**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 1 День 1** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 25 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **415** | **12,8** | **8,7** | **63,9** | **406,6** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **630** | **26,1** | **21,7** | **79,5** | **624,4** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,2** | **4,4** | **53,5** | **265,5** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ | 70/30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАША ВЯЗКАЯ (ГРЕЧНЕВАЯ) | 130 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **480** | **18,2** | **16,8** | **63,9** | **491,4** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **66,4** | **56,2** | **287,4** | **1 963,8** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 1 День 2** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) | 180/5 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **425** | **10,3** | **13,0** | **53,5** | **380,9** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **400** | **1,8** | **1,0** | **38,6** | **174,6** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | РЫБНОЕ БЛЮДО (СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ) | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **680** | **19,0** | **13,8** | **89,6** | **566,9** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,9** | **4,9** | **65,6** | **322,5** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ) | 150/60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **447** | **22,6** | **18,9** | **70,5** | **550,0** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **62,7** | **56,0** | **324,8** | **2 087,4** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 1 День 3** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЯИЧНОЕ БЛЮДО (ЯЙЦО ВАРЕНОЕ) | 1шт | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **455** | **15,7** | **10,9** | **51,9** | **366,9** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | МАКАРОННИК С МЯСОМ (ГОВЯДИНА) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **647** | **16,4** | **12,5** | **72,1** | **487,1** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВЕСНУШКА) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **6,8** | **6,9** | **46,6** | **253,4** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ЗАКУСКА (ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ) | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БЛЮДО ИЗ СУБПРОДУКТОВ (ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ ) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **450** | **22,0** | **22,0** | **98,4** | **694,5** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **67,0** | **56,9** | **295,6** | **1 977,8** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 1 День 4** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40/5/15 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **437** | **13,2** | **11,3** | **63,1** | **413,6** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ | 70/30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **740** | **23,8** | **23,1** | **111,0** | **763,3** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,9** | **4,9** | **65,6** | **322,5** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 45 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **442** | **17,8** | **16,8** | **63,1** | **481,9** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **64,8** | **60,7** | **329,4** | **2 157,2** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 1 День 5** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30/5/20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **635** | **14,0** | **12,4** | **92,5** | **548,6** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ) | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **640** | **19,6** | **14,5** | **92,6** | **593,0** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **7,7** | **8,2** | **53,7** | **321,1** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ЗАКУСКА (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | РЫБНОЕ БЛЮДО (КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕНЫЕ) | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | | | | | |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **500** | **33,7** | **36,0** | **69,3** | **738,9** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **81,1** | **75,7** | **334,7** | **2 377,5** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 2 День 6** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **437** | **13,6** | **8,7** | **67,1** | **400,4** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **0,8** | **0,8** | **19,0** | **91,2** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 140/50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 100 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **720** | **23,7** | **18,8** | **93,8** | **651,5** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,2** | **4,4** | **34,9** | **190,9** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ | 70/30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 45 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **492** | **16,9** | **17,3** | **64,1** | **493,8** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **63,3** | **54,4** | **285,9** | **1 920,3** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 2 День 7** | | | | | | | |
| **Завтрак** | ЗАКУСКА (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЯИЧНОЕ БЛЮДО (ОМЛЕТ) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **430** | **18,7** | **24,3** | **32,0** | **426,9** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ (СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | МАКАРОННИК С МЯСОМ (ГОВЯДИНА) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **600** | **24,9** | **16,8** | **86,7** | **619,0** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **4,5** | **5,2** | **57,3** | **306,6** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ) | 150/60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **450** | **28,0** | **23,8** | **69,8** | **613,1** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **82,2** | **74,7** | **272,4** | **2 141,5** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 2 День 8** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **420** | **10,2** | **6,5** | **59,1** | **356,0** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **0,8** | **0,8** | **19,0** | **91,2** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ИКРА МОРКОВНАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 100 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **680** | **24,5** | **19,3** | **101,8** | **670,8** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,4** | **4,9** | **37,8** | **207,5** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 130 | | | | | |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 45 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **502** | **33,0** | **31,5** | **57,6** | **653,5** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **77,0** | **67,4** | **282,3** | **2 071,5** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 2 День 9** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **420** | **16,2** | **10,9** | **72,5** | **451,6** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ) | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 100 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **700** | **29,8** | **20,2** | **107,4** | **732,7** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,9** | **4,9** | **47,0** | **247,9** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БЛЮДО ИЗ СУБПРОДУКТОВ (ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 55 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **465** | **15,4** | **15,4** | **79,9** | **520,5** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **71,4** | **56,0** | **333,4** | **2 128,6** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 2 День 10** | | | | | | | |
| **Завтрак** | ЗАКУСКА (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЯИЧНОЕ БЛЮДО (омлет) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **447** | **20,3** | **24,9** | **42,5** | **481,6** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 100 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **680** | **24,6** | **16,4** | **92,6** | **620,3** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **6,9** | **7,3** | **54,2** | **311,6** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **470** | **23,6** | **21,1** | **82,8** | **626,7** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **81,5** | **74,3** | **298,7** | **2 216,1** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 3 День 11** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **405** | **12,2** | **12,9** | **66,7** | **440,2** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ | 110 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **110** | **0,7** | **0,5** | **31,9** | **137,0** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | МАКАРОННИК С МЯСОМ (ГОВЯДИНА) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 80 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **670** | **23,5** | **16,4** | **105,0** | **681,7** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,9** | **4,9** | **65,6** | **322,5** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ЗАКУСКА (ИКРА МОРКОВНАЯ) | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **527** | **19,9** | **19,5** | **74,6** | **561,7** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **65,3** | **58,6** | **350,8** | **2 235,6** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 3 День 12** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30/5/20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **415** | **13,1** | **12,2** | **70,3** | **449,3** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | РЫБНОЕ БЛЮДО (КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕНЫЕ) | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **680** | **19,5** | **14,5** | **92,4** | **591,7** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **7,7** | **8,2** | **53,7** | **321,1** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ ) | 150/60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **430** | **31,8** | **21,8** | **68,3** | **622,7** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **78,2** | **61,3** | **311,3** | **2 160,7** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 3 День 13** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | | | | |
| **Итого за завтрак** | | **435** | **10,9** | **8,7** | **78,4** | **461,4** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **0,8** | **0,8** | **19,0** | **91,2** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП С КРУПОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **600** | **18,9** | **9,8** | **91,9** | **537,9** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,8** | **4,7** | **45,2** | **249,6** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ЗАКУСКА (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ) | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 130 | | | | | |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 45 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **502** | **16,6** | **16,5** | **75,6** | **529,8** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **56,3** | **44,3** | **317,7** | **1 954,6** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 3 День 14** | | | | | | | |
| **Завтрак** | ЗАКУСКА (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЯИЧНОЕ БЛЮДО (ОМЛЕТ) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **420** | **17,9** | **24,0** | **26,9** | **400,7** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ | 140/50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **660** | **20,0** | **17,4** | **71,0** | **533,3** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,4** | **4,9** | **37,8** | **207,5** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ | 70/30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **490** | **19,8** | **20,1** | **74,1** | **568,4** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **67,2** | **71,0** | **236,4** | **1 885,8** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 3 День 15** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (КУКУРУЗНАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30/5/20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **435** | **14,2** | **10,2** | **58,8** | **383,2** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | РЫБНОЕ БЛЮДО (СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ) | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 80 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **650** | **19,8** | **22,5** | **80,0** | **610,1** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВЕСНУШКА) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **6,8** | **7,4** | **52,8** | **305,8** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ | 70/30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **480** | **33,6** | **36,8** | **62,0** | **718,8** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **80,3** | **82,1** | **279,6** | **2 201,6** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 4 День 16** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕННАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30/5/20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **465** | **14,3** | **10,2** | **93,5** | **528,0** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **0,8** | **0,8** | **19,0** | **91,2** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ | 160 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 100 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **670** | **24,4** | **15,6** | **92,9** | **619,4** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,2** | **4,4** | **53,5** | **265,5** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | РЫБНОЕ БЛЮДО (СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ) | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | | | | | |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **470** | **14,8** | **13,0** | **60,9** | **419,8** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **62,6** | **48,4** | **326,8** | **2 016,4** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 4 День 17** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ (РИСОВАЯ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30/5/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **425** | **7,2** | **13,9** | **52,8** | **377,2** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ (СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ) | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ | 70/30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **680** | **26,5** | **26,6** | **99,4** | **754,6** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,9** | **4,9** | **47,0** | **247,9** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ТВОРОЖНОЕ БЛЮДО (ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ) | 150/60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 45 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **452** | **31,7** | **22,6** | **63,2** | **599,3** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **75,4** | **72,6** | **289,0** | **2 154,9** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 4 День 18** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) | 180/5 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 25 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **420** | **12,1** | **9,2** | **51,2** | **337,0** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **400** | **1,8** | **1,0** | **38,6** | **174,6** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ) | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **620** | **38,0** | **39,1** | **86,6** | **857,2** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **3,9** | **4,9** | **65,6** | **322,5** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ТЕФТЕЛИ С СОУСОМ | 70/30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/10/7 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **467** | **15,1** | **17,1** | **52,1** | **436,9** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **76,0** | **75,7** | **301,1** | **2 220,7** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 4 День 19** | | | | | | | |
| **Завтрак** | ЗАКУСКА (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЯИЧНОЕ БЛЮДО (ОМЛЕТ) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **410** | **21,6** | **27,3** | **36,1** | **482,5** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | СОК В АССОРТИМЕНТЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **1,0** | **0,2** | **19,6** | **83,4** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 40 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **620** | **20,3** | **16,0** | **64,5** | **486,7** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **6,9** | **7,3** | **54,2** | **311,6** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) | 150 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **450** | **22,1** | **21,0** | **72,8** | **579,3** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **77,0** | **76,2** | **254,2** | **2 036,0** | |

**20-ти дневное меню**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 24 часовой режим функционирования □**

| Прием пищи | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | Технологическая документация |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| **Неделя 4 День 20** | | | | | | | |
| **Завтрак** | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30/5/20 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за завтрак** | | **435** | **9,2** | **9,3** | **65,0** | **385,6** | |
| | | | | | | | |
| **2 Завтрак** | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 завтрак** | | **200** | **0,8** | **0,8** | **19,0** | **91,2** | |
| | | | | | | | |
| **Обед** | ЗАКУСКА (ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА ОВОЩНОМ БУЛЬОНЕ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КОТЛЕТЫ С КРУПОЙ | 70 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ | 130 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 60 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за обед** | | **670** | **21,5** | **22,8** | **109,2** | **721,4** | |
| | | | | | | | |
| **Полдник** | ХЛЕБОБУЛОЧНОЕ ИЗДЕЛИЕ (БУЛОЧКА ВЕСНУШКА) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Полдник** | | **250** | **6,8** | **6,9** | **46,6** | **253,4** | |
| | | | | | | | |
| **Ужин** | ЗАКУСКА (ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ) | 50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ФРИКАДЕЛЬКИ ВКУСНЯШКА С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ | 140/50 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| | ХЛЕБ В АССОРТИМЕНТЕ | 30 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за Ужин** | | **470** | **15,2** | **14,0** | **49,6** | **407,5** | |
| | | | | | | | |
| **2 ужин** | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ | 180 | | | | | Сборник рецептур или ТТК |
| **Итого за 2 ужин** | | **180** | **5,1** | **4,4** | **7,0** | **92,5** | |
| **Всего за день:** | | | **58,6** | **58,2** | **296,4** | **1 951,6** | |

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

| Итого | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | ккал |
|---|---|---|---|---|
| **Итого за период** | **1 414,3** | **1 280,7** | **6 007,9** | **41 859,6** |
| **Среднее значение за период** | **70,7** | **64,0** | **300,4** | **2 093,0** |