркулесовая	200	6,31	8,06	23,24	184,93	26
	Кофейный напиток с мо-	200	3,76	3,35	16,5	110,16	43

	ЛОКОМ						
	Батон	35	2,66	0,31	16,34	74,76	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>440,00</b>	<b>12,75</b>	<b>15,84</b>	<b>56,12</b>	<b>407,22</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
Второй завтрак	яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
итого за второй завтрак		<b>95,00</b>	<b>0,38</b>	<b>0,38</b>	<b>9,31</b>	<b>39,9</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
Второй завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	102
итого за второй завтрак		<b>100,00</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
обед	Салат из квашеной капусты	30	0,5	2,02	2,83	30,9	107
	Борщ со сметаной на мясном бульоне	150	2,39	5,56	9,72	96,14	7
	Котлета из говядины	50	9,74	7,94	3,1	122,13	100
	Картофельное пюре	110	3,14	3,62	21,74	126,71	24
	Фруктовый напиток	150	0,08	0,04	11,26	43	118
	Хлеб ржаной	30	1,97	0,36	10,26	42,62	95
итого за обед		<b>520,00</b>	<b>17,82</b>	<b>19,54</b>	<b>58,91</b>	<b>461,50</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
обед	Салат из квашеной капусты	50	0,82	3,04	4,37	47,12	107
	Борщ со сметаной на мясном бульоне	200	3,31	7,41	11,90	124,70	7
	Котлета из говядины	70	12,95	13,57	4,17	169,68	100
	Картофельное пюре	130	3,74	5,65	24,67	158,37	24
	Фруктовый напиток	200	0,11	0,05	11,69	44,87	118
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
итого за обед		<b>690,00</b>	<b>23,57</b>	<b>30,2</b>	<b>70,48</b>	<b>610,90</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
Уплотненный полдник	Ежики рыбные со сметанной подливой	150	16,32	7,16	11,78	173,97	66
	Компот из сухофруктов	180	0,29	0	13,32	51,15	53
	Печенье	40	3	4,72	29,96	166,84	119
	Хлеб ржаной	30	1,97	0,36	10,26	42,62	95
итого за уплотненный полдник		<b>400,00</b>	<b>21,58</b>	<b>12,24</b>	<b>65,32</b>	<b>434,58</b>	

От 3 до 7 лет							
Уплотнен- ный полдник	Ежики рыбные со сметан- ной подливой	180	20,09	7,78	13,66	201,66	66
	Компот из сухофруктов	200	0,38	0	17,01	65,34	53
	Печенье	40	3	4,72	29,96	166,84	119
	Хлеб ржаной	30	1,97	0,36	10,26	42,62	95
итого за уплотненный полдник		<b>450,00</b>	<b>25,44</b>	<b>12,86</b>	<b>70,89</b>	<b>476,46</b>	
От 1 года до 3 лет							
<b>Итого за день</b>		<b>1370,00</b>	<b>49,86</b>	<b>46,53</b>	<b>174,83</b>	<b>1269,25</b>	
От 3 до 7 лет							
<b>Итого за день</b>		<b>1680,00</b>	<b>61,76</b>	<b>58,90</b>	<b>197,49</b>	<b>1494,58</b>	
День 5							
От 1 года до 3 лет							
завтрак	Каша манная	150	4,38	5,76	16,24	130,34	29
	Какао с молоком сгущен- ным	180	2,78	3,14	22,1	122,23	21
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за зав- трак		<b>365,00</b>	<b>9,45</b>	<b>13,29</b>	<b>52,39</b>	<b>354,02</b>	
От 3 до 7 лет							
завтрак	Каша манная	200	5,7	6,75	20,39	160,79	29
	Какао с молоком сгущен- ным	200	3,09	3,49	24,56	135,92	21
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за зав- трак		<b>445,00</b>	<b>11,85</b>	<b>14,72</b>	<b>63,67</b>	<b>419,52</b>	
От 1 года до 3 лет							
Второй зав- трак	Чай с лимоном	150	0,135	0,03	7,57	29,27	96
итого за вто- рой завтрак		<b>150,00</b>	<b>0,135</b>	<b>0,03</b>	<b>7,57</b>	<b>29,27</b>	
От 3 до 7 лет							
Второй зав- трак	Чай с лимоном	180	0,16	0,03	8,1	31,4	96
	гренки	40	3,04	2,99	17,36	104,17	2
итого за вто- рой завтрак		<b>220,00</b>	<b>3,2</b>	<b>3,02</b>	<b>25,46</b>	<b>135,57</b>	

От 1 года до 3 лет							
обед	Салат сезонный	30	0,325	2,66	2,37	33,74	
	Суп " Харчо" с мясом птицы	150	3,54	4,48	8,77	88,11	230
	Шницель куриный	60	14,12	3,6	3,96	107,31	116
	Макароны отварные	110	4,02	3,66	26,48	148,37	46
	Компот из свежих фруктов	150	0,06	0,06	9,45	36,24	38
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
итого за обед		<b>540,00</b>	<b>24,705</b>	<b>14,94</b>	<b>64,71</b>	<b>479,93</b>	
От 3 до 7 лет							
обед	Салат сезонный	50	0,575	4,44	2,75	52,32	
	Суп " Харчо" с мясом птицы	200	3,81	7,01	9,95	116,35	230
	Шницель куриный	70	16,6	3,76	6,29	128	116
	Макароны отварные	130	4,78	3,8	31,29	170,54	46
	Компот из свежих фруктов	200	0,07	0,07	11,87	45,53	38
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17,1	82,7	95
итого за обед		<b>700,00</b>	<b>29,135</b>	<b>19,68</b>	<b>79,25</b>	<b>595,44</b>	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Каша гречневая на молоке	180	8,03	8,32	30,02	219,66	168
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Чай сладкий	180	0,12	0,003	6,01	23,3	99
итого за уплотненный полдник		<b>400,00</b>	<b>11,19</b>	<b>8,683</b>	<b>54,71</b>	<b>328,40</b>	
От 3 до 7 лет							
Уплотненный полдник	Каша гречневая на молоке	210	8,83	9,6	33,98	249,20	168
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Чай сладкий	200	0,133	0,003	6,67	25,88	99
итого за уплотненный полдник		<b>450,00</b>	<b>12,003</b>	<b>9,963</b>	<b>59,33</b>	<b>360,52</b>	
От 1 года до 3 лет							
<b>Итого за день</b>		<b>1455,00</b>	<b>45,48</b>	<b>36,943</b>	<b>179,38</b>	<b>1191,62</b>	
От 3 до 7 лет							
<b>Итого за день</b>		<b>1815,00</b>	<b>56,19</b>	<b>47,383</b>	<b>227,71</b>	<b>1511,10</b>	
День 6							
От 1 года до 3 лет							
завтрак	Каша пшеничная молочная	150	5,79	5,85	19,31	148,30	30
	Чай с соком	180	0,18	0,18	10,39	42,78	98
	Батон	35	2,65	0,31	16,34	74,75	5

	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>370,00</b>	<b>8,64</b>	<b>10,46</b>	<b>46,08</b>	<b>303,20</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
завтрак	Каша пшеничная молочная	200	7,72	7,8	25,7	197,73	30
	Чай с соком	200	0,32	0,23	11,91	48,04	98
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>445,00</b>	<b>11,1</b>	<b>12,51</b>	<b>56,33</b>	<b>368,58</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
Второй завтрак	сок	100	0,4	0,4	9,8	42	80
итого за второй завтрак		<b>100,00</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
Второй завтрак	сок	100	0,4	0,4	9,8	42	80
итого за второй завтрак		<b>100,00</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
обед	Салат свекольный	30	0,43	2,02	2,55	29,55	73
	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	150	2,26	5,78	8,63	94,45	64
	Котлета аппетитная	60	11,35	9,95	4,97	152,65	
	Сложный гарнир	150	3,33	7,55	14,38	135,28	77
	Компот из свежих яблок	150	0,07	0,07	11,7	44,82	39
	Хлеб ржаной	30	1,97	0,36	10,26	49,62	95
итого за обед		<b>570,00</b>	<b>19,41</b>	<b>25,73</b>	<b>52,49</b>	<b>506,37</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
обед	Салат свекольный	50	0,72	3,04	4,22	46,12	73
	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	200	2,79	7,44	12,43	124,88	64
	Котлета аппетитная	70	11,49	13,5	5,37	171,5	
	Сложный гарнир	180	4,45	10,53	20,85	190,77	77
	Компот из свежих яблок	200	0,07	0,07	11,87	45,53	39
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
итого за обед		<b>740,00</b>	<b>22,16</b>	<b>35,06</b>	<b>68,42</b>	<b>644,96</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
Уплотненный полдник	Омлет	135	10,89	15,73	3,82	199,49	75
	Кисель	150	0,025	0	8,11	32,65	34
	Яблоко	52,8	0,21	0,2	5,17	22,17	102
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5

итого за уплотненный полдник		<b>367,80</b>	<b>13,395</b>	<b>16,2</b>	<b>31,11</b>	<b>318,39</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
Уплотненный полдник	Омлет	150	13,24	18,28	4,16	233,13	75
	Кисель	180	0,03	0	9,74	39,19	34
	Яблоко	52,8	0,21	0,2	5,17	22,17	102
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
итого за уплотненный полдник		<b>412,80</b>	<b>15,75</b>	<b>18,75</b>	<b>33,08</b>	<b>358,57</b>	
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
<b>Итого за день</b>		<b>1407,80</b>	<b>41,845</b>	<b>52,79</b>	<b>139,48</b>	<b>1169,96</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
<b>Итого за день</b>		<b>1697,80</b>	<b>49,41</b>	<b>66,72</b>	<b>167,63</b>	<b>1414,11</b>	
<b>День 7</b>							
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
завтрак	Каша рисовая	150	4,22	6,03	17,08	135,25	32
	Какао с молоком сгущенное	180	2,78	3,14	22,1	122,23	21
	Батон	20	1,52	0,18	9,34	42,72	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>355,00</b>	<b>8,54</b>	<b>13,47</b>	<b>48,56</b>	<b>337,57</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
завтрак	Каша рисовая	200	5,61	7,13	23,9	176,26	32
	Какао с молоком сгущенное	200	3,09	3,49	24,56	135,92	21
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>445,00</b>	<b>11,76</b>	<b>15,1</b>	<b>67,18</b>	<b>434,99</b>	
<b>От 1 года до 3 лет</b>							
Второй завтрак	Ряженка	150	3,75	4,16	6,3	76,5	
итого за второй завтрак		<b>150,00</b>	<b>3,75</b>	<b>4,16</b>	<b>6,3</b>	<b>76,5</b>	
<b>От 3 до 7 лет</b>							
Второй завтрак	Ряженка	180	4,5	5	7,56	91,8	

итого за второй завтрак		<b>180,00</b>	<b>4,5</b>	<b>5</b>	<b>7,56</b>	<b>91,8</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
обед	Салат овощной	30	0,325	2,66	2,37	33,74	
	Свекольник на мясном бульоне	150	2,5	5,78	10,01	99,95	74
	Котлета рыбная любительская	60	7,65	3,2	1,57	65,35	42
	Картофельное пюре	110	3,14	3,62	21,74	126,71	24
	Напиток из свежих фруктов	150	0,05	0,05	8,9	34,15	52
	Хлеб ржаной	30	1,97	0,36	10,26	49,62	95
итого за обед		<b>530</b>	<b>15,635</b>	<b>15,67</b>	<b>54,85</b>	<b>409,52</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
обед	Салат овощной	50	0,575	4,44	2,75	52,32	
	Свекольник на мясном бульоне	200	2,88	6,41	12,06	114,59	74
	Котлета рыбная любительская	70	8,83	3,3	1,84	71,97	42
	Картофельное пюре	130	3,74	5,65	24,67	158,37	24
	Напиток из свежих фруктов	200	0,08	0,08	13,77	54,16	52
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
итого за обед		<b>690,00</b>	<b>18,745</b>	<b>20,36</b>	<b>68,77</b>	<b>517,57</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
Уплотненный полдник	Пудинг творожный	140	17,2	11,19	13,37	219,72	69
	Сладкий соус	15	0,55	0,015	7,46	29,76	78
	Компот из яблок с лимоном	180	0,3	0,2	25,1	103	528
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	Печенье	40	3	4,72	29,96	166,84	119
итого за уплотненный полдник		<b>405,00</b>	<b>23,32</b>	<b>16,395</b>	<b>89,9</b>	<b>583,4</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
Уплотненный полдник	Пудинг творожный	160	21,8	14,86	21,61	302,08	69
	Сладкий соус	20	0,7	0,032	8,42	34,52	78
	Компот из яблок с лимоном	200	0,3	0,2	25,1	103	528
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	Печенье	40	3	4,72	29,96	166,84	119
итого за уплотненный полдник		<b>412,80</b>	<b>15,75</b>	<b>18,75</b>	<b>33,08</b>	<b>358,57</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
<b>Итого за</b>		<b>1440,00</b>	<b>51,245</b>	<b>49,695</b>	<b>199,61</b>	<b>1406,99</b>	

день							
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
<b>Итого за день</b>		<b>1727,80</b>	<b>63,075</b>	<b>60,542</b>	<b>242,61</b>	<b>1714,88</b>	
<b>День 8</b>							
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
завтрак	Каша манная	150	4,38	5,76	16,24	130,34	29
	Чай с молоком	180	3,6	3,87	12,65	96,64	97
	Батон	20	1,52	0,18	9,34	42,72	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>355</b>	<b>9,52</b>	<b>13,93</b>	<b>38,27</b>	<b>307,07</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
завтрак	Каша манная	200	5,7	6,75	20,59	160,79	29
	Чай с молоком	200	3,91	4,19	14,12	106,33	97
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>445</b>	<b>12,67</b>	<b>15,42</b>	<b>53,43</b>	<b>389,93</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
Второй завтрак	яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
итого за второй завтрак		<b>95</b>	<b>0,38</b>	<b>0,38</b>	<b>9,31</b>	<b>39,9</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
Второй завтрак	яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	102
итого за второй завтрак		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
обед	Салат сезонный	30	0,33	2,66	2,37	33,74	
	Суп овощной на мясном бульоне	150	3,62	5,27	6,5	88,42	86
	Гёфтели мясные	60	124,38	9,09	4,25	144,68	91
	Каша гречневая	110	2,78	2,37	13,67	83,81	27
	Томатно-сметанный соус	20	0,76	1,56	4,04	32,28	92
	Лимонный напиток	150	0,07	0	8,24	31,33	45
	Хлеб ржаной	30	1,97	0,36	10,26	49,62	95
итого за обед		<b>550</b>	<b>133,91</b>	<b>21,31</b>	<b>49,33</b>	<b>463,88</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
обед	Салат сезонный	50	0,58	4,44	2,75	52,32	
	Суп овощной на мясном бульоне	200	4,03	6,13	8,53	103,94	86

	Тефтели мясные	70	145,24	10,86	5,63	174,18	91
	Каша гречневая	130	3,29	3,33	16,17	103,8	27
	Томатно-сметанный соус	20	0,76	1,56	4,04	32,28	92
	Лимонный напиток	200	0,10	0,01	12,31	46,71	45
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	82,70	95
итого за обед		<b>720,00</b>	<b>157,30</b>	<b>26,93</b>	<b>66,53</b>	<b>595,93</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
Уплотнен- ный полдник	Овощное рагу	150	3,66	5,83	16,14	127,69	56
	Фруктовый напиток с со- ком	180	0,18	0,18	10,39	42,78	
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
итого за уплотненный полдник		<b>370,00</b>	<b>6,88</b>	<b>6,37</b>	<b>45,21</b>	<b>255,91</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
Уплотнен- ный полдник	Овощное рагу	180	4,18	7,72	18,66	156,18	56
	Фруктовый напиток с со- ком	200	0,2	0,2	11,54	47,53	
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
итого за уплотненный полдник		<b>420,00</b>	<b>7,42</b>	<b>8,28</b>	<b>48,88</b>	<b>289,15</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
<b>Итого за день</b>		<b>1370,00</b>	<b>150,685</b>	<b>41,99</b>	<b>142,12</b>	<b>1066,76</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
<b>Итого за день</b>		<b>1685,00</b>	<b>177,79</b>	<b>51,03</b>	<b>178,64</b>	<b>1317,01</b>	
	<b>День 9</b>						
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
завтрак	Каша пшенная	150	4,98	6,26	17,63	145,24	31
	Кофейный напиток с мо- локом	180	3,76	3,35	15,02	110,16	43
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за зав- трак		<b>365,00</b>	<b>11,03</b>	<b>14</b>	<b>46,7</b>	<b>356,85</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
завтрак	Каша пшенная	200	6,66	7,46	21,68	186,28	31
	Кофейный напиток с мо- локом	200	3,95	4,41	16,5	114,71	43
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за зав-		<b>445</b>	<b>12,67</b>	<b>15,42</b>	<b>53,43</b>	<b>389,93</b>	

трак							
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
Второй завтрак	яблоко	52,8	0,21	0,2	5,17	22,17	102
итого за второй завтрак		<b>52,8</b>	<b>0,21</b>	<b>0,2</b>	<b>5,17</b>	<b>22,17</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
Второй завтрак	яблоко	52,8	0,21	0,2	5,17	22,17	102
итого за второй завтрак		<b>52,8</b>	<b>0,21</b>	<b>0,2</b>	<b>5,17</b>	<b>22,17</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
обед	Салат свекольный	30	0,43	2,02	2,55	29,55	73
	Суп крестьянский на курином бульоне	150	3,91	5,74	10,08	108,02	124
	Суфле куриное	60	13,46	7,64	4,38	139,09	88
	Макароньы отварные	110	4,02	3,66	26,48	148,37	46
	Компот из сухофруктов	150	0,29	0	11,43	51,15	53
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
итого за обед		<b>540</b>	<b>24,75</b>	<b>19,54</b>	<b>68,6</b>	<b>542,34</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
обед	Салат свекольный	50	0,72	3,04	4,22	46,12	
	Суп крестьянский на курином бульоне	200	4,83	6,37	15,05	133,13	86
	Гуляш из филе куриного	70	13,36	11,82	6,76	184,9	11
	Макароньы отварные	130	4,75	3,8	31,29	170,54	92
	Компот из сухофруктов	200	0,38	0	17,01	65,34	45
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	82,70	95
итого за обед		<b>700</b>	<b>27,34</b>	<b>25,63</b>	<b>91,43</b>	<b>682,73</b>	
	<b>От 1 года до 3 лет</b>						
Уплотненный полдник	Гренки	40	3,04	2,99	17,36	104,17	2
	Суп молочный рисовый	180	5,39	9,44	16,86	169,78	84
	Чай с сахаром	180	0,12	0,003	6,01	23,3	99
итого за уплотненный полдник		<b>400</b>	<b>8,55</b>	<b>12,433</b>	<b>40,23</b>	<b>297,25</b>	
	<b>От 3 до 7 лет</b>						
Уплотненный полдник	Гренки	40	3,04	2,99	17,36	104,17	2
	Суп молочный рисовый	200	5,98	10,48	18,73	188,64	84
	Чай с сахаром	200	0,16	0,04	8,01	31,07	99
итого за уплотненный полдник		<b>440,00</b>	<b>9,18</b>	<b>13,51</b>	<b>44,1</b>	<b>323,88</b>	

		От 1 года до 3 лет					
Итого за день		<b>1357,80</b>	<b>44,54</b>	<b>46,173</b>	<b>160,7</b>	<b>1218,61</b>	
		От 3 до 7 лет					
Итого за день		<b>1637,80</b>	<b>50,4</b>	<b>55,69</b>	<b>197,6</b>	<b>1452,58</b>	
		День 10					
		От 1 года до 3 лет					
завтрак	Каша «Дружба»	150	4,6	6,15	17,35	138,86	37
	Какао с молоком сгущенным	180	2,78	3,14	22,1	122,33	21
	Батон	30	2,27	0,27	14,01	64,08	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>365,00</b>	<b>9,67</b>	<b>13,68</b>	<b>53,5</b>	<b>362,64</b>	
		От 3 до 7 лет					
завтрак	Каша «Дружба»	200	6,15	7,3	25,3	185,21	37
	Какао с молоком сгущенным	200	3,09	3,49	24,56	135,92	21
	Батон	40	3,04	0,36	18,68	85,44	5
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,37	6
итого за завтрак		<b>445,00</b>	<b>12,3</b>	<b>15,27</b>	<b>68,58</b>	<b>443,94</b>	
		От 1 года до 3 лет					
Второй завтрак	сок	100	0,4	0,4	9,8	42	80
итого за второй завтрак		<b>100,00</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>	
		От 3 до 7 лет					
Второй завтрак	сок	100	0,4	0,4	9,8	42	80
итого за второй завтрак		<b>100,00</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>42</b>	
		От 1 года до 3 лет					
обед	Салат из квашеной капусты	30	0,5	2,02	2,83	30,9	107
	Суп с клецками со сметаной на курином бульоне	150	3,88	5,62	14,9	124,09	87
	Кнели рыбные	60	9,17	2,61	3,22	72,35	340
	Картофельное пюре	130	3,14	3,62	21,74	126,71	24
	Компот из свежих яблок	150	0,07	0,07	11,7	44,82	39
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,68	66,16	95
итого за обед		<b>560</b>	<b>19,4</b>	<b>14,42</b>	<b>68,07</b>	<b>465,03</b>	

От 3 до 7 лет							
обед	Салат из квашеной капусты	50	0,82	3,04	4,37	47,12	107
	Суп с клецками со сметаной на курином бульоне	200	4,28	5,76	16,6	135,17	87
	Кнели рыбные	70	10,73	3,15	3,84	85,77	340
	Картофельное пюре	150	3,74	5,65	24,67	158,37	24
	Компот из свежих яблок	200	0,07	0,07	11,87	45,53	39
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	17,10	82,70	95
итого за обед		<b>720</b>	<b>22,94</b>	<b>18,27</b>	<b>78,45</b>	<b>554,66</b>	
От 1 года до 3 лет							
Уплотненный полдник	Салат зимний	40	2,03	2,81	6,98	59,76	113
	Пирожок с капустой яйцом	100	7,31	8,25	34,01	231,09	59
	Чай с соком	180	0,18	0,18	10,39	42,78	98
	Яблоко	95	0,38	0,38	9,31	39,9	102
итого за уплотненный полдник		<b>415</b>	<b>9,9</b>	<b>11,62</b>	<b>60,69</b>	<b>373,53</b>	
От 3 до 7 лет							
Уплотненный полдник	Салат зимний	60	3,04	4,22	10,48	89,64	113
	Пирожок с капустой яйцом	100	7,31	8,25	34,01	231,09	59
	Чай с соком	200	0,32	0,23	11,91	48,04	98
	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	42	102
итого за уплотненный полдник		<b>460</b>	<b>8,03</b>	<b>8,88</b>	<b>55,72</b>	<b>410,77</b>	
От 1 года до 3 лет							
<b>Итого за день</b>		<b>1440</b>	<b>39,37</b>	<b>40,12</b>	<b>192,06</b>	<b>1243,2</b>	
От 3 до 7 лет							
<b>Итого за день</b>		<b>1725</b>	<b>43,67</b>	<b>42,82</b>	<b>212,55</b>	<b>1451,37</b>	
От 1 года до 3 лет							
Среднее значение за период		<b>1393,08</b>	<b>55,185</b>	<b>43,149</b>	<b>167,15</b>	<b>1114,16</b>	
От 3 до 7 лет							
Среднее значение за период		<b>1690,16</b>	<b>66,114</b>	<b>51,569</b>	<b>200,99</b>	<b>1450,98</b>	