

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МБДОУ "Детский сад №219"
от 15.12.2025 №159-осн

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ
(ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 1 - 3 года)

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	160	2,99	5,55	25,06	152,88	181	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/4/6	3,32	5,23	12,58	110,97	1	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	8,04	32,55	430	2008
ФРУКТЫ	95	0,38	0,38	9,31	44,65		2008
Итого за прием пищи:	470	6,79	11,16	54,99	341,05		
Обед							
ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	150	4,29	3,66	10,88	95,87	83	2008
ПЛОВ	160	14,53	17,31	26,76	287,91	265	2008
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0,00	0,00	7,79	31,01	402	2008
Итого за прием пищи:	540	21,71	21,35	62,90	500,27		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,18	2,75	21,58	112,04	10	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,09	4,47	7,19	95,87	400	2012
Итого за прием пищи:	210	7,27	7,22	28,77	207,91		
Ужин							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОЧНЫМ ПОДЛИВОМ	200	20,21	17,90	22,90	275,11	225	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	420	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	8,60	34,90	430	2008
Итого за прием пищи:	400	21,79	18,02	41,24	355,95		
Всего за день:		57,56	57,75	187,90	1 405,18		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецепту-р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ НА МОЛОКЕ	150	5,10	5,95	22,07	155,85	189	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,56	4,25	10,08	84,76	1	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,34	2,81	12,92	90,98	397	2012
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	213	2008
Итого за прием пищи:	395	14,96	17,50	45,34	392,88		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ	150	2,34	1,68	12,00	86,80	100	2008
СУФЛЕ ИЗ КУР (ПАРОВОЕ)	50	8,47	3,83	2,28	111,03	321	2008
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ С МАСЛОМ	110	1,53	4,37	10,59	87,64	339	2012
ЛУКОВАЯ ЗАКУСКА	30	0,41	1,03	2,39	20,65	33	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	420	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,10	0,56	9,58	45,09	376	2012
Итого за прием пищи:	560	16,98	11,94	63,54	478,73		
Полдник							
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	30	3,29	2,80	17,92	109,92	464	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	170	0,12	0,00	8,12	33,01	430	2008
ФРУКТЫ	95	0,38	0,38	9,31	44,65		2008
Итого за прием пищи:	295	3,79	3,18	35,35	187,58		
Ужин							
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	80	1,86	2,85	15,05	93,45	123	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	420	
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	442	2008
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	120	0,00	0,00	0,00	134,95	247	2012
Итого за прием пищи:	420	4,34	3,17	44,59	360,34		
Всего за день:		40,07	35,79	188,82	1 419,53		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецепту-р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ФРУКТЫ	95	0,38	0,38	9,31	44,65		2008
КАША "ДРУЖБА" НА СВЕЖЕМ МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	5,33	6,59	24,61	154,63	190	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5	1,51	4,25	9,78	83,34	1	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,62	2,09	13,18	82,44	395	2012
Итого за прием пищи:	450	9,84	13,31	56,88	365,06		
Обед							
СУП ПОЛЕВОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	3,88	4,79	12,12	108,42	80	2012
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	12,59	14,33	6,81	180,06	298	2012
СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	30	0,51	0,98	2,32	22,18	357	2012
ОВОЩИ ПОРЦИОННО " СВЕКЛА "	30	0,44	1,00	2,26	20,74	33	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	420	
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	160	0,20	0,80	11,50	54,06	383	2012
Итого за прием пищи:	560	21,75	22,37	61,71	512,98		
Полдник							
СДОБА ОРИГИНАЛЬНАЯ	40	3,79	3,21	23,92	121,98	464	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	4,50	3,88	7,45	83,81	400	2012
Итого за прием пищи:	200	8,29	7,09	31,37	205,79		
Ужин							
МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ	180	8,98	6,23	32,22	223,11	292	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	420	
ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,08	0,00	8,56	34,87	430	2008
Итого за прием пищи:	400	11,28	6,41	55,38	326,90		
Всего за день:		51,16	49,18	205,34	1 410,73		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ФРУКТЫ	95	0,38	0,38	9,31	44,65		2008
КАША МАННАЯ НА СВЕЖЕМ МОЛОКЕ	150	4,33	5,98	25,09	165,66	189	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	22/5	1,66	4,27	10,75	87,94	1	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,59	2,11	12,88	81,21	395	2012
Итого за прием пищи:	452	8,96	12,74	58,03	379,46		
Обед							
СУП СВЕКОЛЬНЫЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,85	2,79	11,46	82,50	78	2012
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ПАРОВАЯ)	50	13,22	12,49	10,34	188,91	282	2012
КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,55	3,24	15,53	101,44	181	2008
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0,00	0,00	9,71	31,11	402	2008
Итого за прием пищи:	540	20,51	18,90	64,51	489,44		
Полдник							
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	40	2,69	2,51	19,33	112,50	464	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	160	4,50	3,89	6,44	82,31	400	2012
Итого за прием пищи:	200	7,19	6,40	25,77	194,81		
Ужин							
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	200	24,51	14,58	18,44	263,72	250	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	420	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,92	32,20	430	2008
Итого за прием пищи:	400	26,09	14,70	36,10	341,86		
Всего за день:		62,75	52,74	184,41	1 405,57		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ФРУКТЫ	95	0,38	0,38	9,31	44,65		2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	15/4/7	2,75	5,46	7,33	89,85	3	2012
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	5,11	7,42	19,98	167,62	184	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,28	2,75	11,50	84,77	397	2012
Итого за прием пищи:	451	11,52	16,01	48,12	386,89		
Обед							
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150	2,03	5,22	13,31	112,90	76	2012
ГУЛЯШ ИЗ СЕРДЦА	50	10,59	5,68	3,96	112,03	259	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3,18	2,97	20,39	121,31	321	2012
ЛУКОВАЯ ЗАКУСКА	30	0,41	1,03	2,39	20,65	33	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0,00	0,00	7,71	28,89	402	2008
Итого за прием пищи:	540	18,86	15,25	64,72	477,36		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	30	0,81	0,93	22,53	119,69	10	
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	442	2008
Итого за прием пищи:	230	1,81	1,13	42,33	205,69		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ПОВИДЛОМ	180	3,61	4,39	34,44	181,38	153	2012
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	213	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	420	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	8,43	34,10	430	2008
Итого за прием пищи:	430	10,89	9,06	57,74	345,69		
Всего за день:		43,08	41,45	212,91	1 415,63		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ФРУКТЫ	95	0,38	0,38	9,31	44,65		2008
КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150	3,80	5,20	17,00	144,90	181	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	21/5	1,58	4,26	10,26	85,64	1	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	9,69	39,13	430	2008
Итого за прием пищи:	451	5,86	9,84	46,26	314,32		
Обед							
СУП ЛЕТНИЙ ОВОЩНОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	150	3,32	6,55	7,89	113,41	103	2008
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)	50	9,42	8,34	3,98	178,35	279	2008
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,28	2,81	6,54	61,92	346	2008
ОВОЩИ ПОРЦИОННО " МОРКОВЬ "	30	0,38	1,00	2,01	18,91	33	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,74	0,06	4,87	22,97	420	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	160	0,00	0,00	7,35	29,41	376	2012
Итого за прием пищи:	550	18,79	19,11	49,60	506,55		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	30	2,23	2,90	21,71	115,09	10	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	190	2,76	2,27	13,51	86,30	394	2012
Итого за прием пищи:	220	4,99	5,17	35,22	201,39		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ	180	16,81	13,22	29,78	248,07	237	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	420	
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	442	2008
Итого за прием пищи:	400	19,29	13,54	59,32	380,01		
Всего за день:		48,93	47,66	190,40	1 402,27		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецепту-р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ФРУКТЫ	95	0,38	0,38	9,31	44,65		2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	4,11	6,02	18,56	139,61	189	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,88	4,29	12,21	94,83	1	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,63	2,07	11,75	76,55	395	2012
Итого за прием пищи:	455	9,00	12,76	51,83	355,64		
Обед							
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ	150	1,72	4,51	10,72	94,33	94	2008
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	16,11	19,50	22,19	260,64	276	2012
ЛУКОВАЯ ЗАКУСКА	30	0,40	0,98	1,96	18,87	33	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2008
КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОД	160	0,20	0,80	11,50	55,10	383	2012
Итого за прием пищи:	540	21,08	26,14	63,33	510,52		
Полдник							
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	30	2,16	1,26	15,96	109,40	464	2008
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,83	4,11	6,83	87,39	400	2012
Итого за прием пищи:	200	6,99	5,37	22,79	196,79		
Ужин							
СУФЛЕ РЫБНОЕ (ПАРОВОЕ) С ДОЛЬКОЙ СВЕКЛЫ	200	22,54	10,19	10,36	228,71	250	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	420	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,09	0,00	8,86	40,10	430	2008
Итого за прием пищи:	410	24,85	10,37	33,82	337,73		
Всего за день:		61,92	54,64	171,77	1 400,68		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ФРУКТЫ	95	0,38	0,38	9,31	44,65		2008
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,21	4,16	20,09	114,49	112	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	20/4/7	3,12	5,49	9,77	101,34		2012
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,19	2,69	10,39	79,38	397	2012
Итого за прием пищи:	456	10,90	12,72	49,56	339,86		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	150	3,60	4,40	21,11	106,93	85	2012
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ КУР	160	11,77	12,91	9,32	167,09	336	2012
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	213	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	420	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2008
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	160	0,40	0,20	10,41	43,72	401	2008
Итого за прием пищи:	570	24,86	22,47	67,81	506,55		
Полдник							
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	30	2,89	2,43	17,89	104,85	464	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,61	2,22	12,68	81,42	394	2012
Итого за прием пищи:	210	5,50	4,65	30,57	186,27		
Ужин							
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С РИСОМ	200	21,11	17,09	27,54	251,62	193	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	420	
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	442	2008
Итого за прием пищи:	420	23,59	17,41	57,08	383,56		
Всего за день:		64,85	57,25	205,02	1 416,24		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ФРУКТЫ	95	0,38	0,38	9,31	44,65		2008
ЯИЧНАЯ ЗАПЕКАНКА	150	8,86	11,64	8,22	141,56	214	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25/5	1,88	4,29	12,21	94,83	1	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,58	2,07	10,90	72,99	395	2012
Итого за прием пищи:	455	13,70	18,38	40,64	354,03		
Обед							
БОРЩ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	150	3,44	7,12	8,57	113,88	56	2012
КНЕЛИ (БИТОЧКИ) МЯСНЫЕ В СОУСЕ	50/10	10,08	11,74	6,63	168,11	288	2012
МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ	110	1,39	3,16	7,78	62,37	336	2008
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	420	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	160	0,00	0,00	7,74	30,96	402	2008
Итого за прием пищи:	570	19,28	22,52	57,93	506,74		
Полдник							
СДОБА ВИТАЯ	30	2,70	2,24	17,69	101,64	464	2008
КЕФИР	180	5,12	4,35	7,23	87,04		
Итого за прием пищи:	210	7,82	6,59	24,92	188,68		
Ужин							
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	8,33	10,19	23,98	229,98	206	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,48	0,12	9,74	45,94	420	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,76	2,31	13,00	84,39	394	2012
Итого за прием пищи:	400	12,57	12,62	46,72	360,31		
Всего за день:		53,37	60,11	170,21	1 409,76		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецепту р
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ФРУКТЫ	95	0,38	0,38	9,31	44,65		2008
КАША КУКУРУЗНАЯ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ	150	4,69	6,29	19,54	154,40	416	2012
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ С СЫРОМ	14/4/7	2,71	5,46	7,06	88,55		2012
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,11	2,65	11,53	83,19	397	2012
Итого за прием пищи:	450	10,89	14,78	47,44	370,79		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ СО СМЕТАНОЙ	150	3,77	2,96	12,53	86,69	81	2012
СЕРДЦЕ ТУШЕНОЕ В СМЕТАНЕ	50	13,79	5,62	0,71	138,57	261	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	4,62	2,97	31,91	102,94	321	2012
ЛУКОВАЯ ЗАКУСКА	30	0,41	1,03	2,39	20,65	33	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58		2008
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	442	2008
Итого за прием пищи:	580	26,24	13,13	84,30	516,43		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ	30	0,83	0,99	22,49	103,08	10	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	170	4,78	4,12	7,92	89,05	400	2012
Итого за прием пищи:	200	5,61	5,11	30,41	192,13		
Ужин							
РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	160	2,91	6,62	17,66	143,21	349	2008
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	213	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	420	
ЧАЙ С САХАРОМ	190	0,10	0,00	10,46	42,22	430	2008
Итого за прием пищи:	420	10,19	11,29	42,99	315,64		
Всего за день:		52,93	44,31	205,14	1 394,99		

МБДОУ "Детский сад №219"

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,	Витамины						
	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг		
Итого за весь период	536,62	500,88	1 921,92	14 080,58	314,75	5,56	5,06	13,33	6,92		
Среднее значение за период	53,66	50,09	192,19	1 408,06	31,48	0,56	0,51	1,33	0,69		
Содержание белков, жиров,	15,20	32,00	52,80								

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед	Полдник	Ужин
Ясли 12 часов	449	555	218	410