

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МАДОУ ЦРР детский сад №7



/ Э.Р.Баженова

Приказ № 4-а от 10 января 2022г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

**ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ
ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12-ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ
МАДОУ ЦРР ДЕТСКИЙ САД № 7,
В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ
ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ**

[illegible]

Неделя: первая								
День: Вторник								
Возрастная категория: 2 – 3 года								
№ стр.	№ рец.	Приём пищи наименование блюда	Выход (г)	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Вит. С
				Б	Ж	У		
		Завтрак (20 – 25%)						
127	44	Суп молочный с макаронными изделиями с маслом сливочным	150/3	2,1	3,5	10,81	93,49	
414	248	Какао с молоком	180	2,49	2,63	15,19	104,58	
		Хлеб пшеничный с сыром, маслом сливочным	35/4/4	3,45	4,9	15,78	124,76	
		<i>Итого за приём</i>	<i>376</i>	<i>8,04</i>	<i>11,03</i>	<i>41,78</i>	<i>322,83</i>	
		10.00 2-й завтрак (5%)						
		Сок	100	0,5	0	14,0	93,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>100</i>	<i>0,5</i>	<i>0</i>	<i>14,0</i>	<i>93,0</i>	
		Обед (30 – 35%)						
90	9	Салат из свёклы с растительным маслом	40	0,44	4,03	2,96	59,8	
122	39	Суп картофельный с мясными фрикадельками, со сметаной	150	2,33	3,63	9,74	80,04	
254	143/1	Рыба, тушеная в сметанном соусе	50/20	4,63	8,29	3,57	120,29	
367	207	Розовое пюре	110	1,51	2,8	10,73	78,34	
422	256	Напиток из шиповника	150	0,5	0	11,62	19,73	35,0
		Хлеб пшеничный	25	1,75	0,4	11,27	57,0	
		Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	12,82	86,8	
		<i>Итого за приём</i>	<i>585</i>	<i>13,36</i>	<i>19,55</i>	<i>62,71</i>	<i>502,0</i>	<i>35,0</i>
		Полдник (10 – 15%)						
438	269/2	Булочка «Веснушка»	50	2,77	2,62	25,15	135,61	
429	263	Чай	180	0	0	8,19	31,5	
		<i>Итого за приём</i>	<i>230</i>	<i>2,77</i>	<i>2,62</i>	<i>33,34</i>	<i>167,11</i>	
		Ужин (20 – 25%)						
232	132	Сырники с морковью	130	10,68	6,40	21,41	112,6	
397	233	Соус кисельный	30	0,20	0	2,27	9,65	
417	251	Кисломолочный продукт	180	5,04	5,74	7,36	101,26	
		Фрукты в ассортименте	65	0,96	0	25,1	104,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>405</i>	<i>16,88</i>	<i>12,14</i>	<i>56,14</i>	<i>327,51</i>	
				Пищевые вещества			Энерг. ценность	Вит. С
				Б	Ж	У	(ккал)	
		<i>Итого за день</i>		<i>41,55</i>	<i>45,34</i>	<i>207,97</i>	<i>1412,45</i>	<i>35,0</i>

Неделя: первая								
День: Среда								
Возрастная категория: 2 – 3 года								
№ стр.	№ рец.	Приём пищи наименование блюда	Выход (г)	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Вит. С
				Б	Ж	У		
Завтрак (20 – 25%)								
174	86	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	150/3	4,74	3,95	21,54	107,84	
420	254	Кофейный напиток с молоком	180	1,26	1,44	11,16	63,73	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным	35/4	2,47	3,9	15,78	111,04	
<i>Итого за приём</i>			<i>372</i>	<i>8,47</i>	<i>9,29</i>	<i>48,48</i>	<i>282,61</i>	
10.00 2-й завтрак (5%)								
		Сок	100	0,5	0	14,0	93,0	
<i>Итого за приём</i>			<i>100</i>	<i>0,5</i>	<i>0</i>	<i>14,0</i>	<i>93,0</i>	
Обед (30 – 35%)								
90	9	Салат из моркови с растительным маслом	40	0,44	4,03	2,96	49,8	
118	35	Суп овощной со сметаной	150	1,55	2,76	7,55	89,14	
292	161/1	Котлета из мяса говядины паровая (биточки)	55	7,71	8,52	4,51	131,01	
349	190	Каша перловая рассыпчатая	100	1,98	3,69	25,49	100,37	
390	228	Соус томатный	20	0,10	0,73	1,04	11,22	
406	242	Компот из свежих яблок	150	0,18	0	11,61	48,63	35,0
		Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	12,82	86,8	
<i>Итого за приём</i>			<i>555</i>	<i>14,16</i>	<i>20,13</i>	<i>65,98</i>	<i>516,97</i>	<i>35,0</i>
Полдник (10 – 15%)								
421	255	Молоко кипячёное	180	5,03	5,74	8,44	105,57	
		Пряник	20	0,96	0,52	15,52	67,2	
<i>Итого за приём</i>			<i>200</i>	<i>5,99</i>	<i>6,26</i>	<i>23,96</i>	<i>172,77</i>	
Ужин (20 – 25%)								
203	110/2	Омлет	150	11,43	11,83	3,51	171,34	
		Горошек зелёный	20	0,62	0,66	1,4	15,57	
403	239	Напиток из кураги	180	0,29	0	16,83	59,46	
		Фрукты (в ассортименте)	60	0,89	0	23,18	96,0	
<i>Итого за приём</i>			<i>410</i>	<i>13,23</i>	<i>12,49</i>	<i>44,92</i>	<i>342,37</i>	
				Пищевые вещества			Энерг. ценность	Вит. С
				Б	Ж	У	(ккал)	
<i>Итого за день</i>				<i>42,35</i>	<i>48,17</i>	<i>197,34</i>	<i>1407,72</i>	<i>35,0</i>

День: Четверг								
Возрастная категория: 2 – 3 года								
№ стр.	№ рец.	Приём пищи наименование блюда	Выход (г)	Пищевые вещества			Энерг. ценность (ккал)	Вит. С
				Б	Ж	У		
		Завтрак (20 – 25%)						
187	99	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150/3	3,04	4,65	20,12	125,30	
427	261	Чай с молоком	180	1,26	1,44	9,36	57,07	
		Хлеб пшеничный с сыром	35/7	4,17	2,31	15,78	103,81	
		<i>Итого за приём</i>	<i>375</i>	<i>8,47</i>	<i>8,4</i>	<i>45,26</i>	<i>286,18</i>	
		10.00 2-й завтрак (5%)						
		Сок	100	0,5	0	14,0	93,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>100</i>	<i>0,5</i>	<i>0</i>	<i>14,0</i>	<i>93,0</i>	
		Обед (30 – 35%)						
83	2	Салат витаминный с расти- тельным маслом (свежая капуста, яблоки, морковь)	40	0,44	4,04	2,63	46,04	
116	33	Рассольник ленинградский со сметаной	150	3,01	4,43	10,6	73,76	
334	181/2	Кура отварная порционная	60	10,3	14,78	0,83	170,58	
366	206	Пюре картофельное	100	1,43	3,37	12,51	71,3	
405	241	Компот из сухофруктов	150	0,4	0	18,85	77,63	35,0
		Хлеб пшеничный	25	1,75	0,4	11,27	57,0	
		Хлеб ржаной	20	1,1	0,2	6,41	43,44	
		<i>Итого за приём</i>	<i>545</i>	<i>18,43</i>	<i>27,22</i>	<i>63,1</i>	<i>539,75</i>	<i>35,0</i>
		Полдник (10 – 15%)						
397	233	Кисель из концентрата плодово-ягодного	180	1,22	0	21,66	87,92	
		Печенье	15	1,74	1,56	10,68	65,55	
		<i>Итого за приём</i>	<i>195</i>	<i>2,96</i>	<i>1,56</i>	<i>32,34</i>	<i>153,47</i>	
		Ужин (20 – 25%)						
257	144	Рыба тушёная с овощами	110	5,26	5,52	5,90	108,08	
		Яйцо отварное	40	4,28	4,12	0,16	46,8	
425	259	Напиток морковно-яблочный	180	0,48	0	11,19	38,9	
		Хлеб ржаной	20	1,1	0,2	6,41	43,44	
		Фрукты (в ассортименте)	65	0,97	0	25,1	104,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>415</i>	<i>12,09</i>	<i>9,84</i>	<i>48,76</i>	<i>341,22</i>	
				Пищевые вещества			Энерг. Ценность	Вит. С
				Б	Ж	У	(ккал)	
		<i>Итого за день</i>		<i>42,45</i>	<i>47,02</i>	<i>203,46</i>	<i>1413,62</i>	<i>35,0</i>

[illegible]

Неделя: вторая								
День: Понедельник								
Возрастная категория: 2 – 3 года								
№ стр.	№ рец.	Приём пищи наименование блюда	Выход (г)	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Вит. С
		Завтрак (20 – 25%)						
184	96	Каша пшённая молочная с маслом сливочным	150/3	3,41	3,8	11,33	107,73	
420	254	Кофейный напиток с молоком	180	1,26	1,44	11,16	63,73	
		Хлеб пшеничный с маслом	35/4	2,47	3,9	15,78	111,04	
		<i>Итого за приём</i>	<i>372</i>	<i>7,14</i>	<i>9,14</i>	<i>38,27</i>	<i>282,5</i>	
		10.00 2-й завтрак (5%)						
		Сок	100	0,5	0	14,0	93,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>100</i>	<i>0,5</i>	<i>0</i>	<i>14,0</i>	<i>93,0</i>	
		Обед (30 – 35%)						
87	6	Салат из капусты с яблоком, с растительным маслом	40	0,42	4,0	2,52	43,22	
110	27	Борщ со свежей капустой, мясом, со сметаной	150	3,3	3,92	3,11	76,14	
294	162/1	Печень по-строгановски в сметанном соусе	55/15	11,19	17,44	2,94	123,53	
366	206	Пюре картофельное	100	1,43	3,37	12,51	71,3	
403	239	Напиток из кураги	150	0,24	0	14,02	49,54	35,0
		Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	12,82	86,8	
		Хлеб пшеничный	25	1,75	0,4	11,27	57,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>575</i>	<i>20,53</i>	<i>29,53</i>	<i>59,19</i>	<i>507,53</i>	<i>35,0</i>
		Полдник (10 – 15%)						
397	233	Кисель из концентрата плодово-ягодного	180	1,22	0	21,66	87,92	
		Пряник	20	0,96	0,52	15,52	67,2	
		<i>Итого за приём</i>	<i>200</i>	<i>2,18</i>	<i>0,52</i>	<i>37,18</i>	<i>155,12</i>	
		Ужин (20 – 25%)						
345	186	Греча рассыпчатая	100	2,8	2,55	12,38	97,54	
316	173/1	Тефтели мясные паровые	60	8,5	5,62	3,47	94,75	
378	216	Соус белый	30	0,16	1,10	1,05	14,85	
426	260	Чай с лимоном	180	0,06	0	8,82	36,95	
		Фрукты (в ассортименте)	75	1,12	0	28,96	128,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>445</i>	<i>12,64</i>	<i>9,27</i>	<i>54,68</i>	<i>372,09</i>	
				Пищевые вещества			Энерг. Ценность	Вит. С
				Б	Ж	У	(ккал)	
		<i>Итого за день</i>		<i>42,99</i>	<i>48,45</i>	<i>203,32</i>	<i>1410,24</i>	<i>35,0</i>

Неделя: вторая								
День: Вторник								
Возрастная категория: 2 – 3 года								
№ стр.	№ рец.	Приём пищи наименование блюда	Выход (г)				Энерг. ценность (ккал)	Вит. С
		Завтрак (20 – 25%)		Б	Ж	У		
203	110/2	Омлет	150	11,43	11,83	3,51	171,34	
427	261	Чай с молоком	180	1,26	1,44	9,36	57,07	
		Хлеб пшеничный с сыром	35/7	4,17	2,31	15,78	103,81	
		<i>Итого за приём</i>	<i>372</i>	<i>16,86</i>	<i>15,58</i>	<i>28,65</i>	<i>332,22</i>	
		10.00 2-й завтрак (5%)						
		Сок	100	0,5	0	14,0	93,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>100</i>	<i>0,5</i>	<i>0</i>	<i>14,0</i>	<i>93,0</i>	
		Обед (30 – 35%)						
85	4	Салат из капусты и моркови с растительным маслом	40	0,64	4,02	2,26	46,56	
123	40	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150/20	2,27	3,94	10,09	64,73	
243	137/2	Рыба, припущенная в молоке	75	3,78	3,19	3,76	62,12	
350	191	Рис отварной	100	1,69	2,84	20,74	107,98	
405	241	Компот из сухофруктов	150	0,41	0	18,85	77,63	35,0
		Хлеб пшеничный	20	1,4	0,32	9,02	45,6	
		Хлеб ржаной	20	1,1	0,2	6,41	43,44	
		<i>Итого за приём</i>	<i>575</i>	<i>11,29</i>	<i>14,51</i>	<i>71,13</i>	<i>448,06</i>	<i>35,0</i>
		Полдник (10 – 15%)						
417	251	Кисломолочный продукт	180	5,04	5,74	7,36	101,26	
		Печенье	20	2,32	2,08	14,24	87,4	
		<i>Итого за приём</i>	<i>200</i>	<i>7,36</i>	<i>7,82</i>	<i>21,6</i>	<i>188,66</i>	
		Ужин (20 – 25%)						
364	204	Огурец свежий порционный	30	0,36	0	1,92	8,1	
		Картофель отварной	120	1,7	4,82	17,76	107,96	
		Сельдь порционная	15	1,39	2,39	0	7,85	
		Хлеб ржаной	20	1,1	0,2	6,41	43,44	
425	259	Напиток морковно-яблочный	180	0,48	0	11,19	38,9	
		Фрукты (в ассортименте)	85	1,27	0	32,84	136,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>450</i>	<i>6,3</i>	<i>7,41</i>	<i>70,12</i>	<i>342,25</i>	
				Пищевые вещества			Энерг. ценность	Вит. С
				Б	Ж	У	(ккал)	
		<i>Итого за приём</i>		<i>42,31</i>	<i>45,32</i>	<i>205,5</i>	<i>1404,19</i>	<i>35,0</i>

Неделя: вторая									
День: Среда									
Возрастная категория: 2 – 3 года									
№ стр.	№ рец.	Приём пищи наименование блюда	Выход (г)				Энерг. ценность (ккал)	Вит. С	
Завтрак (20 – 25%)				Б	Ж	У			
221	121	Зразы творожные с изюмом, молочным сладким соусом	120/40	6,31	3,1	31,39	150,47		
429	263	Чай	180	0	0	4,59	18,8		
		Хлеб пшеничный с сыром, маслом сливочным	35/4/4	3,45	4,9	15,78	124,76		
Итого за приём			383	9,76	8,0	51,76	294,03		
10.00 2-й завтрак (5%)									
		Сок	100	0,5	0	14,0	93,0		
Итого за приём			100	0,5	0	14,0	93,0		
Обед (30 – 35%)									
92	11	Салат из моркови с зелёным горошком с растительным маслом	40	0,76	4,04	2,49	42,83		
125	42	Суп крестьянский с крупой, со сметаной	150	1,38	3,15	4,55	70,60		
268	149/1	Бифштекс рубленый паровой	60	10,34	10,48	0,18	123,86		
360	200	Капуста тушёная	110	1,14	4,81	11,42	81,2		
422	256	Напиток из шиповника	150	0,50	0	11,62	19,73	35,0	
		Хлеб пшеничный	25	1,75	0,4	11,27	57,0		
		Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	12,82	86,8		
Итого за приём			575	18,07	23,28	54,35	482,02	35,0	
Полдник (10 – 15%)									
421	255	Молоко кипячёное	180	5,03	5,74	8,44	105,57		
		Вафля	15	0,48	0,42	12,0	51,6		
Итого за приём			195	5,51	6,16	20,44	157,17		
Ужин (20 – 25%)									
179	91	Каша молочная кукурузная с маслом	150/3	2,87	3,09	16,59	93,64		
		Яйцо отварное	40	4,28	4,12	0,16	46,8		
414	248	Какао с молоком	180	2,49	2,63	15,19	104,58		
		Фрукты (в ассортименте)	85	0,27	0	32,84	136,0		
Итого за приём			458	9,91	9,84	64,78	381,02		
				Пищевые вещества			Энерг. Ценность	Вит. С	
				Б	Ж	У	(ккал)		
Итого за день				43,75	47,28	205,33	1407,24	35,0	

Неделя: вторая								
День: Четверг								
Возрастная категория: 2 – 3 года								
№ стр.	№ реп.	Приём пищи наименование блюда	Выхо д (г)				Энерг. ценность (ккал)	Вит. С
				Б	Ж	У		
		Завтрак (20 – 25%)						
126	43	Суп молочный с гречневой (рисовой) крупой	150/3	1,67	2,46	13,04	98,2	
420	254	Кофейный напиток с молоком	180	1,26	1,44	11,16	63,73	
		Хлеб пшеничный с маслом сливочным	35/4	2,47	3,9	15,78	111,04	
		<i>Итого за приём</i>	<i>372</i>	<i>5,4</i>	<i>7,8</i>	<i>39,98</i>	<i>272,97</i>	
		10.00 2-й завтрак (5%)						
		Сок	100	0,5	0	14,0	93,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>100</i>	<i>0,5</i>	<i>0</i>	<i>14,0</i>	<i>93,0</i>	
		Обед (30 – 35%)						
99	18	Салат из свежих помидоров с растительным маслом	40	0,4	4,05	1,84	41,56	
130	47	Суп-лапша домашняя	150	1,17	3,03	8,4	79,26	
338	183/1	Суфле куриное	60	13,42	16,54	1,89	187,65	
372	212	Пюре из свёклы	110	1,46	2,44	12,71	60,1	
406	242	Компот из свежих яблок	150	0,18	0	11,61	48,63	35,0
		Хлеб пшеничный	25	1,75	0,4	11,27	57,0	
		Хлеб ржаной	20	1,1	0,2	6,41	43,44	
		<i>Итого за приём</i>	<i>555</i>	<i>19,48</i>	<i>26,66</i>	<i>54,13</i>	<i>517,64</i>	<i>35,0</i>
		Полдник (10 – 15%)						
397	233	Кисель из концентрата плодово-ягодного	180	1,22	0	21,66	87,92	
		Печенье	15	1,74	1,56	10,68	65,55	
		<i>Итого за приём</i>	<i>195</i>	<i>2,96</i>	<i>1,56</i>	<i>32,34</i>	<i>153,47</i>	
		Ужин (20 – 25%)						
244	138/1	Рыба, запеченная в омлете	120	11,47	10,0	6,97	131,22	
356	196	Горошек зелёный	25	0,78	0,82	1,75	19,46	
		Хлеб ржаной	20	1,1	0,2	6,41	43,44	
425	259	Напиток морковно-яблочный	180	0,48	0	11,19	38,9	
		Фрукты (в ассортименте)	85	0,27	0	32,84	136,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>430</i>	<i>14,1</i>	<i>11,02</i>	<i>59,16</i>	<i>369,02</i>	
				Пищевые вещества			Энерг. Ценность	Вит. С
				Б	Ж	У	(ккал)	
		<i>Итого за день</i>		<i>42,44</i>	<i>47,04</i>	<i>199,61</i>	<i>1406,1</i>	<i>35,0</i>

Неделя: вторая								
День: Пятница								
Возрастная категория: 2 – 3 года								
№ стр.	№ рец.	Приём пищи наименование блюда	Выход (г)	Б	Ж	У	Энерг. ценность (ккал)	Вит. С
		Завтрак (20 – 25%)						
179	91	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/3	2,87	3,09	16,59	93,64	
427	261	Чай с молоком	180	1,26	1,44	9,36	57,07	
		Хлеб пшеничный с сыром	40/7	4,52	2,39	18,04	115,2	
		<i>Итого за приём</i>	<i>380</i>	<i>8,65</i>	<i>6,92</i>	<i>43,99</i>	<i>265,91</i>	
		10.00 2-й завтрак (5%)						
		Сок	100	0,5	0	14,0	93,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>100</i>	<i>0,5</i>	<i>0</i>	<i>14,0</i>	<i>93,0</i>	
		Обед (30 – 35%)						
100	19	Салат из свёклы с яблоками с маслом растительным	40	0,36	4,05	3,28	47,9	
119	36	Суп картофельный с бобо- выми, сметаной и гречками	150/20	1,49	2,6	7,16	59,27	
284	157/1	Картофельная запеканка с мясом	120	10,36	15,22	13,62	202,88	
390	228	Соус томатный	30	0,16	1,1	1,57	16,84	
426	260	Чай с лимоном	150	0,04	0	7,35	30,79	
		Хлеб ржаной	40	2,2	0,4	12,82	86,8	
		<i>Итого за приём</i>	<i>550</i>	<i>14,61</i>	<i>23,37</i>	<i>45,8</i>	<i>444,48</i>	
		Полдник (10 – 15%)						
473	289/2	Ватрушка с повидлом	55	3,45	2,22	32,37	125,75	
417	251	Кисломолочный продукт	180	5,04	5,74	7,36	101,26	
		<i>Итого за приём</i>	<i>235</i>	<i>8,49</i>	<i>7,96</i>	<i>39,73</i>	<i>227,01</i>	
		Ужин (20 – 25%)						
368	208	Морковь в молочном соусе	120	1,51	3,62	10,7	98,29	
289	159/1	Кнели из говядины	55	6,53	5,44	3,63	102,47	
403	239	Напиток из кураги	180	0,29	0	16,83	59,46	35,0
		Фрукты (в ассортименте)	75	1,12	0	28,96	120,0	
		<i>Итого за приём</i>	<i>430</i>	<i>9,45</i>	<i>9,06</i>	<i>60,12</i>	<i>380,22</i>	<i>35,0</i>
				Пищевые вещества			Энерг. ценность	Вит. С
				Б	Ж	У	(ккал)	
		<i>Итого за день</i>		<i>41,7</i>	<i>47,31</i>	<i>203,64</i>	<i>1410,62</i>	<i>35,0</i>

**СРЕДНИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ ДЕСЯТИДНЕВНОГО МЕНЮ
ПО ПИЩЕВЫМ ВЕЩЕСТВАМ И ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ ЦЕННОСТИ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ**

<i>День десятидневного цикла</i>	<i>Пищевые вещества</i>			<i>Энергетическая ценность (ккал)</i>
	<i>Б</i>	<i>Ж</i>	<i>У</i>	
Первый день	41,76	46,51	203,95	1402,44
Второй день	41,55	45,34	207,97	1412,45
Третий день	42,35	48,17	197,34	1407,72
Четвёртый день	42,45	47,02	203,46	1413,62
Пятый день	42,06	48,87	202,23	1409,28
Шестой день	42,99	48,46	203,32	1410,24
Седьмой день	42,31	45,32	205,50	1404,19
Восьмой день	43,75	47,28	205,53	1407,24
Девятый день	42,44	47,04	199,61	1406,10
Десятый день	41,70	47,31	203,64	1410,62
ИТОГО	423,36	471,32	2032,55	14083,9
СРЕДНИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ	42,33	47,13	203,25	1408,39

**СРЕДНИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ РАСПРЕДЕЛЕНИЯ ЭНЕРГЕТИЧЕСКОЙ ЦЕННОСТИ
СУТОЧНОГО РАЦИОНА ПО ОТДЕЛЬНЫМ ПРИЁМАМ ПИЩИ
ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 2 ДО 3 ЛЕТ**

День десятидневного цикла	Энергетическая ценность суточного рациона	Завтрак		Второй завтрак		Обед		Полдник		Ужин	
		ккал	%	ккал	%	ккал	%	ккал	%	ккал	%
Первый день	1402,44	277,48	19,8	93,0	6,6	498,61	35,5	157,17	11,2	376,18	26,8
Второй день	1412,45	322,83	22,8	93,0	6,6	502,0	35,5	167,11	11,8	327,51	23,1
Третий день	1407,72	282,61	20,0	93,0	6,6	516,97	36,7	172,77	12,2	342,37	24,3
Четвёртый день	1413,62	286,18	20,2	93,0	6,5	539,75	38,1	153,47	10,9	341,22	24,1
Пятый день	1409,28	279,10	19,8	93,0	6,6	449,46	31,9	224,26	15,9	363,46	25,8
Шестой день	1410,24	282,50	20,0	93,0	6,6	507,53	35,9	155,12	11,0	372,09	26,3
Седьмой день	1404,19	332,22	23,6	93,0	6,6	448,06	31,9	188,66	13,4	342,25	24,3
Восьмой день	1407,24	294,03	20,9	93,0	6,6	482,02	34,2	157,17	11,1	381,02	27,0
Девятый день	1406,10	272,97	19,4	93,0	6,6	517,64	36,8	153,47	10,9	369,02	26,2
Десятый день	1410,62	265,91	18,8	93,0	6,6	444,48	31,5	227,01	16,0	380,22	26,9
ИТОГО	14083,9	2895,83		930		4906,5		1756,2		3595,3	
СРЕДНИЙ ПОКАЗАТЕЛЬ	1408,39	289,58	20,5	93,0	6,6	490,65	34,9	175,6	12,5	359,5	25,5

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 25910413180194252715292873429998908689710672430

Владелец Баженова Эльвира Ринатовна

Действителен с 31.08.2023 по 30.08.2024