

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ №211  
А.С.Калитина

**ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
НА ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД 2022 г.**

детский сад 12 часов  
пребывания

возрастная категория 1-3 лет

День 1. Понедельник  
Неделя первая

Прием пищи						
Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>завтрак</b>						
1	Омлет натуральный	100	3,21	5,01	2,46	91,89
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	40	0,64	2,52	2,96	39,2
3	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
4	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
5	Сыр полутвердый (порциями)	9	2,17	2,66	0,03	32,67
6	Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02	24,49
<b>итого</b>		<b>364</b>	<b>8,7</b>	<b>14,8</b>	<b>25,3</b>	<b>298,3</b>
<b>второй завтрак</b>						
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0,15	15	80
<b>итого</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15</b>	<b>80</b>
<b>обед</b>						
1	Суп картофельный с бобовыми	150	3,96	2,85	17,95	95,74
2	Птица в соусе с томатом	60	3,01	10,14	2,37	97,31
3	Макаронные изделия отварные	110	4,57	3,78	27,78	172,42
4	Овощи отварные	40	0,55	1,04	2,9	23,7
5	Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89	48,74
<b>итого</b>		<b>550</b>	<b>15,6</b>	<b>18,2</b>	<b>82,4</b>	<b>534,7</b>
<b>полдник</b>						
1	Сдоба обыкновенная	60	5,76	4,61	34,1	150,58
2	Кисломолочный напиток	150	4,2	3,75	6	79,5
<b>итого</b>		<b>210</b>	<b>10,0</b>	<b>8,4</b>	<b>40,1</b>	<b>230,1</b>
<b>ужин</b>						

1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	150	5,04	5,67	22,84	179,81
2	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
3	Фрукты свежие	95	0,25	0,16	10,9	49,4
4	Молоко кипяченое	150	4,2	3,75	7,05	78
	<b>итого</b>	<b>425</b>	<b>12,04</b>	<b>10,57</b>	<b>53,54</b>	<b>379,81</b>
<b>ИТОГО за целый день</b>		<b>1699</b>	<b>47</b>	<b>52,14</b>	<b>216,31</b>	<b>1522,9</b>

День 2. Вторник

Неделя первая

Прием пищи						
Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>завтрак</b>						
1	Суп молочный с крупой	150	4,33	4,48	14,28	164,71
2	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,60
3	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,40
4	Чай с сахаром	180	0,10	0,03	7,02	24,49
	<b>итого</b>	<b>365</b>	<b>7,0</b>	<b>9,1</b>	<b>34,1</b>	<b>299,2</b>
<b>второй завтрак</b>						
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0,15	15	80
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15</b>	<b>80</b>
<b>обед</b>						
1	Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,39	5,07	10,12	82,34
2	Суфле из печени	60	10,92	10,55	17,23	159,32
3	Пюре картофельное	110	2,4	3,71	16,32	111,91
4	Овощи отварные	40	0,49	1,07	2,84	27,06
5	Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89	48,74
	<b>итого</b>	<b>550</b>	<b>18,7</b>	<b>20,8</b>	<b>77,9</b>	<b>526,2</b>
<b>полдник</b>						
1	Печенье	20	1,5	1,96	16,13	123,4
2	Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,2	95,4
	<b>итого</b>	<b>200</b>	<b>6,5</b>	<b>6,5</b>	<b>23,3</b>	<b>218,8</b>
<b>ужин</b>						
1	Вареники ленивые со сметаной	100	6,96	12,06	28,35	187,01
2	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
3	Фрукты свежие	95	0,25	0,16	10,9	49,4
4	Кофейный напиток с молоком	180	2,64	2,35	12,64	77,27
	<b>итого</b>	<b>405</b>	<b>12,4</b>	<b>15,56</b>	<b>64,64</b>	<b>386,28</b>
<b>ИТОГО за целый день</b>		<b>1670</b>	<b>45,36</b>	<b>52,11</b>	<b>214,98</b>	<b>1510,5</b>

День 3. Среда  
Неделя первая

Прием пищи						
Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>завтрак</b>						
1	Суп молочный с крупой	150	3,88	4,17	23,2	102,92
2	Хлеб пшеничный формовой	20	1,7	0,66	8,5	48,4
3	Масло сливочное (порциями)	50	0,03	3,63	0,04	37,4
4	Сыр полутвердый (порциями)	9	2,17	2,66	0,03	32,67
5	Какао с молоком	180	2,83	2,47	12,15	74,18
	<b>итого</b>	<b>409</b>	<b>10,61</b>	<b>13,59</b>	<b>43,92</b>	<b>295,57</b>
<b>второй завтрак</b>						
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0,15	15	80
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15</b>	<b>80</b>
<b>обед</b>						
1	Суп картофельный с крупой	150	1,73	3,36	12,43	107,02
2	Кнели говяжьи с рисом	60	12,92	13,73	11,52	195,27
3	Капуста тушеная	110	2,19	3,07	11,1	78,31
4	Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52	96,8
5	Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89	48,74
	<b>итого</b>	<b>510</b>	<b>20,3</b>	<b>20,6</b>	<b>66,5</b>	<b>526,1</b>
<b>полдник</b>						
1	Фрукты свежие	95	1,43	0,48	19,95	90,25
2	Хлеб пшеничный формовой	20	1,7	0,66	8,5	48,4
3	Кисломолочный напиток	150	4,2	3,75	6	79,5
	<b>итого</b>	<b>265</b>	<b>7,33</b>	<b>4,89</b>	<b>34,45</b>	<b>218,15</b>
<b>ужин</b>						
1	Рыба отварная	60	4,1	2,8	9,61	106,4
2	Картофель, запеченный в сметанном соусе	110	2,91	7,24	21,86	168,01
3	Икра морковная	40	0,45	2,05	3,4	34,16
4	Хлеб пшеничный формовой	20	1,7	0,66	8,5	48,4
5	Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02	24,49
	<b>итого</b>	<b>410</b>	<b>9,26</b>	<b>12,78</b>	<b>50,39</b>	<b>381,46</b>
<b>ИТОГО за целый день</b>		<b>1744</b>	<b>48,25</b>	<b>51,98</b>	<b>210,22</b>	<b>1501,3</b>

День 4. Четверг  
Неделя первая

Прием пищи						
Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>завтрак</b>						

1	Рыба, тушенная в томате с овощами	60	3,76	4,68	10,19	80,38
2	Каша пшеничная рассыпчатая	100	2,36	2,58	13,16	80,84
3	Овощи отварные	40	0,55	1,04	2,9	23,7
4	Хлеб пшеничный формовой	25	2,13	0,83	10,63	60,5
5	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
6	Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02	24,49
	<b>итого</b>	<b>410</b>	<b>8,93</b>	<b>12,79</b>	<b>43,94</b>	<b>307,31</b>
<b>второй завтрак</b>						
1	Фрукты свежие	100	0,6	0,14	15	79
	<b>итого</b>	<b>100</b>	<b>0,60</b>	<b>0,14</b>	<b>15,00</b>	<b>79,00</b>
<b>обед</b>						
1	Суп из овощей	150	1,61	4,26	9,46	111,36
2	Котлеты из говядины	60	8,88	12,94	10,45	109,57
3	Картофель отварной с маслом	110	2,22	3,34	27,96	114,62
4	Икра свекольная	40	0,4	2,06	3,3	35,81
5	Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89	48,74
	<b>итого</b>	<b>550</b>	<b>16,57</b>	<b>23,01</b>	<b>82,58</b>	<b>516,90</b>
<b>полдник</b>						
1	Пряник	40	0,44	0,04	20,3	144,8
2	Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,2	95,4
	<b>итого</b>	<b>220</b>	<b>5,48</b>	<b>4,54</b>	<b>27,50</b>	<b>240,20</b>
<b>ужин</b>						
1	Суп молочный с крупой	150	3,57	4,17	22,46	212,2
2	Хлеб пшеничный формовой	25	2,13	0,83	10,63	72,6
3	Яйцо вареное	49	6,22	5,68	0,34	21,63
4	Кофейный напиток с молоком	180	2,64	2,35	12,64	77,27
	<b>итого</b>	<b>404</b>	<b>14,56</b>	<b>13,03</b>	<b>46,07</b>	<b>383,70</b>
<b>ИТОГО за целый день</b>		<b>1684</b>	<b>46,14</b>	<b>53,51</b>	<b>215,09</b>	<b>1527,1</b>

День 5. Пятница

Неделя первая

Прием пищи						
Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>завтрак</b>						
1	Запеканка рисовая с творогом, со сметаной	135	5,21	10,39	24,63	179,61
2	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
3	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
4	Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02	24,49
	<b>итого</b>	<b>350</b>	<b>7,9</b>	<b>15,0</b>	<b>44,4</b>	<b>314,1</b>
<b>второй завтрак</b>						
1	Фрукты свежие	100	0,6	0,14	15	79

	<b>итого</b>	<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,14</b>	<b>15</b>	<b>79</b>
<b>обед</b>						
1	Борщ с капустой и картофелем	150	1,51	5,09	8,9	89,52
2	Гуляш из отварной говядины	60	5,68	5,82	13,24	158,1
3	Пюре картофельное	110	2,4	3,71	16,32	111,91
4	Икра морковная	40	0,45	2,05	3,4	34,16
5	Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52	96,8
6	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0,15	15	69
	<b>итого</b>	<b>550</b>	<b>14,0</b>	<b>17,2</b>	<b>76,4</b>	<b>559,5</b>
<b>полдник</b>						
1	Булочка российская	60	4,46	6,69	33,79	151,25
2	Кисломолочный напиток	150	4,2	3,75	6	79,5
	<b>итого</b>	<b>210</b>	<b>8,7</b>	<b>10,4</b>	<b>39,8</b>	<b>230,8</b>
<b>ужин</b>						
1	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,52	5,11	17,46	225,82
2	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
3	Яйцо вареное	49	6,22	5,68	0,34	21,63
4	Какао с молоком	180	2,83	2,47	12,15	74,18
	<b>итого</b>	<b>409</b>	<b>16,12</b>	<b>14,25</b>	<b>42,7</b>	<b>394,23</b>
<b>ИТОГО за целый день</b>		<b>1619</b>	<b>47,3</b>	<b>57,1</b>	<b>218,3</b>	<b>1577,6</b>

День 1. Понедельник

Неделя вторая

<b>Прием пищи</b>						
<b>Наименование блюд</b>		<b>Масса порции в граммах</b>	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	<b>Ккал</b>
<b>завтрак</b>						
1	Макаронные изделия отварные	90	3,53	3,58	17,58	124,42
2	Икра кабачковая (промышленного производства)	40	0,64	2,52	2,96	39,2
3	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
4	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
5	Сыр полутвердый (порциями)	9	2,17	2,66	0,03	32,67
6	Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02	24,49
	<b>итого</b>	<b>354</b>	<b>9,0</b>	<b>13,4</b>	<b>40,4</b>	<b>330,8</b>
<b>второй завтрак</b>						
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0,15	15	80
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15</b>	<b>80</b>
<b>обед</b>						
1	Суп крестьянский с крупой	150	1,93	5,39	15,78	98,44

2	Птица отварная	60	3,76	6,11	18,33	181,64
3	Пюре картофельное	110	2,4	3,71	16,32	111,91
4	Овощи отварные	40	0,49	1,07	2,84	27,06
5	Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89	48,74
	<b>итого</b>	<b>550</b>	<b>12,0</b>	<b>16,7</b>	<b>84,7</b>	<b>564,6</b>
<b>полдник</b>						
1	Ватрушка с творожным фаршем	60	6,89	8,59	35,39	156,24
2	Кисломолочный напиток	150	4,2	3,75	6	79,5
	<b>итого</b>	<b>210</b>	<b>11,1</b>	<b>12,3</b>	<b>41,4</b>	<b>235,7</b>
<b>ужин</b>						
1	Суп молочный с крупой	150	4,35	4,32	23,84	183,99
2	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
3	Яйцо вареное	49	6,22	5,63	0,34	76,84
4	Кофейный напиток с молоком	180	2,64	2,35	12,64	77,27
	<b>итого</b>	<b>409</b>	<b>15,76</b>	<b>13,29</b>	<b>49,57</b>	<b>410,7</b>
<b>ИТОГО за целый день</b>		<b>1673</b>	<b>48,7</b>	<b>55,9</b>	<b>231,0</b>	<b>1621,8</b>

День 2. Вторник

Неделя вторая

Прием пищи						
Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>завтрак</b>						
1	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая	150	5,04	5,67	22,84	129,81
2	Хлеб пшеничный формовой	35	2,98	1,16	14,88	84,7
3	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
4	Какао с молоком	180	2,83	2,47	12,15	74,18
	<b>итого</b>	<b>370</b>	<b>10,9</b>	<b>12,9</b>	<b>49,9</b>	<b>326,1</b>
<b>второй завтрак</b>						
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0,15	15	80
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15</b>	<b>80</b>
<b>обед</b>						
1	Суп картофельный с фрикадельками	150	9,21	9,85	10,41	118,25
2	Печень говяжья по-строгановски	60	6,59	7,08	7	140,99
3	Каша пшеничная рассыпчатая	110	2,95	2,68	16,45	107,94
4	Капуста тушеная	40	0,88	1,52	4,55	34,99
5	Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89	48,74
	<b>итого</b>	<b>550</b>	<b>23,1</b>	<b>21,5</b>	<b>69,8</b>	<b>547,7</b>

полдник						
1	Печенье	20	1,5	1,96	16,13	123,4
2	Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,2	95,4
итого		200	6,5	6,5	23,3	218,8
ужин						
1	Запеканка из творога	105	4,74	12,57	19,28	205,4
2	Хлеб пшеничный формовой	25	2,13	0,83	10,63	60,5
3	Фрукты свежие	95	1,43	0,48	19,95	90,25
4	Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02	24,49
итого		405	8,4	13,91	56,88	380,64
<b>ИТОГО за целый день</b>		<b>1675</b>	<b>49,66</b>	<b>54,99</b>	<b>214,94</b>	<b>1553,2</b>

День 3. Среда

Неделя вторая

Прием пищи						
Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
завтрак						
1	Каша "Дружба"	150	3,63	3,75	13,15	100,11
2	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
3	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
4	Сыр полутвердый (порциями)	9	2,17	2,66	0,03	32,67
5	Кофейный напиток с молоком	180	2,64	2,35	12,64	77,27
итого		374	11,0	13,4	38,6	320,1
второй завтрак						
1	Фрукты свежие	100	0,6	0,14	15	79
итого		100	0,6	0,14	15	79
обед						
1	Суп с макаронными изделиями и картофелем	150	1,81	2,33	11,6	75,86
2	Бифштекс рубленый паровой	60	6,38	6,74	2,91	118,89
3	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,05	4,43	27,9	164,27
4	Икра свекольная	40	0,41	2,06	3,37	36,24
5	Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52	96,8
6	Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89	48,74
итого		550	18,1	16,0	77,2	540,8
полдник						
1	Булочка дорожная	60	5,39	8,28	28,56	150,86
2	Кисломолочный напиток	150	4,2	3,75	6	79,5
итого		210	9,6	12,0	34,6	230,4
ужин						
1	Рыба, запеченная в сметанном соусе	60	3,21	5,11	11,65	165,83
2	Картофель отварной с маслом	110	2,22	3,34	27,96	114,62
3	Овощи отварные	40	0,55	1,04	2,9	23,7

4	Хлеб пшеничный формовой	25	2,13	0,83	10,63	60,5
5	Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02	24,49
	<b>итого</b>	<b>415</b>	<b>8,21</b>	<b>10,35</b>	<b>60,16</b>	<b>389,14</b>
<b>ИТОГО за целый день</b>		<b>1649</b>	<b>47,5</b>	<b>51,9</b>	<b>225,5</b>	<b>1559,4</b>

День 4. Четверг

Неделя вторая

Прием пищи						
Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>завтрак</b>						
1	Рыба отварная с соусом польским	60	13,05	4,26	7,61	70,77
2	Пюре картофельное	110	2,4	3,71	16,32	111,91
3	Капуста тушеная	40	0,88	1,52	4,55	34,99
4	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
5	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
6	Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02	24,49
	<b>итого</b>	<b>425</b>	<b>19,0</b>	<b>14,1</b>	<b>48,3</b>	<b>352,2</b>
<b>второй завтрак</b>						
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0,15	15	80
	<b>итого</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15</b>	<b>80</b>
<b>обед</b>						
1	Свекольник	150	3,51	10,92	11,23	117,35
2	Плов из говядины	150	8,58	14,36	30,8	280,86
3	Икра морковная	40	0,45	2,05	3,4	34,16
4	Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52	96,8
5	Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89	48,74
	<b>итого</b>	<b>530</b>	<b>16,0</b>	<b>27,7</b>	<b>76,8</b>	<b>577,9</b>
<b>полдник</b>						
1	Пряник	40	0,44	0,04	20,3	144,8
2	Кисломолочный напиток	180	5,04	4,5	7,2	95,4
	<b>итого</b>	<b>220</b>	<b>5,5</b>	<b>4,5</b>	<b>27,5</b>	<b>240,2</b>
<b>ужин</b>						
1	Суп молочный с крупой	150	3,88	6,17	27,53	182,92
2	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
3	Фрукты свежие	95	1,43	0,48	19,95	90,25
4	Молоко кипяченое	150	4,2	3,75	7,05	78
	<b>итого</b>	<b>425</b>	<b>12,06</b>	<b>11,39</b>	<b>67,28</b>	<b>423,77</b>
<b>ИТОГО за целый день</b>		<b>1750</b>	<b>53,3</b>	<b>58,0</b>	<b>234,9</b>	<b>1674,0</b>

День 5. Пятница

Неделя вторая

<b>Прием пищи</b>						
-------------------	--	--	--	--	--	--



Наименование блюд		Масса порции в граммах	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал
<b>завтрак</b>						
1	Запеканка из творога с морковью, со сметаной	135	6,37	9,68	26,61	170,05
2	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
3	Масло сливочное (порциями)	5	0,03	3,63	0,04	37,4
4	Чай с сахаром	180	0,1	0,03	7,02	24,49
	<b>итого</b>	<b>350</b>	<b>9,1</b>	<b>14,3</b>	<b>46,4</b>	<b>304,5</b>
<b>второй завтрак</b>						
1	Фрукты свежие	100	0,6	0,14	15	79
	<b>итого</b>	<b>100</b>	<b>0,6</b>	<b>0,14</b>	<b>15</b>	<b>79</b>
<b>обед</b>						
1	Суп картофельный с клецками	150	2,62	3,49	14,96	103,56
2	Жаркое по-домашнему	150	7,32	10,99	27,66	303,83
3	Овощи отварные	40	0,49	1,07	2,84	27,06
4	Хлеб ржаной	40	3,24	0,4	19,52	96,8
5	Компот из смеси сухофруктов	150	0,22	0,01	11,89	48,74
	<b>итого</b>	<b>530</b>	<b>13,9</b>	<b>16,0</b>	<b>76,9</b>	<b>580,0</b>
<b>полдник</b>						
1	Булочка домашняя	60	5	8,12	35,28	180,94
2	Кисломолочный напиток	150	4,2	3,75	6	79,5
	<b>итого</b>	<b>210</b>	<b>9,2</b>	<b>11,9</b>	<b>41,3</b>	<b>260,4</b>
<b>ужин</b>						
1	Суп молочный с крупой	150	4,56	4,49	26,54	174,11
2	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,99	12,75	72,6
3	Яйцо вареное	49	6,22	5,63	0,34	76,84
4	Кофейный напиток с молоком	180	2,64	2,35	12,64	77,27
	<b>итого</b>	<b>409</b>	<b>15,97</b>	<b>13,46</b>	<b>52,27</b>	<b>400,82</b>
<b>ИТОГО за целый день</b>		<b>1599</b>	<b>48,71</b>	<b>55,76</b>	<b>231,84</b>	<b>1624,8</b>
<b>Итого среднее значение</b>			48,19	54,33	221,31	1567,25

Для разработки перспективного меню были использованы следующие сборники:

интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений, учреждений профессионального образования/ Под ред. Ф.Л.Марчука и В.Т.Лапшиной. - Изд. Хлебпродинформ, 2004.

Могильного и В.А. Тютельяна, 2011 год, г. Москва

технические документы. Д.В. Гращенков, Л.И. Николаева. - Екатеринбург, 2011 год.

**Меню разработано согласно требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и норм СанП**

<b>№ рец.</b>
<b>268</b>
<b>150</b>
<b>573</b>
<b>79</b>
<b>75</b>
<b>457</b>
<b>501</b>
<b>113</b>
<b>367</b>
<b>256</b>
<b>156</b>
<b>574</b>
<b>495</b>
<b>545</b>
<b>470</b>

234
573
82
469

№ рец.
140
573
79
457
501
104
35/8
377
156
574
495
582
470
289
573
82
465

№ рец.
140
573
79
75
462
501
114
338
380
574
495
82
573
470
295
181
54
573
457

№ рец.

299
206
156
573
79
457
82
116
339
152
53
574
495
581
470
140
573
267
465

№ рец.
282
573
79
457
82

95
327
377
54
574
501
544
470
139
573
267
462

<b>№ рец.</b>
256
150
573
79
75
457
501
118

366
377
156
574
495
531
470
140
573
267
465

<b>№ рец.</b>
234
573
79
462
501
123
356
206
380
574
495

582
470
279
573
82
457

<b>№ рец.</b>
229
573
79
75
465
82
129
331
202
53
574
495
543
470
311
152
156



573
457

№ рец.
369
377
380
573
79
457
501
98
330
54
574
495
581
470
140
573
82
469

№ рец.
--------

238
573
79
457
82
115
328
156
574
495
542
470
140
573
267
465

ования,

ИИН 2.3/2.4.3590-20