



Утверждаю:
Заведующий МКДОУ
«Детский сад «Ивушка»
М.Г. Чернышова
Приказ № 5 - Од от 10.01.2023г

**ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ
С 9,5 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЛЯ
МКДОУ «ДЕТСКИЙ САД «ИВУШКА» С. ЗАМБЯНЫ»
МО «ЕНОТАЕВСКИЙ РАЙОН»
Период: зимне-весенний**

Разработано по сборнику рецептов
на продукцию для питания детей в
дошкольных образовательных учреждениях
/ под. Редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2015

1 день											
наименование блюда	до 3 - х лет					до 7 лет					
	выход	Пищевые вещества			Ккал	выход	Пищевые вещества			Ккал	№ рецеп- туры
	блюда	белки	жиры	углев		блюда	белки	жиры	углевода		
ЗАВТРАК											
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,31	3,91	14,13	109	180	6,58	4,69	16,96	131	100
Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139	60	6,68	8,45	19,39	180	3
Какао с молоком	160,00	3,26	2,84	14,06	95,00	180	3,67	3,19	15,82	107	413
Итого за прием пищи	355	12,30	13,63	42,75	343,00	420	16,93	16,33	52,17	418	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты (яблоко)	95,00	0,38	0,38	9,31	42,00	100	0,4	0,4	9,8	44	386
Итого за прием пищи	95,00	0,38	0,38	9,31	42,00	100	0,4	0,4	9,8	44	
ОБЕД											
Суп картофельный с рисовой крупой на мясном бульоне	150	1,18	1,64	8,78	54	180	1,42	1,97	10,54	70	86
Запеканка картофельная с мясом или печенью	120	5,75	7,56	20,36	147	160	7,19	10,71	25,45	215	308
Салат из свеклы	40	0,57	2,44	3,34	37	60	0,85	3,66	5,01	56	34
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72,00	40	2,68	0,28	20,12	96	
Компот из сухофруктов	150	0,4	0,02	25	102	180	0,44	0,02	28	113	393
Итого за прием пищи	490	9,91	11,87	72,57	412	620	12,58	16,64	89,12	550	
ПОЛДНИК											
Кекс творожный со сгущенным молоком	50	4,71	7,42	25,03	186,00	70	6,00	10,39	35,04	260,00	475
Чай с сахаром и лимоном	180,00	2,99	2,57	4,33	52	200	3,32	2,85	4,81	58	412
Итого за прием пищи	230	7,7	9,99	29,36	238	270	9,32	13,24	39,85	318	
ВСЕГО:	1170	30,289	35,87	153,99	1035	1410	39,23	46,61	190,04	1330	

2 день											
наименование блюда	до 3 - х лет					до 7 лет					
	выход	Пищевые вещества			Ккал	выход	Пищевые вещества			Ккал	№ рецеп-туры
	блюда	белки	жиры	углев		блюда	белки	жиры	углевода		
ЗАВТРАК											
Омлет с сыром	100,00	5,34	9,90	26,77	114,00	120	6,41	11,88	32,12	137,00	230
Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,08	47,00	60	0,72	2,83	4,62	70,00	57
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,27	11,60	80,00	40	2,64	0,36	15,4	106	
Чай с сахаром	180,00	0,06	0,02	9,99	40,00	200	0,07	0,02	11,1	44	411
Итого за прием пищи	350,00	7,89	12,08	51,44	281,00	420	9,84	15,09	63,24	357	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Напиток из шиповника	100,00	0,33	0,14	9,25	40,00	100	0,33	0,14	9,25	40,00	417
Итого за прием пищи	100,00	0,33	0,14	9,25	40,00	100	0,33	0,14	9,25	40,00	
ОБЕД											
Салат из белокачанной капусты с морковью	40,00	0,56	2,03	3,10	35,00	60	0,84	3,05	5,41	52	21
Суп картофельный гороховый на курином бульоне	150	3,29	3,16	9,79	81	180	3,95	3,79	11,75	97	86
Плов из птицы	160,00	10,00	11,64	24,70	232,00	200	13,34	17,05	25,49	291	321
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,27	11,60	80,00	40	2,64	0,36	15,4	106	
Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	85,00	180	0,44	0,02	28	113	393
Итого за прием пищи	530,00	16,19	17,12	70,02	513,00	660	21,21	24,27	86,05	659	
ПОЛДНИК											
"Булочка к чаю"	25	3,94	0,87	12,77	83,00	50	7,87	1,75	27,54	165	472
Ряженка	150,00	4,35	3,75	7,56	92,00	150	4,35	3,75	7,56	92,00	420
Фрукты (яблоко)	95,00	0,38	0,38	9,31	42,00	100	0,4	0,4	9,8	44	386
Итого за прием пищи	270,00	8,67	5,00	29,64	217,00	300	12,62	5,9	44,9	301	
ВСЕГО	1250	33,08	34,34	160,35	1051,00	1480	44	45,4	203,44	1357	

3 день											
наименование блюда	до 3 - х лет					до 7 лет					
	выход блюда	Пищевые вещества			Ккал	выход блюда	Пищевые вещества			Ккал	№ рецеп - туры
		белки	жиры	углев			белки	жиры	углевода		
ЗАВТРАК											
Каша "Дружба"	130	5,04	6,28	21,65	163,00	170	6,2	7,73	26,65	213	182
Будерброд с маслом	40,00	2,45	7,60	14,62	136	40,00	2,45	7,55	14,62	136	2
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	200	0,07	0,02	11,1	44	413
Итого за прием пищи	350	7,55	13,90	46,26	339,00	410	8,72	15,3	52,37	393	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Свежие фрукты (банан)	95	1,43	0,48	19,95	90,00	100	1,50	0,50	21,00	95,00	386
Итого за прием пищи	95	1,43	0,48	19,95	90,00	100	1,50	0,50	21,00	95,00	
ОБЕД											
Суп картофельный на курином бульоне с гренками №123	160/15	2,13	2,28	9,8	68	180/20	2,43	2,60	12,14	109	85
Тефтели рыбные тушеные	50,00	8,00	4,75	5,98	63,00	70	10,54	6,33	7,83	102	277
Соус сметанный с томатом и луком	15,00	0,29	0,88	1,19	14,00	30	0,58	1,76	2,38	28	375
Картофельное пюре	130	2,64	4,16	17,71	119	150	3,05	4,8	20,43	137	339
Хлеб пшеничный	20,00	1,34	0,11	10,06	48,00	30	2,01	0,21	15,09	72	
Салат из моркови с яблоками	40	0,34	2,09	3,15	33	60	0,52	3,13	4,72	49	41
Кисель из сока натурального	150	0,43	0,05	22,68	93,00	180	0,52	0,06	27,22	112	400
Итого за прием пищи	580	15,17	14,32	70,57	438,00	720	19,65	18,89	89,91	609	
ПОЛДНИК											
Сырники из творога с вареньем	60	9,30	6,33	5,38	139,00	110	13,95	9,49	12,07	216	245
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	200	0,07	0,02	11,1	44	413
Итого за прием пищи	240	9,36	6,35	15,37	179,00	310	14,02	9,51	23,17	260	
ВСЕГО:	1265	33,51	35,05	152,15	1046,00	1540	43,89	44,2	186,35	1357	

4 день											
наименование блюда	до 3 - х лет					до 7 лет					
	выход блюда	Пищевые вещества			Ккал	выход блюда	Пищевые вещества			Ккал	№ рецеп- туры
		белки	жиры	углев			белки	жиры	углевода		
ЗАВТРАК											
Каша из смеси круп (овсянка, гречка) с изюмом	130	6,59	6,31	16,13	152	160	8,12	8,99	19,85	187	191
Будерброд с маслом	40,00	2,45	7,55	14,62	136	40,00	2,45	7,55	14,62	136	2
Чай с сахаром	180,00	0,06	0,02	9,99	40,00	200	0,07	0,02	11,1	44	411
Итого за прием пищи	350,00	9,10	13,88	40,74	328,00	400	10,64	16,56	45,57	367	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,01	43,00	100	0,50	0,00	10,01	43,00	418
Итого за прием пищи	100	0,50	0,00	10,01	43,00	100	0,50	0,00	10,01	43,00	
ОБЕД											
Салат из свеклы	40	0,57	2,44	3,34	37	60	0,85	3,66	5,01	56	34
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,25	3,52	6,11	61	200	1,66	3,91	6,79	68	73
Котлета мясная рубленая	40,00	5,66	6,46	7,71	101,00	60	8,49	11,19	11,56	169	299
Соус сметанный	15,00	0,21	0,70	0,88	11,00	30	0,42	1,4	3,16	22	372
Макаронные изделия отварные	110,00	4,04	3,31	19,39	123,00	130	4,77	3,91	22,91	145	335
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72,00	40	2,68	0,28	20,12	96	
Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	85,00	180	0,4	0,02	25	102	393
Итого за прием пищи	565,00	14,07	16,66	73,35	490,00	700	19,27	24,37	94,55	658	
ПОЛДНИК											
Биточки манные со сгущенным молоком	55,00	2,56	1,14	9,24	53,00	110	4,12	2,28	18,48	160	213
Чай с сахаром и лимоном	180,00	2,99	2,57	4,33	52	200	3,32	2,85	4,81	58	412
Итого за прием пищи	235,00	5,55	3,71	13,57	105,00	310	7,44	5,13	23,29	218	
ВСЕГО	1250,00	29,22	34,25	137,67	966	1510	37,85	46,06	173,42	1286	

5 день											
наименование блюда	до 3 - х лет					до 7 лет					
	выход	Пищевые вещества			Ккал	выход	Пищевые вещества			Ккал	№ рецеп - туры
	блюда	белки	жиры	углев		блюда	белки	жиры	углевода		
ЗАВТРАК											
Каша пшениная вязкая	130,00	3,47	3,95	23,82	111,00	160	4,27	4,86	29,32	137	182
Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139	60	6,68	8,45	19,39	180	3
Чай с сахаром	180,00	0,06	0,02	9,99	40,00	200	0,07	0,02	11,1	44	413
Итого за прием пищи	355,00	8,26	10,85	48,37	290,00	420	11,02	13,33	59,81	361	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Свежие фрукты (банан)	95	1,43	0,48	19,95	90,00	100	1,50	0,50	21,00	95,00	386
Итого за прием пищи	95	1,43	0,48	19,95	90,00	100	1,50	0,50	21,00	95,00	
ОБЕД											
Суп картофельный с мясными фрикадельками	155/25	3,74	4,77	11,11	95	180/30	4,15	5,3	14,81	108	89/129
Сосиска отварная	50,00	5,50	7,95	0,20	109,00	50	5,50	7,95	0,20	109,00	291
Соус томатный	15,00	0,17	0,63	1,20	11,00	30	0,34	1,26	2,4	22	366
Картофельное пюре	110	2,64	4,16	17,71	119	130	3,05	4,8	20,43	137	339
Салат из свеклы	40	0,57	2,44	3,34	37						34
салат из свеклы и зеленого горошка						60	1	2,51	4,92	46	35
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72,00	40	2,68	0,28	20,12	96	
Компот из свежих ягод	150	0,24	0,06	18,15	74,00	180	0,29	0,07	21,78	89	393
Итого за прием пищи	575,00	14,87	20,22	66,80	517,00	700	17,01	22,17	84,66	607	
ПОЛДНИК											
Блинчики с вареньем	55	2,59	1,39	18,19	96	85	4	2,15	31,26	171	430
Чай с сахаром и лимоном	180,00	2,99	2,57	4,33	52	200	3,32	2,85	4,81	58	412
Итого за прием пищи	235,00	5,58	3,96	22,52	148,00	285	7,32	5	36,07	229	
ВСЕГО	1260	30,14	35,51	157,64	1045	1505	36,85	41	201,54	1292	

6 день											
наименование блюда	до 3 - х лет					до 7 лет					
	выход	Пищевые вещества			Ккал	выход	Пищевые вещества			Ккал	№ рецеп - туры
	блюда	белки	жиры	углев		блюда	белки	жиры	углевода		
ЗАВТРАК											
Каша вязкая манная	135,00	2,76	3,21	20,61	111,00	155	3,18	3,70	23,78	128,00	182
Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139	60	6,68	8,45	19,39	180	3
Чай с сахаром	180,00	0,06	0,02	9,99	40,00	200	0,07	0,02	11,1	44	413
Итого за прием пищи	360,00	7,55	10,11	45,16	290,00	415	9,93	12,17	54,27	352,00	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Свежие фрукты (банан)	95	1,43	0,48	19,95	90,00	100	1,50	0,50	21,00	95,00	386
Итого за прием пищи	95	1,43	0,48	19,95	90,00	100	1,50	0,50	21,00	95,00	
ОБЕД											
Салат из моркови с яблоками	40	0,34	2,09	3,15	33	60	0,52	3,13	4,72	49	41
Суп- лапша домашняя	170	1,60	3,64	15,58	93,00	210	1,98	4,5	19,24	115	94
Птица тушеная в соусе № 372 с овощами	160,00	8,39	9,86	20,28	202,00	200	9,09	12,32	21,98	252	319
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72,00	40	2,68	0,28	20,12	96	
Компот из свежих ягод	150	0,24	0,06	18,15	74,00	180	0,29	0,07	21,78	89	393
Итого за прием пищи	550,00	12,58	15,86	72,25	474,00	690	14,56	20,3	87,84	601	
ПОЛДНИК											
Омлет натуральный	85	7,08	7,67	21,42	148,00	110	9,85	10,58	27,77	205	229
Фабрично - кондитерские изделия	10	0,23	0,48	2,06	14,00	10	0,23	0,48	2,06	14,00	
Чай с сахаром и лимоном	180,00	2,99	2,57	4,33	52	200	3,32	2,85	4,81	58	412
Итого за прием пищи	275,00	10,30	10,72	27,81	214,00	320	13,4	13,91	34,64	277	
ВСЕГО	1280	31,86	37,17	165,77	1068	1525	39,39	46,88	197,75	1325	

7 день											
наименование блюда	до 3 - х лет					до 7 лет					
	выход	Пищевые вещества			Ккал	выход	Пищевые вещества			Ккал	№ рецеп-туры
	блюда	белки	жиры	углев		блюда	белки	жиры	углевода		
ЗАВТРАК											
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,31	3,91	14,13	109	180	6,58	4,69	16,96	131	100
Бутерброд с сыром	45	4,73	6,88	14,56	139	60	6,68	8,45	19,39	180	3
Чай с молоком	180,00	2,83	2,48	12,06	82,00	200	2,67	2,34	14,31	89	413
Итого за прием пищи	375,00	11,87	13,27	40,75	330,00	440	15,93	15,48	50,66	400	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты (яблоко)	95,00	0,38	0,38	9,31	42,00	100	0,4	0,4	9,8	44	386
Итого за прием пищи	95,00	0,38	0,38	9,31	42,00	100	0,4	0,4	9,8	44	
ОБЕД											
Салат из свеклы	40	0,57	2,44	3,34	37	60	0,85	3,66	5,01	56	34
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180,00	1,09	2,95	7,50	74,00	200	1,45	3,93	10,2	86	63
Гуляш из отварного мяса	100,00	5,71	4,21	1,98	91,00	140	9,09	8,28	2,64	120	293
Каша гречневая рассыпчатая	110,00	4,63	4,30	28,49	123,00	130	5,47	4,9	32,7	169	330
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72,00	40	2,68	0,28	20,12	96	
Кисель из сока натурального	150	0,43	0,05	22,68	93,00	180	0,52	0,06	27,22	112	400
Итого за прием пищи	510,00	14,44	14,16	79,08	490,00	750	20,06	21,11	97,89	639	
ПОЛДНИК											
Детская пицца	50,00	8,03	6,69	13,97	148,00	70	11,24	9,37	21,56	227	448
Чай с сахаром	180,00	0,06	0,02	9,99	40,00	200	0,07	0,02	11,1	44	413
Итого за прием пищи	230,00	8,09	6,71	23,96	188,00	270	11,31	9,39	32,66	271	
ВСЕГО:	1210	34,78	34,52	153,10	1050,00	1560	47,7	46,38	191,01	1354	

8 день											
наименование блюда	до 3 - х лет					до 7 лет					
	выход блюда	Пищевые вещества			Ккал	выход блюда	Пищевые вещества			Ккал	№ рецеп- туры
		белки	жиры	углев			белки	жиры	углевода		
ЗАВТРАК											
Каша рисовая вязкая	150,00	4,38	4,73	21,60	193,00	180	5,26	5,67	25,92	251	190
Вудерброд с маслом	40,00	2,45	7,55	14,62	136	40,00	2,45	7,55	14,62	136	2
Чай с сахаром	180,00	0,06	0,02	9,99	40,00	200	0,07	0,02	11,1	44	411
Итого за прием пищи	370	6,89	12,30	46,21	369	420	7,78	13,24	51,64	431	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты (яблоко)	95,00	0,38	0,38	9,31	42,00	100	0,4	0,4	9,8	44	386
Итого за прием пищи	95,00	0,38	0,38	9,31	42,00	100	0,4	0,4	9,8	44	
ОБЕД											
Салат из белокачанной капусты с морковью	40	0,56	2,03	3,1	35	60	0,84	3,05	5,41	52	21
Суп картофельный с крупой (перловой) на курином бульоне	160,00	1,61	1,78	10,88	76,00	200	2,01	2,22	13,6	95	86
Котлеты рыбные запеченные	50,00	7,53	8,52	4,99	72,00	70	10,54	11,93	6,71	112	271
Соус томатный	15,00	0,17	0,63	1,20	11,00	30	0,34	1,26	2,4	22	366
Картофельное пюре	110	2,64	4,16	17,71	119	130	3,05	4,8	20,43	137	339
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72,00	40	2,68	0,28	20,12	96	
Компот из свежих ягод	150	0,24	0,06	18,15	74,00	180	0,29	0,07	21,78	89	393
Итого за прием пищи	555	14,76	17,39	71,12	459	710	19,75	23,61	90,45	603	
ПОЛДНИК											
Оладьи с вареньем	55,00	3,84	3,43	23,47	140,00	85	5,58	4,99	34,14	224	432
Чай с сахаром и лимоном	180,00	2,99	2,57	4,33	52	200	3,32	2,85	4,81	58	412
Итого за прием пищи	235	6,83	6	27,8	192	285	8,9	7,84	38,95	282	
ВСЕГО	1255	28,86	36,07	154,44	1062	1515	36,83	45,09	190,84	1360	

9 день											
наименование блюда	до 3 - х лет					до 7 лет					
	выход	Пищевые вещества			Ккал	выход	Пищевые вещества			Ккал	№ рецеп-туры
	блюда	белки	жиры	углев		блюда	белки	жиры	углевода		
ЗАВТРАК											
Каша гречневая вязкая	130,00	3,80	3,56	18,99	123,00	170	4,38	4,11	21,91	152,00	182
Вудерброд с маслом, джемом	40,00	2,45	7,55	14,62	136	55	2,49	3,93	27,56	156	2
Чай с сахаром	180,00	0,06	0,02	9,99	40,00	200	0,07	0,02	11,1	44	411
Итого за прием пищи	350,00	6,31	11,13	43,60	299,00	425	6,94	8,06	60,57	352	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Сок фруктовый	100	0,50	0,00	10,01	43,00	100	0,50	0,00	10,01	43,00	418
Фабрично - кондитерские изделия	10	0,23	0,48	2,06	14,00	10	0,23	0,48	2,06	14,00	
Итого за прием пищи	110	0,73	0,48	12,07	57,00	110	0,73	0,48	12,07	57,00	
ОБЕД											
Салат из моркови	40	0,50	0,04	4,65	21						42
Салат из зеленого горошка						60	1,79	3,11	3,75	50	10
Борщ с картофелем со сметаной	180	1,46	3,6	10,15	79	200	1,62	4	11,28	99	64
Ленивые голубцы с соусом № 373	135,00	9,37	9,49	16,29	178,00	190	12,25	15,02	21,3	253	314
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72,00	40	2,68	0,28	20,12	96	
Компот из свежих ягод	150	0,24	0,06	18,15	74,00	200	0,32	0,08	24,2	99	393
Итого за прием пищи	535,00	12,58	13,40	64,33	424,00	690	18,66	22,49	80,65	597	
ПОЛДНИК											
Гребешок с творогом	50	4,59	7,06	25,15	182,00	70	6,43	9,89	35,21	255	445
Ряженка	150,00	4,35	3,75	7,56	92,00	150	4,35	3,75	7,56	92,00	420
Итого за прием пищи	200,00	8,94	10,81	32,71	274,00	220	10,78	13,64	42,77	347	
ВСЕГО	1195	29,56	35,82	152,71	1054	1445	37,11	44,67	196,06	1353	

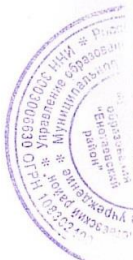
10 день											
наименование блюда	до 3 - х лет					до 7 лет					
	выход	Пищевые вещества			Ккал	выход	Пищевые вещества			Ккал	№ рецеп - туры
	блюда	белки	жиры	углев		блюда	белки	жиры	углевода		
ЗАВТРАК											
Макароны отварные с творогом	135,00	8,05	8,67	19,68	189	155,00	9,29	10,01	22,71	218	220
Вудерброд с маслом	40,00	2,45	7,55	14,62	136	40,00	2,45	7,55	14,62	136	2
Чай с сахаром	180,00	0,06	0,02	9,99	40,00	200	0,07	0,02	11,1	44	413
Итого за прием пищи	355,00	10,56	16,24	44,29	365	395	11,81	17,58	48,43	398	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Паниток из шиповника	100,00	0,33	0,14	9,25	40,00	100	0,33	0,14	9,25	40,00	417
Итого за прием пищи	100,00	0,33	0,14	9,25	40,00	100	0,33	0,14	9,25	40,00	
ОБЕД											
Суп картофельный с клёцками	180	1,51	2,41	8,74	63,00	200	1,68	2,69	10,71	80	91, 128
Суфле куриное с рисом	55	9,47	9,02	2,52	129	75	12,7	12,08	3,39	173	328
Пюре из свеклы	110,00	1,65	3,71	9,61	78	130	1,95	4,38	11,36	93	21
Хлеб пшеничный	30	2,01	0,21	15,09	72,00	40	2,68	0,28	20,12	96	
Компот из сухофруктов	150	0,40	0,02	25,00	102,00	180	0,44	0,02	28	113	393
Итого за прием пищи	525	15,04	15,37	60,96	444	625	19,45	19,45	73,58	555	
ПОЛДНИК											
Ванилики со сгущенным молоком	60	3,26	1,85	20,23	111	110	6,52	3,71	40,46	232	430
Чай с сахаром и лимоном	180,00	2,99	2,57	4,33	52	200	3,32	2,85	4,81	58	412
Итого за прием пищи	240	6,25	4,42	24,56	163	310	9,84	6,56	45,27	290	
ВСЕГО	1220	32,18	36,17	139,06	1012	1430	41,43	43,73	176,53	1283	

	от 1,6 до 3 лет				от 3 до 7 лет			
	Пищевые вещества				Пищевые вещества			
	белки	жиры	углеводы	Ккал	белки	жиры	углеводы	Ккал
итого за весь период	315	350	1520	10500	405	450	1957,5	13500
среднее значение	31,5	35	152	1050	40,5	45	195,75	1350
Содержание белков, жиров, углеводов в меню в % от калорийности	313,48	354,77	1526,88	10389	404,28	450,02	1906,98	13297

Прошито,
пронумеровано и

скреплено печатью
заведующий МСДОУ

Чернышова М.Г.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430493

Владелец Чернышова Мария Геннадьевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025