

Утверждаю

Генеральный директор АО «Общепит»  
 \_\_\_\_\_ Аминаева Т.М.  
 «02» марта 2026 г.

ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ  
ДЛЯ ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ г. ТУЙМАЗЫ  
с 1 до 3 лет  
(весенне-летний период)

# **Меню приготавливаемых блюд**

Рацион: Ясли Весна - Лето 2026 г.

Неделя: 1

День: понедельник

| Прием пищи       | Наименование блюда                  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                  |                                     |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак          | Макаронные изделия отварные 130/3   | 130/3     | 5                | 3    | 32       | 176                     | 332,01      |
|                  | Чай с сахаром, лимоном )*           | 180/5     |                  |      | 5        | 22                      | 686,02      |
|                  | Бутерброд с маслом )                | 20/5      | 1                | 4    | 10       | 83                      | 1,07        |
|                  | Итого за Завтрак                    | 343       | 6                | 7    | 47       | 281                     |             |
| 2 Завтрак        | Сок нат.)                           | 150       | 1                |      | 15       | 69                      | 63,02       |
|                  | Итого за 2 Завтрак                  | 150       | 1                |      | 15       | 69                      |             |
| Обед             | Морковь отварная 40гр               | 40        | 1                |      | 2        | 11                      | 770         |
|                  | Суп картофельный с пшенной крупой ) | 150       | 1                | 2    | 12       | 67                      | 138,04      |
|                  | Рагу из овощей с мясом 120гр        | 120       | 10               | 11   | 8        | 174                     | 7,12        |
|                  | Компот из сухофруктов )*            | 150       |                  |      | 15       | 61                      | 639,03      |
|                  | Хлеб пшеничный для детского питания | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                  | Хлеб ржаной для детского питания    | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед    |                                     | 500       | 14               | 13   | 54       | 397                     |             |
| Полдник          | Булочка сдобная 50гр                | 50        | 4                | 4    | 26       | 159                     | 117,01      |
|                  | Чай с сахаром )                     | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник |                                     | 200       | 4                | 4    | 31       | 179                     |             |
| Итого за день    |                                     | 1 193     | 25               | 24   | 147      | 926                     |             |

Рацион: Ясли Весна - Лето 2026 г.

Неделя: 1

День: вторник

| Прием пищи         | Наименование блюда                  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                     |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Суп молочный с рисовой крупой )     | 150       | 5                | 6    | 16       | 141                     | 161,02      |
|                    | Кофейный напиток на молоке )**      | 180       | 3                | 3    | 10       | 78                      | 692,02      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
| Итого за Завтрак   |                                     | 350       | 9                | 9    | 34       | 261                     |             |
| 2 Завтрак          |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Фрукты))                            | 150       | 1                | 1    | 15       | 71                      | 67,04       |
| Итого за 2 Завтрак |                                     | 150       | 1                | 1    | 15       | 71                      |             |
| Обед               |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Суп картофельный с клецками )       | 150/20    | 2                | 3    | 11       | 73                      | 151,06      |
|                    | Котлеты рыбные 50гр                 | 50        | 8                | 6    | 7        | 112                     | 388,25      |
|                    | Картофельное пюре 120гр             | 120       | 2                | 4    | 16       | 109                     | 520,16      |
|                    | Соус томатный 20гр                  | 20        |                  | 1    | 1        | 14                      | 23          |
|                    | Напиток лимонный )*                 | 150       |                  |      | 7        | 30                      | 699,02      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания    | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                     | 550       | 14               | 14   | 59       | 422                     |             |
| Полдник            |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Плюшка Новомосковская )             | 50        | 4                | 4    | 28       | 162                     | 87          |
|                    | Чай с сахаром )                     | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник   |                                     | 200       | 4                | 4    | 33       | 182                     |             |
| Итого за день      |                                     | 1 250     | 28               | 28   | 141      | 936                     |             |

| Прием пищи         | Наименование блюда                      | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-----------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                         |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            |                                         |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Каша пшенная молочная жидкая 150/4      | 150/4     | 6                | 7    | 26       | 187                     | 510,28      |
|                    | Чай с сахаром, молоком )**              | 180       | 1                | 1    | 5        | 35                      | 685,07      |
|                    | Бутерброд с сыром )                     | 20/8      | 4                | 2    | 10       | 73                      | 1           |
| Итого за Завтрак   |                                         | 362       | 11               | 10   | 41       | 295                     |             |
| 2 Завтрак          |                                         |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Сок нат.)                               | 150       | 1                |      | 15       | 69                      | 63,02       |
| Итого за 2 Завтрак |                                         | 150       | 1                |      | 15       | 69                      |             |
| Обед               |                                         |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Суп крестьянский с рисовой крупой 150гр | 150       | 1                | 3    | 8        | 67                      | 138,2       |
|                    | Фрикадельки из кур 50/4 (филе)          | 50/4      | 7                | 9    | 4        | 127                     | 451,33      |
|                    | Макаронные изделия отварные 130/3       | 130/3     | 5                | 3    | 32       | 176                     | 332,01      |
|                    | Соус томатный 20гр                      | 20        |                  | 1    | 1        | 14                      | 23          |
|                    | Компот из свежих яблок )*               | 150       |                  |      | 8        | 34                      | 631,02      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания     | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания        | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                         | 547       | 15               | 16   | 70       | 502                     |             |
| Полдник            |                                         |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Булочка Домашняя/                       | 50        | 4                | 7    | 31       | 198                     | 273,06      |
|                    | Чай с сахаром )                         | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник   |                                         | 200       | 4                | 7    | 36       | 218                     |             |
| Итого за день      |                                         | 1 259     | 31               | 33   | 162      | 1084                    |             |

| Прием пищи         | Наименование блюда                   | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|--------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                      |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            |                                      |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Каша молочная манная жидкая )        | 150/4     | 6                | 8    | 25       | 196                     | 311         |
|                    | Чай с сахаром, молоком )**           | 180       | 1                | 1    | 5        | 35                      | 685,07      |
|                    | Бутерброд с маслом )                 | 20/5      | 1                | 4    | 10       | 83                      | 1,07        |
| Итого за Завтрак   |                                      | 359       | 8                | 13   | 40       | 314                     |             |
| 2 Завтрак          |                                      |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Компот из сухофруктов )*             | 150       |                  |      | 15       | 61                      | 639,03      |
|                    | Кондитерское изделие 15              | 15        | 1                | 3    | 10       | 68                      | 69,26       |
| Итого за 2 Завтрак |                                      | 165       | 1                | 3    | 25       | 129                     |             |
| Обед               |                                      |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Щи из св. капусты и картофелем 150гр | 150       | 1                | 3    | 5        | 56                      | 124,13      |
|                    | Гуляш из кур )                       | 60        | 12               | 13   | 4        | 182                     | 487,01      |
|                    | Каша гречневая рассыпчатая 120/4     | 120/4     | 7                | 4    | 28       | 179                     | 302,74      |
|                    | Напиток из плодов шиповника 150гр    | 150       | 1                |      | 20       | 83                      | 699,05      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания  | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания     | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                      | 524       | 23               | 20   | 74       | 584                     |             |
| Полдник            |                                      |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Лепешки сметанные )                  | 50        | 4                | 7    | 31       | 207                     | 89,01       |
|                    | Кефир )                              | 150/5     | 4                | 5    | 11       | 108                     | 698         |
| Итого за Полдник   |                                      | 205       | 8                | 12   | 42       | 315                     |             |
| Итого за день      |                                      | 1 253     | 40               | 48   | 181      | 1342                    |             |

Рацион: Ясли Весна - Лето 2026 г.

Неделя: 1

День: пятница

| Прием пищи         | Наименование блюда                            | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-----------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                               |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            |                                               |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Каша молочная "Дружба" )                      | 150/4     | 4                | 8    | 17       | 154                     | 311,06      |
|                    | Какао с молоком )*                            | 180       | 3                | 3    | 10       | 81                      | 693,02      |
|                    | Бутерброд с маслом )                          | 20/5      | 1                | 4    | 10       | 83                      | 1,07        |
| Итого за Завтрак   |                                               | 359       | 8                | 15   | 37       | 318                     |             |
| 2 Завтрак          |                                               |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Сок нат.)                                     | 150       | 1                |      | 15       | 69                      | 63,02       |
| Итого за 2 Завтрак |                                               | 150       | 1                |      | 15       | 69                      |             |
| Обед               |                                               |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Суп картофельный с бобовыми и гренками 150/10 | 150/10    | 5                | 3    | 18       | 122                     | 134,22      |
|                    | Плов из курицы 120                            | 120       | 11               | 15   | 19       | 256                     | 492,05      |
|                    | Компот из свежих яблок )*                     | 150       |                  |      | 8        | 34                      | 631,02      |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания              | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                               | 450       | 17               | 18   | 54       | 454                     |             |
| Полдник            |                                               |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Макаронные изделия отварные 130/3             | 130/3     | 5                | 3    | 32       | 176                     | 332,01      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания           | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Чай с сахаром )                               | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник   |                                               | 303       | 6                | 3    | 45       | 238                     |             |
| Итого за день      |                                               | 1 262     | 32               | 36   | 151      | 1079                    |             |

Рацион: Ясли Весна - Лето 2026 г.

Неделя: 2

День: понедельник

| Прием пищи         | Наименование блюда                          | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|---------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                             |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            |                                             |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Плов с изюмом 150гр                         | 150       | 4                | 14   | 39       | 292                     | 328,07      |
|                    | Чай с сахаром, лимоном )*                   | 180/5     |                  |      | 5        | 22                      | 686,02      |
|                    | Бутерброд с маслом )                        | 20/5      | 1                | 4    | 10       | 83                      | 1,07        |
| Итого за Завтрак   |                                             | 360       | 5                | 18   | 54       | 397                     |             |
| 2 Завтрак          |                                             |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Сок нат.)                                   | 150       | 1                |      | 15       | 69                      | 63,02       |
| Итого за 2 Завтрак |                                             | 150       | 1                |      | 15       | 69                      |             |
| Обед               |                                             |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Свекла отварная 40гр                        | 40        | 1                |      | 3        | 14                      | 564,03      |
|                    | Суп картофельный с макаронными изделиями* ) | 150       | 2                | 2    | 14       | 77                      | 140,05      |
|                    | Жаркое по домашнему 120                     | 120       | 12               | 11   | 16       | 206                     | 436,18      |
|                    | Компот из сухофруктов )*                    | 150       |                  |      | 15       | 61                      | 639,03      |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания            | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                             | 480       | 16               | 13   | 57       | 400                     |             |
| Полдник            |                                             |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Каша пшенная молочная жидкая 150/4          | 150/4     | 6                | 7    | 26       | 187                     | 510,28      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания         | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Чай с сахаром )                             | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник   |                                             | 324       | 7                | 7    | 39       | 249                     |             |
| Итого за день      |                                             | 1 314     | 29               | 38   | 165      | 1115                    |             |

Рацион: Ясли Весна - Лето 2026 г.

Неделя: 2

День: вторник

| Прием пищи         | Наименование блюда                     | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|----------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                        |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            |                                        |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Суп молочный с макаронными изделиями ) | 150       | 5                | 5    | 16       | 136                     | 160         |
|                    | Какао с молоком )*                     | 180       | 3                | 3    | 10       | 81                      | 693,02      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания    | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
| Итого за Завтрак   |                                        | 350       | 9                | 8    | 34       | 259                     |             |
| 2 Завтрак          |                                        |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Фрукты))                               | 150       | 1                | 1    | 15       | 71                      | 67,04       |
| Итого за 2 Завтрак |                                        | 150       | 1                | 1    | 15       | 71                      |             |
| Обед               |                                        |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Уха с крупой 150                       | 150/10    | 3                | 2    | 10       | 69                      | 181,05      |
|                    | Гуляш из кур )                         | 60        | 12               | 13   | 4        | 182                     | 487,01      |
|                    | Картофельное пюре 120гр                | 120       | 2                | 4    | 16       | 109                     | 520,16      |
|                    | Напиток лимонный )*                    | 150       |                  |      | 7        | 30                      | 699,02      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания    | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания       | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                        | 530       | 19               | 19   | 54       | 474                     |             |
| Полдник            |                                        |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Булочка сдобная 50гр                   | 50        | 4                | 4    | 26       | 159                     | 117,01      |
|                    | Чай с сахаром )                        | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник   |                                        | 200       | 4                | 4    | 31       | 179                     |             |
| Итого за день      |                                        | 1 230     | 33               | 32   | 134      | 983                     |             |

| Прием пищи         | Наименование блюда                  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                     |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Каша ячневая молочная вязкая )      | 150/4     | 6                | 8    | 23       | 186                     | 44          |
|                    | Кофейный напиток на молоке )**      | 180       | 3                | 3    | 10       | 78                      | 692,02      |
|                    | Бутерброд с сыром )                 | 20/8      | 4                | 2    | 10       | 73                      | 1           |
| Итого за Завтрак   |                                     | 362       | 13               | 13   | 43       | 337                     |             |
| 2 Завтрак          |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Компот из сухофруктов )*            | 150       |                  |      | 15       | 61                      | 639,03      |
|                    | Кондитерское изделие 15             | 15        | 1                | 3    | 10       | 68                      | 69,26       |
| Итого за 2 Завтрак |                                     | 165       | 1                | 3    | 25       | 129                     |             |
| Обед               |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Рассольник ленинградский 150гр      | 150       | 1                | 4    | 9        | 77                      | 132,28      |
|                    | Рагу из птицы 150гр                 | 150       | 11               | 10   | 13       | 186                     | 7,14        |
|                    | Напиток из плодов шиповника 150гр   | 150       | 1                |      | 20       | 83                      | 699,05      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания    | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                     | 490       | 15               | 14   | 59       | 430                     |             |
| Полдник            |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Чай с сахаром, молоком )**          | 180       | 1                | 1    | 5        | 35                      | 685,07      |
|                    | Плюшка Новомосковская )             | 50        | 4                | 4    | 28       | 162                     | 87          |
| Итого за Полдник   |                                     | 230       | 5                | 5    | 33       | 197                     |             |
| Итого за день      |                                     | 1 247     | 34               | 35   | 160      | 1093                    |             |

| Прием пищи         | Наименование блюда                  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                     |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Каша рисовая молочная жидкая )      | 150/4     | 4                | 6    | 23       | 160                     | 311,04      |
|                    | Чай с сахаром, молоком )**          | 180       | 1                | 1    | 5        | 35                      | 685,07      |
|                    | Бутерброд с маслом )                | 20/5      | 1                | 4    | 10       | 83                      | 1,07        |
| Итого за Завтрак   |                                     | 359       | 6                | 11   | 38       | 278                     |             |
| 2 Завтрак          |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Сок нат.)                           | 150       | 1                |      | 15       | 69                      | 63,02       |
| Итого за 2 Завтрак |                                     | 150       | 1                |      | 15       | 69                      |             |
| Обед               |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Борщ из св. капусты и картофелем )  | 150/8     | 1                | 3    | 7        | 61                      | 110,11      |
|                    | Фрикадельки мясные 60гр             | 60        | 6                | 5    | 4        | 89                      | 451,26      |
|                    | Каша гречневая рассыпчатая 120/4    | 120/4     | 7                | 4    | 28       | 179                     | 302,74      |
|                    | Соус томатный 20гр                  | 20        |                  | 1    | 1        | 14                      | 23          |
|                    | Компот из сухофруктов )*            | 150       |                  |      | 15       | 61                      | 639,03      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания    | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                     | 552       | 16               | 13   | 72       | 488                     |             |
| Полдник            |                                     |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Пирожки печеные с яблоками )        | 50        | 3                | 3    | 23       | 126                     | 738,03      |
|                    | Чай с сахаром )                     | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник   |                                     | 200       | 3                | 3    | 28       | 146                     |             |
| Итого за день      |                                     | 1 261     | 26               | 27   | 153      | 981                     |             |

Рацион: Ясли Весна - Лето 2026 г.

Неделя: 2

День: пятница

| Прием пищи         | Наименование блюда                        | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры |
|--------------------|-------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|
|                    |                                           |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |
| Завтрак            |                                           |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Каша овсяная "Геркулес" молочная жидкая ) | 150/4     | 7                | 9    | 26       | 212                     | 311,04      |
|                    | Чай с сахаром,молоком )**                 | 180       | 1                | 1    | 5        | 35                      | 685,07      |
|                    | Бутерброд с маслом )                      | 20/5      | 1                | 4    | 10       | 83                      | 1,07        |
| Итого за Завтрак   |                                           | 359       | 9                | 14   | 41       | 330                     |             |
| 2 Завтрак          |                                           |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Компот из сухофруктов )*                  | 150       |                  |      | 15       | 61                      | 639,03      |
|                    | Кондитерское изделие 15                   | 15        | 1                | 3    | 10       | 68                      | 69,26       |
| Итого за 2 Завтрак |                                           | 165       | 1                | 3    | 25       | 129                     |             |
| Обед               |                                           |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Огурец соленый 40гр                       | 40        |                  |      | 2        | 8                       | 78,19       |
|                    | Суп картофельный с лапшой домашней )      | 150       | 2                | 1    | 14       | 73                      | 140,04      |
|                    | Плов из курицы 120                        | 120       | 11               | 15   | 19       | 256                     | 492,05      |
|                    | Компот из свежих яблок )*                 | 150       |                  |      | 8        | 34                      | 631,02      |
|                    | Хлеб пшеничный для детского питания       | 20        | 1                |      | 8        | 42                      | 70,49       |
|                    | Хлеб ржаной для детского питания          | 20        | 1                |      | 9        | 42                      | 199,04      |
| Итого за Обед      |                                           | 500       | 15               | 16   | 60       | 455                     |             |
| Полдник            |                                           |           |                  |      |          |                         |             |
|                    | Шанежка наливная )                        | 60        | 5                | 5    | 33       | 199                     | 117         |
|                    | Чай с сахаром )                           | 150       |                  |      | 5        | 20                      | 685,02      |
| Итого за Полдник   |                                           | 210       | 5                | 5    | 38       | 219                     |             |
| Итого за день      |                                           | 1 234     | 30               | 38   | 164      | 1133                    |             |

|                            |        |      |      |       |        |  |
|----------------------------|--------|------|------|-------|--------|--|
| Итого за период            | 12 503 | 308  | 339  | 1558  | 10672  |  |
| Среднее значение за период |        | 30,8 | 33,9 | 155,8 | 1067,2 |  |

Составил  Самигуллина Ф. К.

Утвердил  Аминева Т.М.