

Утверждаю

Врио заведующего МБДОУ детский сад № 423

 /А.Л. Минаева/

приказ от " 01 " 09 2023 г. № 38-0



**10- дневное меню для питания детей 1-3 года  
посещающих МБДОУ детский сад № 423  
с 10.5 часовым пребыванием**

| Прием пищи         | № карты | Наименование блюда                      | Вес блюда, г | Пищевые вещества |         |              | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |      |       | Витамины, мг |      |  |
|--------------------|---------|-----------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|----------|---------------------------|------|-------|--------------|------|--|
|                    |         |                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево-ды, г |          | Са                        | Fe   | B1,мг | B2,мг        | C,мг |  |
| Неделя 1           |         |                                         |              |                  |         |              |          |                           |      |       |              |      |  |
| День 1             |         |                                         |              |                  |         |              |          |                           |      |       |              |      |  |
| завтрак            | 5/4     | Каша манная молочная с маслом сливочным | 150          | 4                | 3,8     | 21,4         | 133      | 70,2                      | 0,3  | 0     | 0,1          | 0,3  |  |
|                    | 1/13    | Батон с маслом 25/4                     | 29           | 1,8              | 3,7     | 11,4         | 87,2     | 1,16                      | 0    | 0     | 0            | 0    |  |
|                    | 10/10   | Чай                                     | 180          | 0                | 0       | 9,1          | 35       | 0,3                       | 0    | 0     | 0            | 0    |  |
| Итого за завтрак   |         |                                         | 359          | 5,8              | 7,5     | 41,9         | 255,2    | 71,66                     | 0,3  | 0     | 0,1          | 0,3  |  |
| 2 завтрак          | 1/0     | сок фруктовый                           | 100          | 1                | 0,2     | 20,2         | 168,33   | 14                        | 2,8  | 0,02  | 0,02         | 4    |  |
| Итого за 2 завтрак |         |                                         | 100          | 1                | 0,2     | 20,2         | 168,33   | 14                        | 2,8  | 0,02  | 0,02         | 4    |  |
| обед               | 34/1    | Салат из отварного картофеля с зеленым  | 30           | 0,5              | 2,5     | 4,1          | 40       | 8,9                       | 0,3  | 0     | 0            | 2,5  |  |
|                    | 5/2     | Свекольник со сметаной                  | 150          | 1,3              | 3,3     | 10,3         | 70       | 23,8                      | 0,8  | 0     | 0            | 4,1  |  |
|                    | 22/8    | Фрикадельки из мяса говядины            | 60           | 9,1              | 9,6     | 4,5          | 141      | 21,5                      | 1,1  | 0     | 0,1          | 0,1  |  |
|                    | 8/3     | Капуста тушеная                         | 110          | 2,5              | 2       | 12,8         | 68,2     | 60                        | 0,77 | 0     | 0            | 23   |  |
|                    | 6/10    | Компот из сухофруктов                   | 150          | 0,4              | 0       | 14,9         | 54       | 10,9                      | 0,2  | 0     | 0            | 37,6 |  |
|                    | 7/0     | Хлеб пшеничный                          | 20           | 1,32             | 0,12    | 9,8          | 46,6     | 8,6                       | 0,3  | 0,048 | 0,012        | 0    |  |
| Итого за обед      | 8/0     | Хлеб ржаной                             | 20           | 1,32             | 0,1     | 6,7          | 34,7     | 7                         | 0,76 | 0,03  | 0,01         | 0    |  |
|                    |         |                                         | 540          | 16,44            | 17,62   | 63,1         | 454,5    | 140,7                     | 4,23 | 0,078 | 0,122        | 67,3 |  |
| Полдник            | 10/5    | Запеканка из творога                    | 120          | 20,2             | 12,1    | 19,8         | 270      | 167,1                     | 0,7  | 0,1   | 0,3          | 0,2  |  |
|                    | 7.1/1/7 | Джем                                    | 20           | 0,05             | 0       | 36,4         | 46       | 12                        | 0,04 | 0,14  | 0,2          | 1,9  |  |
| Итого за полдник   | —       | Кисло-молочные продукты в ассортимент.  | 150          | 4,4              | 4,8     | 6            | 87       | 180                       | 0,2  | 0     | 0,2          | 1,1  |  |
|                    |         |                                         | 290          | 24,65            | 16,9    | 62,2         | 403      | 359,1                     | 0,94 | 0,24  | 0,7          | 3,2  |  |
| Итого за 1 день    |         |                                         |              |                  |         |              |          |                           |      |       |              |      |  |

\*Кисломолочный продукт: кефир, ряженка, йогурт

| Прием пищи         | № карты | Наименование блюда                                         | Вес блюда, г | Пищевые вещества |         |              | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |       |        | Витамины, мг |       |  |
|--------------------|---------|------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|----------|---------------------------|-------|--------|--------------|-------|--|
|                    |         |                                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево-ды, г |          | Са                        | Fe    | B1, мг | B2, мг       | C, мг |  |
| Неделя 1           |         |                                                            |              |                  |         |              |          |                           |       |        |              |       |  |
| День2              |         |                                                            |              |                  |         |              |          |                           |       |        |              |       |  |
| завтрак            | 21/2    | Суп молочный с лапшой                                      | 150          | 2,6              | 2,7     | 9,3          | 71       | 66,4                      | 0,2   | 0      | 0,1          | 0,3   |  |
|                    | 3/13    | Батон с сыром 25/8                                         | 33           | 4                | 2,4     | 11,6         | 85       | 82,5                      | 0,08  | 0      | 0            | 0,08  |  |
|                    | 13/10   | Кофейный напиток с молоком                                 | 180          | 2,7              | 2,6     | 12           | 80       | 95,3                      | 0,1   | 0      | 0,1          | 0,5   |  |
| Итого за завтрак   |         |                                                            | 363          | 9,3              | 7,7     | 32,9         | 236      | 244,2                     | 0,38  | 0      | 0,2          | 0,88  |  |
| 2 завтрак          | 2/0     | фрукты в ассортименте **                                   | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8          | 47       | 17                        | 2,2   | 0,026  | 0,02         | 10    |  |
| Итого за 2 завтрак |         |                                                            | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8          | 47       | 17                        | 2,2   | 0,026  | 0,02         | 10    |  |
| обед               | 9/2     | Рассольник со сметаной                                     | 150          | 1,1              | 2       | 7,8          | 51       | 12,6                      | 0,4   | 0      | 0            | 2,8   |  |
|                    | 4/1     | Салат из капусты с кукурузой и луком с маслом растительным | 30           | 0,5              | 2       | 3,6          | 32       | 11                        | 0,1   | 0      | 0            | 9     |  |
|                    | 25/8    | Печень в молочном соусе                                    | 60           | 8                | 4,4     | 3            | 84       | 32,5                      | 2,5   | 0,12   | 0,78         | 5,52  |  |
|                    | 45/3    | Каша рисовая рассыпчатая                                   | 110          | 2,6              | 2,4     | 28,38        | 144      | 6,3                       | 0,44  | 0      | 0            | 0     |  |
|                    | 1/10    | Компот из яблок и кураги                                   | 150          | 0,2              | 0       | 14,5         | 53       | 5,6                       | 0,1   | 0      | 0            | 37,6  |  |
|                    | 7/0     | Хлеб пшеничный                                             | 20           | 1,32             | 0,12    | 9,8          | 46,6     | 8,6                       | 0,3   | 0,048  | 0,012        | 0     |  |
| Итого за обед      |         |                                                            | 540          | 15,04            | 11,02   | 73,78        | 445,3    | 83,6                      | 4,6   | 0,198  | 0,802        | 54,92 |  |
| Полдник            | 7/7     | Запеканка из рыбы с морковью                               | 80           | 9,2              | 1,6     | 6,4          | 72       | 31,3                      | 7     | 0,1    | 0,1          | 0,9   |  |
|                    | 11/10   | Чай с лимоном                                              | 150          | 0,1              | 0       | 6,8          | 27       | 1,5                       | 0     | 0      | 0            | 0,6   |  |
|                    | 7/0     | Хлеб пшеничный                                             | 15           | 0,99             | 0,09    | 7,38         | 34,98    | 6,43                      | 0,24  | 0,038  | 0,009        | 0     |  |
| Итого за полдник   |         |                                                            | 275          | 11,53            | 3,34    | 33,08        | 204,48   | 44,23                     | 7,57  | 0,248  | 0,219        | 1,5   |  |
| Итого за 2 день    |         |                                                            | 1275         | 36,27            | 22,46   | 149,56       | 932,78   | 389,1                     | 14,75 | 0,472  | 1,241        | 67,3  |  |

Информация СанПин дети от 3 до 7 лет

Содержание, % от калорийности

Соотношение Б:Ж:У 1:0,7:0,8

\*\*Фрукт: яблоки, бананы, апельсины.

\*\*\*Кондитерские изделия: пряники, печенье, вафли

| Прием пищи         | № карты | Наименование блюда                      | Вес блюда, г | Пищевые вещества |         |              | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |      |       | Витамины, мг |       |  |
|--------------------|---------|-----------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|----------|---------------------------|------|-------|--------------|-------|--|
|                    |         |                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево-ды, г |          | Са                        | Fe   | В1,мг | В2,мг        | С,мг  |  |
| Неделя 1           |         |                                         |              |                  |         |              |          |                           |      |       |              |       |  |
| День3              |         |                                         |              |                  |         |              |          |                           |      |       |              |       |  |
| завтрак            | 19/4    | Каша молочная ассорти                   | 150          | 4,5              | 4,5     | 21,3         | 141      | 87,9                      | 0,5  | 0,1   | 0,1          | 0,4   |  |
|                    |         | (пшенич-кукур.) с маслом слив           |              |                  |         |              |          |                           |      |       |              |       |  |
|                    | 1/13    | Батон с маслом 25/4                     | 29           | 1,8              | 3,7     | 11,4         | 87,2     | 1,16                      | 0    | 0     | 0            | 0     |  |
|                    | 14/10   | Какао с молоком                         | 180          | 3,5              | 3,1     | 22,1         | 121      | 100,6                     | 1    | 0     | 0,1          | 0,5   |  |
| Итого за завтрак   |         |                                         | 359          | 9,8              | 11,3    | 54,8         | 349,2    | 189,66                    | 1,5  | 0,1   | 0,2          | 0,9   |  |
| 2 завтрак          | 1/0     | Сок                                     | 100          | 1                | 0,2     | 20,2         | 168,33   | 14                        | 2,8  | 0,02  | 0,02         | 4     |  |
| Итого за 2 завтрак |         |                                         | 100          | 1                | 0,2     | 20,2         | 168,33   | 14                        | 2,8  | 0,02  | 0,02         | 4     |  |
| обед               | 31/2    | Суп крестьянский с крупой и со сметаной | 150          | 1,4              | 3,3     | 8,8          | 66       | 19,3                      | 0,4  | 0     | 0            | 4,8   |  |
|                    | 1/1     | Горошек зеленый                         | 30           | 0,9              | 1,1     | 3,4          | 22       | 6,2                       | 0,2  | 0     | 0            | 2,9   |  |
|                    | 5/9     | Биточки (котлеты) из мяса кур           | 60           | 10,8             | 8,8     | 9,1          | 158      | 25,4                      | 0,9  | 0     | 0,1          | 0,2   |  |
|                    | 3/3     | Картофельное пюре                       | 110          | 2,6              | 3,5     | 17,4         | 114      | 31,4                      | 0,07 | 0,1   | 0,08         | 9,08  |  |
|                    | 4/10    | Компот из кураги и изюма                | 150          | 0,2              | 0       | 14,5         | 53       | 5,6                       | 0,1  | 0     | 0            | 37,6  |  |
|                    | 7/0     | Хлеб пшеничный                          | 20           | 1,32             | 0,12    | 9,8          | 46,6     | 8,6                       | 0,3  | 0,048 | 0,012        | 0     |  |
|                    | 8/0     | Хлеб ржаной                             | 20           | 1,32             | 0,1     | 6,7          | 34,7     | 7                         | 0,76 | 0,03  | 0,01         | 0     |  |
| Итого за обед      |         |                                         | 540          | 18,54            | 16,92   | 69,7         | 494,3    | 103,5                     | 2,73 | 0,178 | 0,202        | 54,58 |  |
| Полдник            | 3/5     | Лапшевник с творогом                    | 120          | 9,7              | 7,8     | 30,6         | 229      | 61,3                      | 0,8  | 0,1   | 0,1          | 0,1   |  |
|                    | 2/11    | Соус молочный сладкий                   | 30           | 0,7              | 1,4     | 4,5          | 33       | 25                        | 0,06 | 0     | 0            | 0,12  |  |
|                    | 12/10   | Чай с молоком                           | 150          | 1,1              | 1,1     | 8,4          | 46       | 39,8                      | 0,1  | 0     | 0            | 0,2   |  |
| Итого за полдник   |         |                                         | 300          | 11,5             | 10,3    | 43,5         | 308      | 126,1                     | 0,96 | 0,1   | 0,1          | 0,42  |  |
| Итого за 3 день    |         |                                         |              |                  |         |              |          |                           |      |       |              |       |  |

**Итого за 3 День**      **1299**      **40,84**      **38,72**      **188,2**      **1319,83**      **433,3**      **7,99**      **0,398**      **0,522**      **59,9**

Информация Санпин дети от 3 до 7 лет      <sup>42</sup>      <sup>47</sup>      <sup>203</sup>      <sup>1400</sup>      <sup>800</sup>      <sup>10</sup>      <sup>0,8</sup>      <sup>0,9</sup>      <sup>45</sup>

Соотношение Б:Ж:У 1:1:0,8

| Прием пищи         | № карты       | Наименование блюда                      | Вес блюда, г | Пищевые вещества |         |               | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |      | Витамины, мг |        |       |
|--------------------|---------------|-----------------------------------------|--------------|------------------|---------|---------------|----------|---------------------------|------|--------------|--------|-------|
|                    |               |                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево- ды, г |          | Са                        | Fe   | B1, мг       | B2, мг | C, мг |
| Неделя 1           |               |                                         |              |                  |         |               |          |                           |      |              |        |       |
| День 4             |               |                                         |              |                  |         |               |          |                           |      |              |        |       |
| завтрак            | 4/6           | Омлет с картофелем (запечённый)         | 140          | 8,9              | 6,8     | 12,2          | 144      | 70,2                      | 1,8  | 0,14         | 0,28   | 1,4   |
|                    | 13/10         | Кофейный напиток с молоком              | 180          | 2,7              | 2,6     | 12            | 80       | 95,3                      | 0,1  | 0            | 0,1    | 0,5   |
|                    | 1/13          | Батон с сыром 25/8                      | 33           | 4                | 2,4     | 11,6          | 85       | 82,5                      | 0,08 | 0            | 0      | 0,08  |
| Итого за завтрак   |               |                                         | 353          | 15,6             | 11,8    | 35,8          | 309      | 248                       | 1,98 | 0,14         | 0,38   | 1,98  |
| 2 завтрак          | 2/0           | фрукты в ассортименте **                | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8           | 47       | 17                        | 2,2  | 0,026        | 0,02   | 10    |
| Итого за 2 завтрак |               |                                         | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8           | 47       | 17                        | 2,2  | 0,026        | 0,02   | 10    |
| обед               | 6/2           | Щи со сметаной                          | 150          | 1,1              | 1,9     | 5,6           | 40       | 24,6                      | 0,4  | 0            | 0      | 8,1   |
|                    | 14/1          | Салат из свежих огурцов с раст.         | 30           | 0,2              | 3       | 1             | 30       | 6,8                       | 0,2  | 0            | 0      | 2,7   |
|                    | 12/8          | Гуляш из отварного мяса говядины        | 60           | 8,8              | 9,3     | 2,2           | 128      | 0,7                       | 1,3  | 0            | 0,07   | 0     |
|                    | 4/9           | Каша гречневая рассып. с овощами        | 110          | 6,3              | 5       | 33,5          | 182      | 17,4                      | 3,1  | 0,17         | 0,08   | 0,67  |
|                    | 2/10          | Компот из яблок и изюма                 | 150          | 0,2              | 0       | 14,5          | 54       | 4,5                       | 0,1  | 0            | 0      | 37,5  |
|                    | 7/0           | Хлеб пшеничный                          | 20           | 1,32             | 0,12    | 9,8           | 46,6     | 8,6                       | 0,3  | 0,048        | 0,012  | 0     |
|                    | 8/0           | Хлеб ржаной                             | 20           | 1,32             | 0,1     | 6,7           | 34,7     | 7                         | 0,76 | 0,03         | 0,01   | 0     |
|                    | Итого за обед |                                         |              | 540              | 19,24   | 19,42         | 73,3     | 515,3                     | 69,6 | 6,16         | 0,248  | 0,172 |
| Полдник            | 2/7           | Рыба отварная под маринадом             | 120          | 10,5             | 8,2     | 8,8           | 143      | 39,9                      | 0,9  | 0,01         | 0,01   | 2     |
|                    | 11/10         | Чай с лимоном                           | 150          | 0,1              | 0       | 6,8           | 27       | 1,5                       | 0    | 0            | 0      | 0,6   |
|                    | -             | Кондитерские изделия в ассортименте *** | 30           | 1,24             | 1,65    | 12,5          | 70,5     | 5                         | 0,33 | 1,5          | 0,8    | 0     |
| Итого за полдник   |               |                                         | 15           | 0,99             | 0,09    | 7,38          | 34,98    | 6,43                      | 0,24 | 0,038        | 0,009  | 0     |
| Итого за полдник   |               |                                         | 315          | 12,83            | 9,94    | 35,48         | 275,48   | 52,83                     | 1,47 | 1,548        | 0,819  | 2,6   |

Информация СанПин дети от 3 до 7 лет

Содержание, % от калорийности

Соотношение Б:Ж:У 0,9:0,7:0,8

\*\*Фрукт: яблоки, бананы, апельсин.

\*\*\*Кондитерские изделия: пряники, печенье, вафли

| Прием пищи         | № карты | Наименование блюда                  | Вес блюда, г | Пищевые вещества |         |              | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |      |       | Витамины, мг |      |  |
|--------------------|---------|-------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|----------|---------------------------|------|-------|--------------|------|--|
|                    |         |                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево-ды, г |          | Са                        | Fe   | B1,мг | B2,мг        | C,мг |  |
| Неделя 1           |         |                                     |              |                  |         |              |          |                           |      |       |              |      |  |
| День 5             |         |                                     |              |                  |         |              |          |                           |      |       |              |      |  |
| завтрак            | 8/4     | Каша геркулесовая молочная с маслом | 150          | 4,8              | 5,6     | 21,9         | 151      | 78,5                      | 0,9  | 0,1   | 0,1          | 0,3  |  |
|                    |         | Какао с молоком                     | 180          | 3,5              | 3,1     | 22,1         | 121      | 100,6                     | 1    | 0     | 0,1          | 0,5  |  |
|                    | 3/13    | Батон с сыром 25/8                  | 33           | 4                | 2,4     | 11,6         | 85       | 82,5                      | 0,08 | 0     | 0            | 0,08 |  |
| Итого за завтрак   |         |                                     | 363          | 12,3             | 11,1    | 55,6         | 357      | 261,6                     | 1,98 | 0,1   | 0,2          | 0,88 |  |
| 2 завтрак          | 1/0     | Сок                                 | 100          | 1                | 0,2     | 20,2         | 168,33   | 14                        | 2,8  | 0,02  | 0,02         | 4    |  |
| Итого за 2 завтрак |         |                                     | 100          | 1                | 0,2     | 20,2         | 168,33   | 14                        | 2,8  | 0,02  | 0,02         | 4    |  |
| обед               | 25/2    | Суп- пюре из картофеля              | 150          | 1,8              | 2       | 9,6          | 61       | 39,8                      | 0,4  | 0     | 0,1          | 3,6  |  |
|                    | 11/1    | Салат из моркови с яблоками         | 30           | 0,3              | 2       | 3,6          | 31       | 6,8                       | 0,3  | 0     | 0            | 1,6  |  |
|                    | 27/8    | Кнедли мясные паровые 8.27/8        | 60           | 9,9              | 9,8     | 3,7          | 142      | 35,8                      | 1,3  | 0     | 0,1          | 0,1  |  |
|                    | 16/3    | Свежая тушёная в сметанном соусе    | 110          | 2,1              | 2,3     | 14,1         | 72,8     | 45,7                      | 1,5  | 0     | 0,08         | 4,8  |  |
|                    | 15/10   | Напиток из шиповника                | 150          | 0,2              | 0,1     | 13,6         | 49       | 3,1                       | 0,2  | 0     | 0            | 66,8 |  |
|                    | 7/0     | Гренки                              | 20           | 1,32             | 0,12    | 9,8          | 46,6     | 8,6                       | 0,3  | 0,048 | 0,012        | 0    |  |
|                    | 8/0     | Хлеб ржаной                         | 20           | 1,32             | 0,1     | 6,7          | 34,7     | 7                         | 0,76 | 0,03  | 0,01         | 0    |  |
| Итого за обед      |         |                                     | 540          | 22,3             | 20,54   | 76,75        | 545,2    | 183,16                    | 5,84 | 0,2   | 0,325        | 11,8 |  |
| Полдник            | 36/3    | Картофель в молоке                  | 130          | 2,9              | 3,4     | 17,5         | 109      | 56,2                      | 0,9  | 0,01  | 0,01         | 7,7  |  |
|                    | 8/12    | Сдоба обыкновенная                  | 30           | 2,6              | 2       | 16,9         | 94       | 15                        | 0,3  | 0     | 0            | 0    |  |
|                    | 10/10   | Чай                                 | 150          | 0                | 0       | 6,8          | 26       | 0,2                       | 0    | 0     | 0            | 0    |  |
| Итого за полдник   |         |                                     | 310          | 5,5              | 5,4     | 41,2         | 229      | 71,4                      | 1,2  | 0,01  | 0,01         | 7,7  |  |

**Итого за 5 День**

Информация СанПин дети от 3 до 7 лет

Содержание, % от калорийности

Соотношение Б:Ж:У 0,9:0,8:0,7

**1313**

**41,1**  
42

**37,24**  
47

**193,75**  
203

**1299,53**  
1400

**530,2**  
800

**11,82**  
10

**0,33**  
0,8

**0,555**  
0,9

**24,38**  
45

| Прием пищи         | № карты       | Наименование блюда                     | Вес блюда, г | Пищевые вещества |         |              | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |      | Витамины, мг |        |       |
|--------------------|---------------|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|----------|---------------------------|------|--------------|--------|-------|
|                    |               |                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево-ды, г |          | Са                        | Fe   | В-           | В1, мг | С, мг |
| Неделя 2           |               |                                        |              |                  |         |              |          |                           |      |              |        |       |
| День1              |               |                                        |              |                  |         |              |          |                           |      |              |        |       |
| завтрак            | 2,4           | Каша гречневая молочная с маслом       | 150          | 5,4              | 5       | 25,2         | 155      | 78,6                      | 2    | 0,1          | 0,1    | 0,3   |
|                    | 13/10         | Кофейный напиток с молоком             | 180          | 2,7              | 2,6     | 12           | 80       | 95,3                      | 0,1  | 0            | 0,1    | 0,5   |
|                    | 1/13          | Батон с маслом 25/4                    | 29           | 1,8              | 3,7     | 11,4         | 87,2     | 1,16                      | 0    | 0            | 0      | 0     |
| Итого за завтрак   |               |                                        | 359          | 9,9              | 11,3    | 48,6         | 322,2    | 175,06                    | 2,1  | 0,1          | 0,2    | 0,8   |
| 2 завтрак          | 1/0           | Сок                                    | 100          | 1                | 0,2     | 20,2         | 168,33   | 14                        | 2,8  | 0,02         | 0,02   | 4     |
| Итого за 2 завтрак |               |                                        | 100          | 1                | 0,2     | 20,2         | 168,33   | 14                        | 2,8  | 0,02         | 0,02   | 4     |
| обед               | 20/2          | Суп лапша на курином бульоне           | 150          | 1                | 2,1     | 9            | 58       | 7,7                       | 0,3  | 0            | 0      | 0,3   |
|                    | 12/1          | Салат из моркови с изюмом              | 30           | 0,4              | 1,5     | 6,6          | 38       | 6                         | 0,2  | 0            | 0      | 1     |
|                    | 8/9           | Суфле из мяса кур паровое              | 50           | 9,9              | 11,4    | 2,3          | 151      | 36,8                      | 0,8  | 0            | 0,1    | 0,2   |
|                    | 7/3           | Капуста отварная с маслом              | 110          | 2                | 2,8     | 6,6          | 51,6     | 54,6                      | 0,67 | 0            | 0      | 10,7  |
|                    | 6/10          | Компот из сухофруктов                  | 150          | 0,4              | 0       | 14,9         | 54       | 10,9                      | 0,2  | 0            | 0      | 37,6  |
|                    | 7/0           | Хлеб пшеничный                         | 20           | 1,32             | 0,12    | 9,8          | 46,6     | 8,6                       | 0,3  | 0,048        | 0,012  | 0     |
|                    | 8/0           | Хлеб ржаной                            | 20           | 1,32             | 0,1     | 6,7          | 34,7     | 7                         | 0,76 | 0,03         | 0,01   | 0     |
|                    | Итого за обед |                                        | 530          | 16,34            | 18,02   | 55,9         | 433,9    | 131,6                     | 3,23 | 0,078        | 0,122  | 49,8  |
| Полдник            | 16/5          | Запеканка из творога с яблоками        | 100          | 13,3             | 11,4    | 18,2         | 227      | 112,6                     | 0,9  | 0            | 0,2    | 1,1   |
|                    | 17/0          | Молоко стуженое                        | 20           | 1,15             | 1,3     | 8,9          | 52,4     | 49                        | 0,02 | 0,008        | 0,046  | 0,12  |
|                    | -             | Кисло-молочные продукты в ассортимент. | 150          | 4,4              | 4,8     | 6            | 87       | 180                       | 0,2  | 0            | 0,2    | 1,1   |
| Итого за полдник   |               |                                        | 270          | 18,85            | 17,5    | 33,1         | 366,4    | 341,6                     | 1,12 | 0,008        | 0,446  | 2,32  |
| Итого за 1 день    |               |                                        |              |                  |         |              |          |                           |      |              |        |       |

\*\*\*Кондитерские изделия: пряники, печенье, вафли

\*Кисломолочный продукт: кефир, ряженка, йогурт

| Прием пищи         | № карты     | Наименование блюда                 | Вес блюда, г | Пищевые вещества |         |              | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |       |       | Витамины, мг |      |  |
|--------------------|-------------|------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|----------|---------------------------|-------|-------|--------------|------|--|
|                    |             |                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево-ды, г |          | Са                        | Fe    | B1,мг | B2,мг        | C,мг |  |
| Неделя 2           |             |                                    |              |                  |         |              |          |                           |       |       |              |      |  |
| День 2             |             |                                    |              |                  |         |              |          |                           |       |       |              |      |  |
| завтрак            | 16/4        | Каша молочная ассорти(рис,пшено) с | 150          | 3,7              | 4,4     | 19,8         | 132      | 86,2                      | 0,4   | 0,1   | 0,1          | 0,4  |  |
|                    | 1/13        | Батон с маслом 25/4                | 29           | 1,8              | 3,7     | 11,4         | 87,2     | 1,16                      | 0     | 0     | 0            | 0    |  |
|                    | 14/10       | Какао с молоком                    | 180          | 3,5              | 3,1     | 22,1         | 121      | 100,6                     | 1     | 0     | 0,1          | 0,5  |  |
| Итого за завтрак   |             |                                    | 359          | 9                | 11,2    | 53,3         | 340,2    | 187,96                    | 1,4   | 0,1   | 0,2          | 0,9  |  |
| 2 завтрак          | 2/0         | фрукты в ассортименте **           | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8          | 47       | 17                        | 2,2   | 0,026 | 0,02         | 10   |  |
| Итого за 2 завтрак |             |                                    | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8          | 47       | 17                        | 2,2   | 0,026 | 0,02         | 10   |  |
| обед               | 29/2        | Суп пюре гороховый                 | 150          | 3,9              | 1,3     | 13,1         | 72       | 24,5                      | 1,2   | 0,1   | 0            | 0,4  |  |
|                    | 5,7         | Рыба жаренная                      | 60           | 10               | 1,7     | 2,2          | 64       | 23,9                      | 0,5   | 0,1   | 0,1          | 0,2  |  |
|                    | 4/3         | Картофельное пюре с морковью       | 110          | 2                | 3,05    | 14,1         | 86       | 32,3                      | 0,8   | 0,08  | 0,08         | 6    |  |
|                    | 7/1         | Салат из капусты с огурцами        | 30           | 0,3              | 2       | 1,3          | 23       | 9,8                       | 0,1   | 0     | 0            | 7,4  |  |
|                    | 4/10        | Компот из кураги и изюма           | 150          | 0,2              | 0       | 14,5         | 53       | 5,6                       | 0,1   | 0     | 0            | 37,6 |  |
| Итого за обед      | Гренки      | 25                                 | 1,65         | 0,15             | 12,3    | 58,3         | 10,72    | 0,4                       | 0,06  | 0,015 | 0            |      |  |
|                    | Хлеб ржаной | 20                                 | 1,32         | 0,1              | 6,7     | 34,7         | 7        | 0,76                      | 0,03  | 0,01  | 0            |      |  |
|                    | 545         | 19,37                              | 8,3          | 64,2             | 391     | 113,82       | 3,86     | 0,37                      | 0,205 | 51,6  |              |      |  |
| Полдник            | 43/3        | Макаронные изделия отварные        |              |                  |         |              |          |                           |       |       |              |      |  |
|                    |             | с сыром                            | 100          | 4,9              | 3,8     | 21,3         | 137      | 63                        | 0,5   | 0     | 0            | 0    |  |
|                    | 40/8        | Сосиски отварные                   | 60           | 5,6              | 9       | 0,48         | 105,6    | 12                        | 0,84  | 0     | 0,06         | 0    |  |
| Итого за полдник   | 11/10       | Чай с лимоном                      | 150          | 0,1              | 0       | 6,8          | 27       | 1,5                       | 0     | 0     | 0            | 0,6  |  |
|                    | 370         | 17,1                               | 19,7         | 36,68            | 388,99  | 309,9        | 1,67     | 0,17                      | 0,41  | 2,34  |              |      |  |
| Итого за 2 день    |             |                                    |              |                  |         |              |          |                           |       |       |              |      |  |

Информация СанПин дети от 3 до 7 лет

Содержание, % от калорийности

Соотношение Б:Ж:У 0,7:0,6:0,7

\*\*Фрукты: яблоки, бананы, апельсины.

| Прием пищи         | № карты | Наименование блюда                     | Вес блюда, г | Пищевые вещества |         |               | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |      | Витамины, мг |       |       |
|--------------------|---------|----------------------------------------|--------------|------------------|---------|---------------|----------|---------------------------|------|--------------|-------|-------|
|                    |         |                                        |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево- Ды, г |          | Са                        | Fe   | В1,мг        | В2,мг | С,мг  |
| Неделя 2           |         |                                        |              |                  |         |               |          |                           |      |              |       |       |
| День3              |         |                                        |              |                  |         |               |          |                           |      |              |       |       |
| завтрак            | 22/2    | Суп молочный с крупой                  | 150          | 2,6              | 3,1     | 10,9          | 81       | 81,4                      | 0,2  | 0            | 0,1   | 0,4   |
|                    | 13/10   | Кофейный напиток с молоком             | 180          | 2,7              | 2,6     | 12            | 80       | 95,3                      | 0,1  | 0            | 0,1   | 0,5   |
|                    | 1/13    | Батон с маслом 25/4                    | 29           | 1,8              | 3,7     | 11,4          | 87,2     | 1,16                      | 0    | -0           | 0     | 0     |
| Итого за завтрак   |         |                                        | 359          | 7,1              | 9,4     | 34,3          | 248,2    | 177,86                    | 0,3  | 0            | 0,2   | 0,9   |
| 2 завтрак          | 1/0     | сок фруктовый                          | 100          | 1                | 0,2     | 20,2          | 168,33   | 14                        | 2,8  | 0,02         | 0,02  | 4     |
| Итого за 2 завтрак |         |                                        | 100          | 1                | 0,2     | 20,2          | 168,33   | 14                        | 2,8  | 0,02         | 0,02  | 4     |
| обед               | 2/2     | Борщ со сметаной                       | 150          | 1,3              | 3,2     | 7,6           | 60       | 25,1                      | 0,6  | 0            | 0     | 6,5   |
|                    | 15/1    | Салат из свежих помидор с раст. маслом | 30           | 0,3              | 3       | 1,4           | 33       | 4,3                       | 0,2  | 0            | 0     | 6,7   |
|                    | 4/8     | Плов из мяса говядины                  | 150          | 11,1             | 12,4    | 27,5          | 261      | 16                        | 1,65 | 0,1          | 0,1   | 0,75  |
|                    | 7/10    | Компот из сухофруктов и шиповника      | 150          | 0,3              | 0,1     | 15            | 54       | 7,6                       | 0,2  | 0            | 0     | 52,6  |
|                    | 7/0     | Хлеб пшеничный                         | 20           | 1,32             | 0,12    | 9,8           | 46,6     | 8,6                       | 0,3  | 0,048        | 0,012 | 0     |
|                    | 8/0     | Хлеб ржаной                            | 25           | 1,65             | 0,3     | 8,35          | 43,4     | 8,75                      | 0,96 | 0,04         | 0,01  | 0     |
| Итого за обед      |         |                                        | 525          | 15,97            | 19,12   | 69,65         | 498      | 70,35                     | 3,91 | 0,188        | 0,122 | 66,55 |
| Полдник            | 19/5    | Суфле творожное                        | 120          | 17,7             | 14,5    | 16,7          | 269      | 163,1                     | 0,7  | 0            | 0,3   | 0,3   |
|                    | 17/0    | Молоко стухшее                         | 15           | 0,86             | 1       | 6,7           | 39,3     | 36,8                      | 0,02 | 0,008        | 0,046 | 0,12  |
|                    | 10/10   | Чай                                    | 150          | 0                | 0       | 6,8           | 26       | 0,2                       | 0    | 0            | 0     | 0     |
| Итого за полдник   |         |                                        | 285          | 18,56            | 15,5    | 30,2          | 334,3    | 200,1                     | 0,72 | 0,008        | 0,346 | 0,42  |

Итого за 3 день

# Итого за 3 день

Информация СанПин дети от 3 до 7 лет

Содержание, % от калорийности

Соотношение Б:Ж:У 0,8:0,8:0,9

1269 42,63 44,22 154,35 1248,83 462,3 7,73 0,216 0,688 71,87

42

47

203

1400

800

10

0,8

0,9

45

| Прием пищи         | № карты | Наименование блюда                                | Вес блюда, г | Пищевые вещества |         |              | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |      | Витамины, мг |        |       |
|--------------------|---------|---------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|----------|---------------------------|------|--------------|--------|-------|
|                    |         |                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево-ды, г |          | Са                        | Fe   | B1, мг       | B2, мг | C, мг |
| Неделя 2           |         |                                                   |              |                  |         |              |          |                           |      |              |        |       |
| День 4             |         |                                                   |              |                  |         |              |          |                           |      |              |        |       |
| завтрак            | 2/6     | Омлет запеченный или паровой                      | 100          | 9,8              | 13,1    | 1,7          | 164      | 68,9                      | 1,7  | 0            | 0,3    | 0,1   |
|                    | —       | Икра кабачковая                                   | 40           | 0,76             | 2,8     | 2,8          | 36       | 16,4                      | 0,28 | 0,01         | 0,02   | 2,8   |
|                    | 14/10   | Какао с молоком                                   | 180          | 3,5              | 3,1     | 22,1         | 121      | 100,6                     | 1    | 0            | 0,1    | 0,5   |
|                    | 3/13    | Батон с сыром 25/8                                | 33           | 4                | 2,4     | 11,6         | 85       | 82,5                      | 0,08 | 0            | 0      | 0,08  |
| Итого за завтрак   |         |                                                   | 353          | 18,06            | 21,4    | 38,2         | 406      | 268,4                     | 3,06 | 0,01         | 0,42   | 3,4   |
| 2 завтрак          | 2/0     | фрукты в ассортименте **                          | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8          | 47       | 17                        | 2,2  | 0,026        | 0,02   | 10    |
| Итого за 2 завтрак |         |                                                   | 100          | 0,4              | 0,4     | 9,8          | 47       | 17                        | 2,2  | 0,026        | 0,02   | 10    |
| обед               | 8/2     | Щи из свежей капусты (вегетарианские) со сметаной | 150          | 1,2              | 1,9     | 6            | 42       | 25,7                      | 0,4  | 0            | 0      | 8,3   |
|                    | 24/1    | Салат из отварной свеклы с яблоками               | 30           | 0,3              | 2,5     | 4,1          | 37       | 8,2                       | 0,4  | 0            | 0      | 0,9   |
|                    | 3/7     | Рыба припущенная с молоком и                      | 70           | 8                | 1,8     | 2,1          | 5,5      | 40,4                      | 0,4  | 0            | 0,1    | 0,4   |
|                    | 1/3     | Картофель отварной                                | 110          | 2,1              | 3       | 17,4         | 102,4    | 13,5                      | 0,9  | 0,08         | 0,08   | 4,4   |
|                    | 1/10    | Компот из яблок и кураги                          | 150          | 0,2              | 0       | 14,5         | 53       | 5,6                       | 0,1  | 0            | 0      | 37,6  |
|                    |         | Хлеб пшеничный                                    | 20           | 1,32             | 0,12    | 9,8          | 46,6     | 8,6                       | 0,3  | 0,01         | 0,012  | 0     |
| Итого за обед      |         | Хлеб ржаной                                       | 20           | 1,32             | 0,1     | 6,7          | 34,7     | 7                         | 0,76 | 0,03         | 0,01   | 0     |
|                    |         |                                                   | 550          | 14,44            | 9,42    | 60,6         | 321,2    | 109                       | 3,26 | 0,12         | 0,202  | 51,6  |
|                    |         |                                                   |              |                  |         |              |          |                           |      |              |        |       |
| Полдник            | 18/3    | Рагу из овощей                                    | 150          | 2,3              | 3,7     | 16           | 97       | 34,2                      | 0,9  | 0,1          | 0,1    | 10,6  |
|                    | 6/12    | Ватрушка со сметаной                              | 35           | 3                | 4,5     | 17,2         | 120      | 21,6                      | 0,3  | 0            | 0      | 0,1   |
|                    | —       | Молоко кипяченое                                  | 150          | 4,3              | 4,5     | 6,8          | 84       | 167,1                     | 0,1  | 0            | 0,2    | 0,8   |
| Итого за полдник   |         |                                                   | 335          | 9,6              | 12,7    | 40           | 301      | 222,9                     | 1,3  | 0,1          | 0,3    | 11,5  |
| Итого за 4 день    |         |                                                   |              |                  |         |              |          |                           |      |              |        |       |

\*\*Фрукты: яблоки, бананы, апельсины.

| Прием пищи         | № карты       | Наименование блюда                                      | Вес блюда, г | Пищевые вещества |         |              | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы (мг) |      |       | Витамины, мг |      |  |
|--------------------|---------------|---------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|--------------|----------|---------------------------|------|-------|--------------|------|--|
|                    |               |                                                         |              | Белки, г         | Жиры, г | Углево-ды, г |          | Са                        | Fe   | B1,мг | B2,мг        | C,мг |  |
| Неделя 2           |               |                                                         |              |                  |         |              |          |                           |      |       |              |      |  |
| День 5             |               |                                                         |              |                  |         |              |          |                           |      |       |              |      |  |
| завтрак            | 12/4          | Каша пшенная с яблоками                                 | 150          | 5                | 4,6     | 28,2         | 169      | 78,2                      | 0,1  | 0,1   | 0,1          | 1,8  |  |
|                    | 13/10         | Кофейный напиток с молоком                              | 180          | 2,7              | 2,6     | 12           | 80       | 95,3                      | 0,1  | 0     | 0,1          | 0,5  |  |
|                    | 4/13          | Батон с сыром 25/8                                      | 33           | 4                | 2,4     | 11,6         | 85       | 82,5                      | 0,08 | 0     | 0            | 0,08 |  |
| Итого за завтрак   |               |                                                         | 363          | 11,7             | 9,6     | 51,8         | 334      | 256                       | 0,28 | 0,1   | 0,2          | 2,38 |  |
| 2 завтрак          | 1/0           | Сок                                                     | 1            | 0,2              | 20,2    | 168,33       | 14       | 2,8                       | 0,02 | 0,02  | 4            | 12,5 |  |
| Итого за 2 завтрак |               |                                                         | 1            | 0,2              | 20,2    | 168,33       | 14       | 2,8                       | 0,02 | 0,02  | 4            | 12,5 |  |
| обед               | 10/2          | Рассольник домашний со сметаной                         | 150          | 1,4              | 3,3     | 9,4          | 69       | 19,2                      | 0,6  | 0     | 0            | 6,3  |  |
|                    | —             | Соленый огурчик                                         | 30           | 0,24             | 0,03    | 0,51         | 3,9      | 6,9                       | 0,18 | 0     | 0            | 1,5  |  |
|                    | 36/8          | Запеканка картоф.,фаршированная отварным мясом говядины | 150          | 11,5             | 10,5    | 23,1         | 227      | 21,9                      | 2,4  | 0,1   | 0,1          | 10,8 |  |
|                    | 1/11          | Соус молочный                                           | 30           | 0,36             | 2,16    | 1,32         | 26,4     | 7,74                      | 0,06 | 0     | 0            | 0    |  |
|                    | 2/10          | Компот из яблок и изюма                                 | 150          | 0,2              | 0       | 14,5         | 54       | 4,5                       | 0,1  | 0     | 0            | 37,5 |  |
|                    | 7/0           | Хлеб пшеничный                                          | 20           | 1,32             | 0,12    | 9,8          | 46,6     | 8,6                       | 0,3  | 0,048 | 0,012        | 0    |  |
|                    | 8/0           | Хлеб ржаной                                             | 20           | 1,32             | 0,1     | 6,7          | 34,7     | 7                         | 0,76 | 0,03  | 0,01         | 0    |  |
|                    | Итого за обед |                                                         | 550          | 16,34            | 16,21   | 65,33        | 461,6    | 75,84                     | 4,4  | 0,178 | 0,122        | 56,1 |  |
| Подлник            | 36/3          | Гарнир овощной сборный                                  | 100          | 2,6              | 2,6     | 13,1         | 79       | 42,2                      | 0,6  | 0,1   | 0,1          | 4,5  |  |
|                    | 12/10         | Чай с молоком                                           | 150          | 1,1              | 1,1     | 8,4          | 46       | 39,8                      | 0,1  | 0     | 0            | 0,2  |  |
|                    | 7/0           | Хлеб пшеничный                                          | 15           | 0,99             | 0,09    | 7,38         | 34,98    | 6,43                      | 0,24 | 0,038 | 0,009        | 0    |  |
|                    |               |                                                         | 40           | 1,9              | 2,2     | 16,7         | 134      | 6,7                       | 0,45 | 0,15  | 0,15         | 0    |  |
| Итого за подлник   |               |                                                         | 305          | 6,59             | 5,99    | 45,58        | 293,98   | 95,13                     | 1,39 | 0,288 | 0,259        | 4,7  |  |

### Итого за 5 день

Информация СанПин Дети от 3 до 7 лет

Содержание, % от калорийности

Соотношение Б:Ж:У 0,9:0,7:0,8

\*\*\* Кондитерские изделия: пряники, печенье, вафли

|             |              |           |               |                |              |             |              |              |              |
|-------------|--------------|-----------|---------------|----------------|--------------|-------------|--------------|--------------|--------------|
| <b>1219</b> | <b>34,83</b> | <b>52</b> | <b>331,04</b> | <b>1103,58</b> | <b>429,8</b> | <b>6,09</b> | <b>0,586</b> | <b>4,581</b> | <b>75,68</b> |
|             | 42           | 47        | 203           | 1400           | 800          | 10          | 0,8          | 0,9          | 45           |

Ведомость выполнения норм продуктового набора,  
МБДОУ детского сада № 423. Возраст 1-3 лет. СанПин 2.3/2.4.3590-20

| Наименование<br>продуктов             | Норма сути | норма день | 1 День | 2 День | 3 День | 4 День | 5 День | 6 День | 7 День | 8 День | 9 День | 10 День | Факт. За 10 дн. | Среднее в день | Выполнение, %<br>от суточной<br>нормы |
|---------------------------------------|------------|------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|-----------------|----------------|---------------------------------------|
| Молоко,<br>кисломолочны<br>е продукты | 390        |            | 226    | 155    | 250    | 285    | 238    | 322    | 176    | 157    | 233    | 241     | 2062            | 206            | 52%                                   |
| Творог                                | 30         |            | 108    |        | 30     |        |        | 71,4   |        | 88     |        |         | 297,4           | 29,8           | 100%                                  |
| Сметана                               | 9          |            | 9,8    | 3,8    | 9,8    | 3,8    | 5,5    | 2      |        | 14,8   | 3,8    | 11      | 64,3            | 6,4            | 71%                                   |
| Сыр                                   | 4          |            |        | 8      |        | 8      | 8      |        | 8      |        | 8      | 8       | 48              | 4,8            | 100%                                  |
| Масло                                 | 50         |            | 62,2   | 50     |        | 65,2   | 65,3   |        | 60     | 65,2   |        | 65,2    | 433,1           | 43,3           | 86%                                   |
| Птица                                 | 20         |            |        |        | 86     |        |        | 85     |        |        |        |         | 171             | 17             | 85%                                   |
| Рыба (филе)                           | 32         |            |        | 52     |        | 67     |        |        | 45     |        | 54     |         | 218             | 22             | 69%                                   |
| Яйцо                                  | 1          |            | 0,12   | 1,25   | 0,125  |        | 0,21   | 0,59   | 0,09   | 0,25   | 1,8    | 0,1     | 4,535           | 0,45           | 50%                                   |
| Картофель<br>(нетто)                  | 120        |            | 51     | 90     | 112    | 15     | 135    |        | 66     | 65     | 125    | 169     | 828             | 83             | 70%                                   |
| Овощи (нетто),<br>зелень              | 180        |            | 205    | 79,5   | 64     | 179    | 163    | 185    | 72     | 194    | 128    | 86      | 1355,5          | 135            | 75%                                   |
| Фрукты свежие                         | 95         |            |        | 103    |        | 103    | 5      | 33     | 100    |        | 110    | 54      | 508             | 50             | 50%                                   |
| Фрукты сухие                          | 9          |            | 7,5    | 3,8    | 6,8    | 3,8    | 11,3   | 13,5   | 6,8    | 6,8    | 3,8    | 3,8     | 67,9            | 6,8            | 77%                                   |
| Соки<br>фруктовые                     | 100        |            | 100    |        | 100    |        | 100    | 100    |        | 100    |        | 100     | 600             | 60             | 60%                                   |
| Хлеб ржаной                           | 40         |            | 20     | 20     | 20     | 20     | 20     | 20     | 20     | 20     | 20     | 20      | 200             | 20             | 50%                                   |
| Хлеб<br>пшеничный                     | 60         |            | 54     | 60     | 55     | 60     | 50     | 45     | 54     | 60     | 60     | 45      | 543             | 54             | 90%                                   |
| Крупы,<br>бобовые                     | 30         |            | 24     | 46     | 28     | 50     | 27     | 35     | 37     | 36     | 9      | 30      | 322             | 32             | 100%                                  |
| Макаронные<br>изделия                 | 8          |            |        |        | 36     | 9      |        | 12     | 37     |        |        |         | 94              | 9              | 100%                                  |
| Мука                                  | 25         |            | 11,8   | 3      | 8      | 3      | 26,2   | 2      | 3      | 11,5   |        | 27,7    | 96,2            | 9,6            | 38%                                   |
| Масло<br>сливочное                    | 18         |            | 9,5    | 4      | 16,6   | 10     | 10,9   | 23,7   | 11,8   | 4,6    | 12,8   | 11,7    | 115,6           | 11,5           | 64%                                   |
| Масло<br>растительное                 | 9          |            | 11,6   | 7,8    | 6,9    | 12,5   | 6,4    | 4,3    | 2      | 3      | 3,4    | 3,9     | 61,8            | 6,2            | 69%                                   |
| Кондитерские<br>изделия               | 12         |            | 20     | 30     |        | 30     |        | 20     |        | 20     |        |         | 120             | 12             | 100%                                  |
| Чай                                   | 0,5        |            | 0,2    | 0,2    | 0,2    |        | 0,2    | 0,2    | 0,2    | 0,2    | 0,2    | 0,2     | 1,6             | 0,16           | 100%                                  |
| Какао                                 | 0,5        |            |        |        | 2      |        | 2      |        | 2      |        | 2      |         | 8               | 0,8            | 100%                                  |
| Кофейный<br>напиток                   | 1          |            |        | 1,5    |        | 1,5    |        | 1,5    |        |        |        | 1,5     | 6               | 0,6            | 67%                                   |
| Дрожжи                                | 0,4        |            |        |        |        |        | 0,4    |        |        |        |        | 0,5     |                 | 0,17           | 34%                                   |
| Сахар                                 | 25         |            | 24,5   | 28     | 39,8   | 21     | 33,5   | 33     | 30,1   | 25     | 30     | 32      | 296,9           | 29,6           | 100%                                  |
| Соль                                  | 3          |            | 3,4    | 2,3    | 3,2    | 3,8    | 3      | 2,7    | 2,8    | 2,7    | 2,8    | 1,5     | 28,2            | 4,2            | 100%                                  |