

Десятидневное меню (1 часть)

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак				
Каша рисовая молочная Чай, булка с маслом, сыр Груша	Каша манная молочная Чай, булка с маслом, сыр Сок	Макаронны с сахаром и маслом Какао, булка с маслом Банан	Каша гречневая молочная Чай, булка с маслом Сок	Омлет, салат из зеленого горошка Кофе с молоком, булка Сок
Обед				
Салат из свеклы Суп овощной с мясом и сметаной Бефстроганов с гречкой Компот из с/ф Хлеб	Салат лимонный Суп рыбный «Лосось» Зразы мясные с яйцами Компот из с/ф хлеб	Суп рассольник с мясом и сметаной Голубцы ленивые формовые Компот из лимонов Хлеб	Снежный с мясом и сметаной Рыба в томатно- сметанном соусе Картофельное пюре Компот из с/ф Хлеб	Суп вермишелевый на м/б Куры рубленые капуста тушеная Компот из с/ф хлеб
Полдник				
Плюшка Кефир с сахаром	Вареники ленивые Кофе с молоком Булка	Оладьи с джемом Чай	Соус в тесте Чай	Биточки манные Кисель
Ужин				
Чай Булка	Чай Пряник	Молоко Булка	Какао Булка	Молоко Булка

Десятидневное меню (2 часть)

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак				
Каша пшеница молочная Чай, булка с маслом Яблоко	Вермишель молочная Чай, булка с маслом, сыр Сок	Каша геркулесовая вязкая Чай, булка с маслом, сыр Апельсин	Запеканка манная Молоко Сок	Плов фруктовый Чай с молоком, булка с маслом, сыр Сок
Обед				
Салат овощной Суп фасолевый с мясом Пирожок с печенью Компот из лимонов Хлеб	Салат морковный сладкий Щи из кислой капусты Биточки рыбные Рис, подлива Компот из с/ф Хлеб	Суп гороховый с мясом Запеканка картофельная с мясом Компот из свежих фруктов Хлеб	Салат из свеклы с черносливом Суп картофельный с мясом Суфле мясное, гречка с подливой Компот из с/ф Хлеб	Салат из моркови с яблоками Борщ с мясом и сметаной Котлета мясная, макаронны, подлива Компот из с/ф Хлеб
Полдник				
Винегрет, яйцо Чай, булка	Запеканка творожная «Лакомка» Какао	Пирожок с повидлом Напиток «Снежок»	Сырники со сметанным соусом Кофе с молоком	Рыба по-польски Чай, булка
Ужин				
Чай Булка	Чай Булка	Чай Булка	Чай Зефир	Молоко Вафля

Наименования	Норма		1 день		2 день		3 день		4 день		5 день		6 день		7 день		8 день		9 день		10 день		Фактически выдано			
	вслн	сдл	вслн	сдл	вслн	сдл	вслн	сдл	вслн	сдл	вслн	сдл	вслн	сдл	вслн	сдл	вслн	сдл	вслн	сдл	вслн	сдл	вслн	сдл		
Хлеб ржаной	30	60	30	60	30	60	30	60	30	60	30	60	30	60	30	60	30	60	30	60	30	60	30	60		
Хлеб пшеничный	60	110	60	110	60	110	60	110	60	110	60	110	60	110	60	110	60	110	60	110	60	110	60	99		
Мука пшеничная	10	25	45	50	5	15	30	50	30	50	15	15	40	50		5	40	50	23	25		10	22,35	32		
Крупы, бобовые	30	45	35	70	25	35	44	70	19	20	30	60	35	40	50	70	35	50	80	90	60	80	41,3	58,5		
Картофель	150	220	50	100	80	130	80	100	50	50			110	100	80	100	40	230	150	200	80	100	72	149		
Овощи разные	200	250	145	210	50	90	165	220	65	140	240	270	138	180	150	210	34	100	53	90	150	230	121	174		
Фрукты свежие	150	60	150	150				120	120				140	140			120	120	10	20	10	20	55	57		
Фрукты сухие	10	10	10	10	11	10			10	10	10	10				13	13			25	25	30	30	11	11	
Кондитерские изделия	7	10			50	50										25	25			30	30	50	50	17,5	17,5	
Сахар	30	55	49	60	56	65	47	55	33	60	32	35	53	40	54	63	44	55	60	60	47	45	49,9	53,8		
Масло сливочное	17	23	20	23	18	23	19	23	16	23	18,5	23	15	23	19	23	20	23	15	20	16	23	15,6	22,7		
Масло растительное	6	9	7,5	9	6	12	8	13	5	6	11	16	5,5	12	11	11	8	12	8	9	6	12	7,6	11,2		
Яйца	0,5	0,5	0,125	0,125	0,75	0,75	0,25	0,25	0,125	0,125	1,125	1,125	0,625	1,125	0,285	0,28	0,25	0,25	0,775	0,77	0,375	0,37	0,43	0,48		
Молоко	600	500	160	0,3	260	0,45	310	0,45	315	0,55	430	0,8	160	0,3	360	0,45	200	0,33	380	0,5	330	0,43	281	436		
Творог	50	40			120	100									120	100								36	30	
Мясо	85	100	90	100	50	100	100	100	30	50	130	130	180	100	50	50	100	100	90	100	100	100	84	93		
Рыба	25	50			40	40			60	130					70	130							60	100	23	40
Сметана	5	10	5	10			5	10	20	40									5	20	7	10	4,2	9		
Сыр	3	5	10	10	10	10									10	10	10	10			10	10	5	5		
Чай	0,2	0,2	2	2	2	2	3	3	2	2			3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	1,7	1,7		
Кофе	1	2			1	2					1	2							1	2			0,3	0,6		
Соль	2	5	5	10		10		10		10		10		10		10		10		10		10	5	10		
Дрожжи	1	1	1	2			1	2	1	2			1	2			1	2					0,5	1		
Скв					150	150			150	150	150	150			150	150			150	150	150	150	90	90		

Дни	От 1,5 до 3 лет				От 1,5 до 3 лет			
	Б	Ж	У	К - ть	Б	Ж	У	К - ть
1	42,54	53,6	187,24	1361,3	125,24	174,21	406,9	2083,5
2	55,17	55,5	230,9	1573,4	79,63	86,7	236,8	2029
3	33,24	39,64	205,6	1361,5	64,23	64,12	328,6	2069,1
4	49,76	62,77	229,84	1630	87,3	78	352,2	1970,2
5	72,37	61,9	148,6	1752	86,5	77,42	253	2054,3
6	57,1	42,73	195,5	1180,6	26,7	59,17	297,3	1942,3
7	59,81	55,08	222,76	1762,1	141,4	93,2	324,4	2329,1
8	49,9	64,74	180,8	1578,4	72,6	190	305	2185
9	75,9	68,9	319,75	2037,38	136,5	112,2	333,4	2200,7
10	55,87	83,2	238,56	1998	81	95	360,5	2468
В среднем в день	55,17	58,8	216,5	1623,5	77,4	103	319,8	2133,1