

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СОРТАВАЛЬСКОГО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА РЕСПУБЛИКИ КАРЕЛИЯ ДЕТСКИЙ САД №23 «ЛАДУШКИ»

Утверждаю: Директор МКДОУ  
Сортавальского МО РК ДС № 23  
/Петрова М.В.  
« 28.02 » 2025 г.  
Приказ № 44

Приложение №8 к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Диета №37( исключение из рациона сахара, молока  
цельного, хлебобулочных изделий)

Сезон:

Возрастная категория

| Прием пищи         | Наименование блюда                             | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |    | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|--------------------|------------------------------------------------|----------------|----------------------|----|----|-------------------------------------------|----------------|
|                    |                                                |                | Б                    | Ж  | У  |                                           |                |
|                    | Яйцо куриное диетическое,<br>сваренное вкрутую | 40             | 5                    | 4  |    | 52                                        | 200            |
|                    | Чай без сахара (диета)                         | 200            |                      |    |    | 1                                         | 160 105,01     |
|                    | Масло коровье сладкосливочное<br>(ясли/сад)    | 5              |                      | 4  |    | 37                                        | 140 112        |
| Итого за Завтрак   |                                                |                | 5                    | 8  |    | 90                                        |                |
|                    | Яблоко (ясли/сад)                              | 100            |                      |    | 10 | 47                                        | 210 110        |
| Итого за Завтрак 2 |                                                |                |                      |    | 10 | 47                                        |                |
|                    | Икра кабачковая (ясли/сад)                     | 50             | 1                    | 4  | 4  | 60                                        | 100 502        |
|                    | Говядина отварная (ясли/сад)                   | 10             | 3                    | 2  |    | 32                                        | 120 509        |
|                    | Борщ с капустой и картофелем<br>(ясли/сад)     | 180            | 1                    | 2  | 9  | 60                                        | 110 101,01     |
|                    | Плов из отварной говядины<br>(ясли/сад)        | 180            | 8                    | 11 | 33 | 259                                       | 120 550,01     |
|                    | Компот из сухофруктов (ясли/сад)               | 180            |                      |    | 19 | 71                                        | 241,01         |
| Итого за Обед      |                                                |                | 13                   | 19 | 65 | 482                                       |                |
|                    | Макароны отварные с сыром<br>(ясли/сад)        | 130            | 4                    | 6  | 24 | 163                                       | 206,01         |
|                    | Чай без сахара (диета)                         | 180            |                      |    |    | 1                                         | 160 105,01     |
| Итого за Полдник   |                                                |                | 4                    | 6  | 24 | 164                                       |                |
| Итого за день      |                                                |                | 22                   | 33 | 99 | 783                                       |                |

## Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 2)

Рацион: Диета №37( исключение из рациона сахара, молока  
цельного, хлебобулочных изделий)

Сезон:

Возрастная категория

| Прием пищи                | Наименование блюда                                                         | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |    | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|---------------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------|----|----|-------------------------------------------|----------------|
|                           |                                                                            |                | Б                    | Ж  | У  |                                           |                |
|                           | Яйцо куриное диетическое,<br>сваренное вкрутую                             | 40             | 5                    | 4  |    | 52                                        | 200            |
|                           | Чай без сахара (диета)                                                     | 200            |                      |    |    | 1                                         | 160 105,01     |
|                           | Масло коровье сладкосливочное<br>(ясли/сад)                                | 5              |                      | 4  |    | 37                                        | 140 112        |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                                                            |                | 5                    | 8  |    | 90                                        |                |
|                           | Фрукты                                                                     | 100            |                      |    | 10 | 49                                        | 400            |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                                                            |                |                      |    | 10 | 49                                        |                |
|                           | Салат из помидоров и огурцов<br>свежих с растительным маслом<br>(ясли/сад) | 50             |                      | 3  | 1  | 35                                        | 19             |
|                           | Птица отварная (ясли/сад)                                                  | 20             | 4                    | 3  |    | 48                                        | 120 603        |
|                           | Суп гороховый с гренками<br>(ясли/сад)                                     | 180            | 5                    | 4  | 16 | 114                                       | 110 327,01     |
|                           | Гуляш из отварной птицы (ясли/сад)                                         | 70             | 5                    | 6  | 1  | 81                                        | 120 601        |
|                           | Пюре картофельное (ясли/сад)                                               | 130            | 2                    | 3  | 19 | 102                                       | 202            |
|                           | Кисель из клюквы<br>быстрозамороженной                                     | 180            |                      |    | 21 | 78                                        | 160 203        |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                                                            |                | 16                   | 19 | 58 | 458                                       |                |
|                           | Картофель отварной(диета)                                                  | 130            | 4                    | 3  | 29 | 156                                       | 130 103        |
|                           | Чай без сахара (диета)                                                     | 180            |                      |    |    | 1                                         | 160 105,01     |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                                                            |                | 4                    | 3  | 29 | 157                                       |                |
| <b>Итого за день</b>      |                                                                            |                | 25                   | 30 | 97 | 754                                       |                |

Рацион: Диета №37( исключение из рациона сахара, молока цельного, хлебобулочных изделий)

Сезон:

Возрастная категория

| Прием пищи         | Наименование блюда                               | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |    | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------|--------------------------------------------------|-------------|----------------------|----|----|--------------------------------|-------------|
|                    |                                                  |             | Б                    | Ж  | У  |                                |             |
|                    | Каша из хлопьев овсяных(на воде)                 | 165         | 3                    | 14 | 21 | 221                            | 255         |
|                    | Чай без сахара (диета)                           | 200         |                      |    |    | 1                              | 160 105,01  |
|                    | Масло коровье сладкосливочное (ясли/сад)         | 5           |                      | 4  |    | 37                             | 140 112     |
|                    | Сыр (ясли/сад)                                   | 5           | 1                    | 1  |    | 18                             | 100 102     |
| Итого за Завтрак   |                                                  |             | 4                    | 19 | 21 | 277                            |             |
|                    | Яблоко (ясли/сад)                                | 100         |                      |    | 10 | 47                             | 210 110     |
| Итого за Завтрак 2 |                                                  |             |                      |    | 10 | 47                             |             |
|                    | Салат из свеклы с растительным маслом (ясли/сад) | 50          | 1                    | 4  | 4  | 58                             | 100 407     |
|                    | Говядина отварная (ясли/сад)                     | 10          | 3                    | 2  |    | 32                             | 120 509     |
|                    | Суп картофельный с бобовыми (фасоль) (ясли/сад)  | 180         | 3                    | 4  | 13 | 94                             | 110 329     |
|                    | Голубцы ленивые (ясли/сад)                       | 180         | 16                   | 12 | 19 | 233                            | 120 542,01  |
|                    | Компот из плодов сухих (изюм, чернослив)         | 180         |                      |    | 23 | 85                             | 160 209     |
| Итого за Обед      |                                                  |             | 23                   | 22 | 59 | 502                            |             |
|                    | Омлет натуральный, запеченный                    | 80          | 5                    | 8  | 2  | 108                            | 201         |
|                    | Чай без сахара (диета)                           | 180         |                      |    |    | 1                              | 160 105,01  |
| Итого за Полдник   |                                                  |             | 5                    | 8  | 2  | 109                            |             |
| Итого за день      |                                                  |             | 32                   | 49 | 92 | 935                            |             |

## Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 3)

Рацион: Диета №37( исключение из рациона сахара, молока цельного, хлебобулочных изделий)

Сезон:

Возрастная категория

| Прием пищи                | Наименование блюда                            | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|---------------------------|-----------------------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|--------------------------------|-------------|
|                           |                                               |             | Б                    | Ж  | У   |                                |             |
|                           | Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую   | 40          | 5                    | 4  |     | 52                             | 200         |
|                           | Чай без сахара (диета)                        | 200         |                      |    |     | 1                              | 160 105,01  |
|                           | Масло коровье сладкосливочное (ясли/сад)      | 5           |                      | 4  |     | 37                             | 140 112     |
| <b>Итого за Завтрак</b>   |                                               |             | 5                    | 8  |     | 90                             |             |
|                           | Фрукты                                        | 100         |                      |    | 10  | 49                             | 400         |
| <b>Итого за Завтрак 2</b> |                                               |             |                      |    | 10  | 49                             |             |
|                           | Горошек зеленый консервированный (ясли/сад)   | 50          | 2                    |    | 5   | 28                             | 100 540,01  |
|                           | Говядина отварная (ясли/сад)                  | 10          | 3                    | 2  |     | 32                             | 120 509     |
|                           | Щи из квашеной капусты с картофелем(ясли/сад) | 180         | 41                   | 27 | 23  | 523                            | 71          |
|                           | Котлета рубленая из фарша рыбного (ясли/сад)  | 70          | 8                    | 2  | 10  | 104                            | 120 401,01  |
|                           | Рис отварной (ясли/сад)                       | 130         | 2                    | 5  | 34  | 176                            | 258         |
|                           | Компот из плодов свежих (яблоки) (ясли/сад)   | 180         |                      |    | 21  | 76                             | 160 209     |
| <b>Итого за Обед</b>      |                                               |             | 56                   | 36 | 93  | 939                            |             |
|                           | Запеканка из творога (ясли/сад)               | 80          | 9                    | 8  | 14  | 174                            | 120 305,01  |
|                           | Чай без сахара (диета)                        | 180         |                      |    |     | 1                              | 160 105,01  |
| <b>Итого за Полдник</b>   |                                               |             | 9                    | 8  | 14  | 175                            |             |
| <b>Итого за день</b>      |                                               |             | 70                   | 52 | 117 | 1253                           |             |

Рацион: Диета №37( исключение из рациона сахара, молока цельного, хлебобулочных изделий)

Сезон:

Возрастная категория

| Прием пищи         | Наименование блюда                             | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|--------------------|------------------------------------------------|----------------|----------------------|----|-----|-------------------------------------------|----------------|
|                    |                                                |                | Б                    | Ж  | У   |                                           |                |
|                    | Яйцо куриное диетическое,<br>сваренное вкрутую | 40             | 5                    | 4  |     | 52                                        | 200            |
|                    | Чай без сахара (диета)                         | 200            |                      |    |     | 1                                         | 160 105,01     |
|                    | Масло коровье сладкосливочное<br>(ясли/сад)    | 5              |                      | 4  |     | 37                                        | 140 112        |
| Итого за Завтрак   |                                                |                | 5                    | 8  |     | 90                                        |                |
|                    | Яблоко (ясли/сад)                              | 100            |                      |    | 10  | 47                                        | 210 110        |
| Итого за Завтрак 2 |                                                |                |                      |    | 10  | 47                                        |                |
|                    | Морковь отварная                               | 50             | 1                    |    | 3   | 15                                        | 221,1          |
|                    | Говядина отварная (ясли/сад)                   | 10             | 3                    | 2  |     | 32                                        | 120 509        |
|                    | Суп из овощей на мясном бульоне<br>(ясли/сад)  | 180            | 6                    | 5  | 29  | 181                                       | 110 305,01     |
|                    | Печень, тушенная в сметане                     | 70             | 9                    | 6  | 7   | 132                                       | 204            |
|                    | Пюре картофельное (ясли/сад)                   | 130            | 2                    | 3  | 19  | 102                                       | 202            |
|                    | Компот из плодов сухих (чернослив)             | 180            |                      |    | 17  | 65                                        | 160 215        |
| Итого за Обед      |                                                |                | 21                   | 16 | 75  | 527                                       |                |
|                    | Каша гречневая рассыпчатая<br>(ясли/сад)       | 150            | 4                    | 5  | 29  | 169                                       | 130 309,01     |
|                    | Кефир (ясли/сад)                               | 180            | 5                    | 5  | 7   | 95                                        | 230 013        |
| Итого за Полдник   |                                                |                | 9                    | 10 | 36  | 264                                       |                |
| Итого за день      |                                                |                | 35                   | 34 | 121 | 928                                       |                |

## Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 4)

Рацион: Диета №37( исключение из рациона сахара, молока  
цельного, хлебобулочных изделий)

Сезон:

Возрастная категория

| Прием пищи              | Наименование блюда                             | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|-------------------------|------------------------------------------------|----------------|----------------------|----|-----|-------------------------------------------|----------------|
|                         |                                                |                | Б                    | Ж  | У   |                                           |                |
|                         | Яйцо куриное диетическое,<br>сваренное вкрутую | 40             | 5                    | 4  |     | 52                                        | 200            |
|                         | Чай без сахара (диета)                         | 200            |                      |    |     | 1                                         | 160 105,01     |
|                         | Масло коровье сладкосливочное<br>(ясли/сад)    | 5              |                      | 4  |     | 37                                        | 140 112        |
|                         | <b>Итого за Завтрак</b>                        |                | 5                    | 8  |     | 90                                        |                |
|                         | Яблоко (ясли/сад)                              | 100            |                      |    | 10  | 47                                        | 210 110        |
|                         | <b>Итого за Завтрак 2</b>                      |                |                      |    | 10  | 47                                        |                |
|                         | Огурцы свежие (ясли/сад)                       | 50             |                      |    | 1   | 7                                         | 100 519        |
|                         | Говядина отварная (ясли/сад)                   | 10             | 3                    | 2  |     | 32                                        | 120 509        |
|                         | Свекольник со сметаной (ясли/сад)              | 180            | 1                    | 2  | 9   | 62                                        | 101            |
|                         | Гуляш из отварного мяса (ясли/сад)             | 70             | 7                    | 7  | 2   | 114                                       | 120 549,01     |
|                         | Изделия макаронные отварные<br>(ясли/сад)      | 130            | 3                    | 3  | 31  | 156                                       | 130 401,01     |
|                         | Компот из сухофруктов (ясли/сад)               | 180            |                      |    | 19  | 71                                        | 241,01         |
|                         | <b>Итого за Обед</b>                           |                | 14                   | 14 | 62  | 442                                       |                |
|                         | Изделия макаронные отварные<br>(ясли/сад)      | 130            | 3                    | 3  | 31  | 156                                       | 130 401,01     |
|                         | Чай без сахара (диета)                         | 180            |                      |    |     | 1                                         | 160 105,01     |
| <b>Итого за Полдник</b> |                                                |                | 3                    | 3  | 31  | 157                                       |                |
| <b>Итого за день</b>    |                                                |                | 22                   | 25 | 103 | 736                                       |                |

Рацион: Диета №37( исключение из рациона сахара, молока цельного, хлебобулочных изделий)

Сезон:

Возрастная категория

| Прием пищи         | Наименование блюда                                                   | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|--------------------------------|-------------|
|                    |                                                                      |             | Б                    | Ж  | У   |                                |             |
|                    | Каша из хлопьев овсяных(на воде)                                     | 165         | 3                    | 14 | 21  | 221                            | 255         |
|                    | Чай без сахара (диета)                                               | 200         |                      |    |     | 1                              | 160 105,01  |
|                    | Масло коровье сладкосливочное (ясли/сад)                             | 5           |                      | 4  |     | 37                             | 140 112     |
|                    | Сыр (ясли/сад)                                                       | 5           | 1                    | 1  |     | 18                             | 100 102     |
| Итого за Завтрак   |                                                                      |             | 4                    | 19 | 21  | 277                            |             |
|                    | Фрукты                                                               | 100         |                      |    | 10  | 49                             | 400         |
| Итого за Завтрак 2 |                                                                      |             |                      |    | 10  | 49                             |             |
|                    | Салат из помидоров и огурцов свежих с растительным маслом (ясли/сад) | 50          |                      | 3  | 1   | 35                             | 19          |
|                    | Птица отварная (ясли/сад)                                            | 20          | 4                    | 3  |     | 48                             | 120 603     |
|                    | Рассольник ленинградский (ясли/сад)                                  | 180         | 2                    | 3  | 15  | 92                             | 110 208,01  |
|                    | Биточки рубленые куриные (ясли/сад)                                  | 70          | 8                    | 11 | 10  | 178                            | 120 611,01  |
|                    | Капуста тушеная (ясли/сад)                                           | 130         | 2                    | 5  | 10  | 74                             | 130 201,01  |
|                    | Компот из плодов свежих (яблоки) (ясли/сад)                          | 180         |                      |    | 21  | 76                             | 160 209     |
| Итого за Обед      |                                                                      |             | 16                   | 25 | 57  | 503                            |             |
|                    | Запеканка из творога (ясли/сад)                                      | 80          | 9                    | 8  | 14  | 174                            | 120 305,01  |
|                    | Чай без сахара (диета)                                               | 180         |                      |    |     | 1                              | 160 105,01  |
| Итого за Полдник   |                                                                      |             | 9                    | 8  | 14  | 175                            |             |
| Итого за день      |                                                                      |             | 29                   | 52 | 102 | 1004                           |             |

## Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 5)

Рацион: Диета №37( исключение из рациона сахара, молока цельного, хлебобулочных изделий)

Сезон:

Возрастная категория

| Прием пищи         | Наименование блюда                          | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |    | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------|---------------------------------------------|-------------|----------------------|----|----|--------------------------------|-------------|
|                    |                                             |             | Б                    | Ж  | У  |                                |             |
|                    | Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую | 40          | 5                    | 4  |    | 52                             | 200         |
|                    | Чай без сахара (диета)                      | 200         |                      |    |    | 1                              | 160 105,01  |
|                    | Масло коровье сладкосливочное (ясли/сад)    | 5           |                      | 4  |    | 37                             | 140 112     |
| Итого за Завтрак   |                                             |             | 5                    | 8  |    | 90                             |             |
|                    | Яблоко (ясли/сад)                           | 100         |                      |    | 10 | 47                             | 210 110     |
| Итого за Завтрак 2 |                                             |             |                      |    | 10 | 47                             |             |
|                    | Горошек зеленый консервированный (ясли/сад) | 50          | 2                    |    | 5  | 28                             | 100 540,01  |
|                    | Фрикадельки мясные                          | 20          | 3                    | 3  | 2  | 48                             | 121         |
|                    | Суп картофельный с мясными фрикадельками    | 180         | 2                    | 2  | 13 | 71                             | 83          |
|                    | Печень, тушенная в сметане                  | 70          | 9                    | 6  | 7  | 132                            | 204         |
|                    | Пюре картофельное (ясли/сад)                | 130         | 2                    | 3  | 19 | 102                            | 202         |
|                    | Кисель вишневый                             | 180         |                      |    | 15 | 56                             | 160 225     |
| Итого за Обед      |                                             |             | 18                   | 14 | 61 | 437                            |             |
|                    | Винегрет (ясли/сад)                         | 100         | 1                    | 7  | 9  | 135                            | 100 501     |
|                    | Чай без сахара (диета)                      | 180         |                      |    |    | 1                              | 160 105,01  |
| Итого за Полдник   |                                             |             | 1                    | 7  | 9  | 136                            |             |
| Итого за день      |                                             |             | 24                   | 29 | 80 | 710                            |             |

Рацион: Диета №37( исключение из рациона сахара, молока цельного, хлебобулочных изделий)

Сезон:

Возрастная категория

| Прием пищи         | Наименование блюда                              | Выход<br>блюда | Пищевые вещества (г) |    |    | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) | №<br>рецептуры |
|--------------------|-------------------------------------------------|----------------|----------------------|----|----|-------------------------------------------|----------------|
|                    |                                                 |                | Б                    | Ж  | У  |                                           |                |
|                    | Яйцо куриное диетическое,<br>сваренное вкрутую  | 40             | 5                    | 4  |    | 52                                        | 200            |
|                    | Чай без сахара (диета)                          | 200            |                      |    |    | 1                                         | 160 105,01     |
|                    | Масло коровье сладкосливочное<br>(ясли/сад)     | 5              |                      | 4  |    | 37                                        | 140 112        |
| Итого за Завтрак   |                                                 |                | 5                    | 8  |    | 90                                        |                |
|                    | Фрукты                                          | 100            |                      |    | 10 | 49                                        | 400            |
| Итого за Завтрак 2 |                                                 |                |                      |    | 10 | 49                                        |                |
|                    | Кукуруза консервированная<br>(ясли/сад)         | 50             | 1                    | 1  | 5  | 35                                        | 29             |
|                    | Суп рыбный (ясли/сад)                           | 180            | 7                    | 7  | 8  | 125                                       | 1,1            |
|                    | Котлета рубленая из фарша<br>рыбного (ясли/сад) | 70             | 8                    | 2  | 10 | 104                                       | 120 401,01     |
|                    | Рагу из овощей (ясли/сад)                       | 130            | 1                    | 4  | 12 | 85                                        | 77             |
|                    | Компот из плодов свежих (яблоки)<br>(ясли/сад)  | 180            |                      |    | 21 | 76                                        | 160 209        |
| Итого за Обед      |                                                 |                | 17                   | 14 | 56 | 425                                       |                |
|                    | Омлет натуральный, запеченный                   | 80             | 5                    | 8  | 2  | 108                                       | 201            |
|                    | Чай без сахара (диета)                          | 180            |                      |    |    | 1                                         | 160 105,01     |
| Итого за Полдник   |                                                 |                | 5                    | 8  | 2  | 109                                       |                |
| Итого за день      |                                                 |                | 27                   | 30 | 68 | 673                                       |                |

## Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: Диета №37( исключение из рациона сахара, молока цельного, хлебобулочных изделий)

Сезон:

Возрастная категория

| Прием пищи         | Наименование блюда                                      | Выход блюда | Пищевые вещества (г) |    |     | Энергетическая ценность (ккал) | № рецептуры |
|--------------------|---------------------------------------------------------|-------------|----------------------|----|-----|--------------------------------|-------------|
|                    |                                                         |             | Б                    | Ж  | У   |                                |             |
|                    | Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую             | 40          | 5                    | 4  |     | 52                             | 200         |
|                    | Чай без сахара (диета)                                  | 200         |                      |    |     | 1                              | 160 105,01  |
|                    | Масло коровье сладкосливочное (ясли/сад)                | 5           |                      | 4  |     | 37                             | 140 112     |
|                    | Сыр (ясли/сад)                                          | 5           | 1                    | 1  |     | 18                             | 100 102     |
| Итого за Завтрак   |                                                         |             | 6                    | 9  |     | 108                            |             |
|                    | Яблоко (ясли/сад)                                       | 100         |                      |    | 10  | 47                             | 210 110     |
| Итого за Завтрак 2 |                                                         |             |                      |    | 10  | 47                             |             |
|                    | Салат из отварной моркови с зеленым горошком (ясли/сад) | 50          | 2                    | 4  | 8   | 73                             | 31          |
|                    | Говядина отварная (ясли/сад)                            | 10          | 3                    | 2  |     | 32                             | 120 509     |
|                    | Щи из свежей капусты на мясном бульоне (ясли/сад)       | 180         | 1                    | 2  | 8   | 55                             | 104         |
|                    | Котлеты, биточки, шницели из говядины (ясли/сад)        | 70          | 8                    | 10 | 11  | 174                            | 203         |
|                    | Каша гречневая рассыпчатая (ясли/сад)                   | 130         | 4                    | 4  | 25  | 147                            | 130 309,01  |
|                    | Соус молочный (ясли/сад)                                | 20          | 1                    | 1  | 4   | 32                             | 446         |
|                    | Компот из плодов сухих (изюм, чернослив)                | 180         |                      |    | 23  | 85                             | 160 209     |
| Итого за Обед      |                                                         |             | 19                   | 23 | 79  | 598                            |             |
|                    | Каша гречневая рассыпчатая (ясли/сад)                   | 150         | 4                    | 5  | 29  | 169                            | 130 309,01  |
|                    | Чай без сахара (диета)                                  | 180         |                      |    |     | 1                              | 160 105,01  |
| Итого за Полдник   |                                                         |             | 4                    | 5  | 29  | 170                            |             |
| Итого за день      |                                                         |             | 29                   | 37 | 118 | 923                            |             |

Составил \_\_\_\_\_

Дата \_\_\_\_\_