

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 7 «Огонёк» муниципального округа город-курорт Ялта
Республики Крым



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №7
_____СОТНИКОВА Н.А.

ОСНОВНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ (ЯСЛИ) ВЕСНА 2026гг. с пребыванием детей 10,5 часов.

Составила диетсестра Борисова Т.Н.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/10	1,80	3,27	15,55	98,83	2	2012
СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	150	4,07	3,78	11,99	98,68	92	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,73	2,18	11,04	75,33	395	2012
Итого за прием пищи:	375	8,60	9,23	38,58	272,84		
II Завтрак							
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,49	0,10	9,80	41,71	399	2012
Итого за прием пищи:	100	0,49	0,10	9,80	41,71		
Обед							
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,45	2,53	3,04	40,48		2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,56	3,02	13,24	98,62	84	2012
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,11	11,80	10,45	192,28	282	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,23	5,00	28,17	182,25	181	2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	376	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,93	0,25	12,34	59,35		2008
Итого за прием пищи:	620	25,28	22,60	74,02	600,07		
Полдник							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	65	6,16	11,93	1,12	136,32	215	2012
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	10	0,74	0,06	4,87	22,97		
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,34	0,34	8,36	40,12	368	2012
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7/3	0,07	0,00	6,97	28,73	393	2012
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	2	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	337	7,31	12,33	21,32	228,14		
Всего за день:		41,68	44,26	143,72	1 142,76		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ И МАСЛОМ	45/9/5	4,48	7,03	14,77	140,90	3	2012
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (ГЕРКУЛЕС)	150	4,05	4,29	11,45	101,26	94	2012
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	213	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,47	2,90	11,09	85,32	397	2012
Итого за прием пищи:	429	17,10	18,82	37,61	390,48		
II Завтрак							
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,34	0,34	8,36	40,12	368	2012
Итого за прием пищи:	100	0,34	0,34	8,36	40,12		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50		2008
БОРЩ С МЯСОМ	180	7,18	8,94	10,82	152,77	62	2012
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	9,07	3,67	4,52	87,72	241	2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	2,35	3,84	19,00	120,11	318	2012
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 1	180	0,27	0,05	19,09	77,71	382	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,93	0,25	12,34	59,35		2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	10	0,74	0,06	4,87	22,97		
Итого за прием пищи:	640	21,94	16,86	71,49	527,13		
Полдник							
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	100	12,51	10,91	19,88	230,17	230	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,59	1,52	3,99	31,85	351	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,00	0,00	6,78	27,09	430	2008
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	2	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	319	13,10	12,43	30,65	289,11		
Всего за день:		52,48	48,45	148,11	1 246,84		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БАТОН 1	30	2,40	0,30	14,73	71,40		2008
ПОВИДЛО	10	0,04	0,00	6,40	25,76		
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150	4,07	4,04	11,05	97,42	94	2012
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,59	2,18	10,13	71,08	394	2012
Итого за прием пищи:	370	9,10	6,52	42,31	265,66		
II Завтрак							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	100	2,81	2,43	3,88	51,41	401	2012
Итого за прием пищи:	100	2,81	2,43	3,88	51,41		
Обед							
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,80	2,55	3,85	41,50	40	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	3,33	4,80	18,28	129,67	85	2012
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	30,48	33,18	26,96	528,20	304	2012
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,93	0,25	12,34	59,35		2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	15	1,11	0,09	7,30	34,45		
Итого за прием пищи:	585	37,75	40,97	88,43	873,87		
Полдник							
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	9,77	3,95	1,83	82,02	249	2012
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40		2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	5,84	24,58	TK№024	
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	90	0,31	0,31	7,53	36,10	368	2012
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	2	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	352	11,72	6,22	30,08	226,10		
Всего за день:		61,38	56,14	164,70	1 417,04		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 1	35	2,43	4,43	14,77	108,80		2012
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИС)	150	3,58	3,84	12,52	99,60	94	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,73	2,18	12,01	79,20	395	2012
Итого за прием пищи:	365	8,74	10,45	39,30	287,60		
II Завтрак							
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,34	0,34	8,36	40,12	368	2012
Итого за прием пищи:	100	0,34	0,34	8,36	40,12		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	50	0,83	2,05	3,97	37,58	34	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	6,65	6,93	13,14	141,70	83	2012
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	13,57	6,41	6,27	136,93	258	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,51	4,21	17,08	116,54	321	2012
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	399	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,93	0,25	12,34	59,35		2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	15	1,11	0,09	7,30	34,45		
Итого за прием пищи:	645	27,47	20,11	77,73	601,63		
Полдник							
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	80	14,86	10,85	9,32	194,41	219	2008
СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	30	0,61	1,75	2,15	26,87	350	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,01	0,00	8,36	33,44		
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	2	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	298	15,48	12,60	19,83	254,72		
Всего за день:		52,03	43,50	145,22	1 184,07		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БАТОН 1	30	2,40	0,30	14,73	71,40		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40		2012
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ПЩЕНО)	150	3,98	3,98	12,21	101,26	94	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,47	2,90	12,06	89,19	397	2012
Итого за прием пищи:	365	9,88	11,31	39,04	299,25		
II Завтрак							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	100	2,81	2,43	3,88	51,41	401	2012
Итого за прием пищи:	100	2,81	2,43	3,88	51,41		
Обед							
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50	1,40	3,00	3,90	48,07		2012
БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ (МЕЛКОШИНКОВАННЫЙ)	180	2,12	4,42	10,53	90,87	59	2012
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,11	11,88	10,45	192,99	282	2012
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,45	1,20	1,80	22,38	354	2012
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,03	3,51	22,92	139,84	331	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 1	180	0,14	0,14	9,23	39,63	372	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,93	0,25	12,34	59,35	701	2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	10	0,74	0,06	4,87	22,97	701	
Итого за прием пищи:	660	21,92	24,46	76,04	616,10		
Полдник							
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	213	2008
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,62	8,68	39,07	252,04	467	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	400	2012
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	2	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	292	14,78	17,65	47,75	409,32		
Всего за день:		49,39	55,85	166,71	1 376,08		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БАТОН 1	30	2,40	0,30	14,73	71,40		2008
ПОВИДЛО	20	0,08	0,00	12,80	51,53		
СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	150	4,07	3,78	11,99	98,68	92	2012
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,61	2,18	11,13	75,19	394	2012
Итого за прием пищи:	380	9,16	6,26	50,65	296,80		
II Завтрак							
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,49	0,10	9,80	41,71	399	2012
Итого за прием пищи:	100	0,49	0,10	9,80	41,71		
Обед							
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	0,95	4,45	3,85	59,50		2008
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,49	4,37	6,72	72,76	67	2012
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	120	18,22	18,33	4,21	254,63	277	2012
КАША вязкая артек	120	5,24	4,32	30,64	182,16	168,7	2012
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	15,21	76,68	398	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,93	0,25	12,34	59,35		2008
Итого за прием пищи:	680	28,42	31,96	72,97	705,08		
Полдник							
ДРАЧЕНА	85	9,21	16,07	5,11	201,87	228	2012
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 2	25	1,65	3,10	10,77	77,61		2012
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	5,84	24,58	TK№024	
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	2	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	292	11,00	19,17	21,72	304,06		
Всего за день:		49,07	57,49	155,14	1 347,65		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БАТОН 1	30	2,40	0,30	14,73	71,40		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40		2012
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГЕРКУЛЕС)	150	4,05	4,29	11,45	101,26	94	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,73	2,18	11,04	75,33		
Итого за прием пищи:	365	9,21	10,90	37,26	285,39		
II Завтрак							
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,34	0,34	8,36	40,12	368	2012
Итого за прием пищи:	100	0,34	0,34	8,36	40,12		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,69	2,96	4,05	45,51	33	2012
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,35	6,35	10,03	114,89	76	2012
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/30	17,87	12,81	7,87	217,43	256	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	2,42	3,21	16,37	104,20	321	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 1	150	0,12	0,12	7,69	33,03	372	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,93	0,25	12,34	59,35		2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	15	1,11	0,09	7,30	34,45		
Итого за прием пищи:	625	28,49	25,79	65,65	608,86		
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	85	15,09	7,71	13,73	188,31	224	2008
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,59	1,52	3,99	31,85	351	2012
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	180	5,06	4,37	6,98	92,54	401	2012
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	2	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	297	20,74	13,60	24,70	312,70		
Всего за день:		58,78	50,63	135,97	1 247,07		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 1	35	2,43	4,43	14,77	108,80	1	2012
КАША "ДРУЖБА"	150	4,52	6,60	20,14	158,84	190	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	400	2012
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,46	1,90	14,43	80,90	702,5	2008
Итого за прием пищи:	385	13,47	17,30	57,72	442,82		
II Завтрак							
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,34	0,34	8,36	40,12	368	2012
Итого за прием пищи:	100	0,34	0,34	8,36	40,12		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50		2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,84	2,35	12,37	78,08	82	2012
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	60	9,81	9,92	9,70	167,13	305	2012
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	3,01	4,24	12,60	102,42	336	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,93	0,25	12,34	59,35		2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	10	0,74	0,06	4,87	22,97		
Итого за прием пищи:	600	17,73	16,87	59,51	463,54		
Полдник							
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,15	2,02	2,43	32,37		2012
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	213	2008
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	399	2012
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	2	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	262	7,12	6,79	20,36	170,45		
Всего за день:		38,66	41,30	145,95	1 116,93		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	45	4,48	7,03	14,77	140,90	3	2012
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ЯЧНЕВАЯ)	150	3,84	3,87	11,77	97,85	94	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,47	2,90	11,09	85,32		
Итого за прием пищи:	375	11,79	13,80	37,63	324,07		
II Завтрак							
ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,34	0,34	8,36	40,12	368	2012
Итого за прием пищи:	100	0,34	0,34	8,36	40,12		
Обед							
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50	1,40	3,00	3,90	48,07		2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180/10	5,51	3,99	22,69	148,96	81	2012
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60	13,46	7,94	0,20	125,67	245	2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,51	4,21	17,08	116,54	321	2012
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	399	2012
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,93	0,25	12,34	59,35		2008
Итого за прием пищи:	630	25,68	19,56	73,84	573,67		
Полдник							
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	80	11,07	7,56	25,47	216,33	231	2012
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,00	5,84	24,58	ТК№024	
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	2	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	262	11,21	7,56	31,31	240,91		
Всего за день:		49,02	41,26	151,14	1 178,77		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 1	35	2,43	4,43	14,77	108,80		2012
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	110	5,40	6,63	17,61	152,42	206	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,18	15,43	93,29	395	2012
Итого за прием пищи:	325	10,66	13,24	47,81	354,51		
II Завтрак							
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	100	2,72	2,43	4,37	54,81	401	2012
Итого за прием пищи:	100	2,72	2,43	4,37	54,81		
Обед							
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,80	2,55	3,85	41,50	40	2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,16	3,02	7,35	65,53	95	2008
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	17,99	17,13	14,26	283,08	258	2008
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,93	0,25	12,34	59,35		2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ	15	1,11	0,09	7,30	34,45		
Итого за прием пищи:	585	24,09	23,14	64,80	564,61		
Полдник							
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 1	70	5,58	6,87	39,96	243,62	467	2012
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	400	2012
СОЛЬ НА ВЕСЬ ДЕНЬ	2	0,00	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	252	10,64	11,24	48,34	337,90		
Всего за день:		48,11	50,05	165,32	1 311,83		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ (ЯСЛИ)

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	500,60	488,93	1 521,98	12 569,04
Среднее значение за период	50,06	48,89	152,20	1 256,90
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15,90	35,00	49,10	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Ясли	373	100	627	296