

Утверждаю

Заведующий МБДОУ

Верейко С.А.

Приказ №

25 от

2024



# Десятидневное меню

**Для детей от 1,5 до 3 лет с 10.5 часовым  
пребыванием в детском саду**

**Сезон : лето-осень**

**Примечание:**

1. Хлеб пшеничный, хлеб ржаной, печенье, используется согласно приложению В из сборника технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015.- 640 с. (технологические карты).

2. При составлении примерного меню, сезона лето-осень использовались следующие источники:

1. **Сборник технических нормативов** – Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под ред. М.П. Могильного и Т.В. Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2012. – 584 с. (технологические карты).

2. **Сборник технических нормативов** – Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. – М.: ДеЛи плюс, 2015.- 640 с. (технологические карты).

3. Санитарно – эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 от 01.01.2021г.

«Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения».

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещ-ва			Энергетич. ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 1</b>	<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с хлопьями овсяными «Геркулес»	150	4,44	4,44	13,44	111,6	0,68	94/138
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	1,2	397/314
	Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	58,75	-	-
	Сыр	10	2,32	2,95	-	36	0,07	7/97
<b>Итого завтрак</b>			<b>11,88</b>	<b>10,36</b>	<b>38,47</b>	<b>295,35</b>	<b>1,95</b>	
<b>Завтрак 2</b>	Яблоки свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2	8,0	368/300
	Сок фруктовый (яблочный)	80	0,4	-	8,08	34,13	1,6	399/315
<b>Итого завтрак 2</b>			<b>0,72</b>	<b>0,32</b>	<b>15,92</b>	<b>69,33</b>	<b>9,6</b>	
<b>Обед</b>	Борщ с мясом	150	5,93	2,97	8,23	96	9,36	63/124
	Салат из свежих огурцов	40	0,30	2,43	0,95	26,92	3,8	13/100
	Пюре картофельное	120	2,44	3,84	16,34	109,8	15,52	321/280
	Котлета рыбная	60	7,07	2,04	7,55	77	0,19	255/239
	Кисель из плодов шиповника(витаминный)	150	0,18	0,08	20,64	84	33,6	381/307
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	-	-
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	-
<b>Итого обед</b>			<b>19,48</b>	<b>11,92</b>	<b>73,39</b>	<b>492,92</b>	<b>62,47</b>	
<b>Полдник</b>	Запеканка из творога	50	8,88	6,05	9,19	127	0,12	237/229
	Соус молочный (сладкий)	15	0,29	0,67	1,98	15,22	0,04	351/293
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	0,02	392/312
<b>Итого полдник</b>			<b>9,21</b>	<b>6,73</b>	<b>18,16</b>	<b>170,22</b>	<b>0,18</b>	
<b>Итого за первый день</b>			<b>41,29</b>	<b>29,33</b>	<b>145,94</b>	<b>1027,82</b>	<b>74,2</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	Витамины С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 2</b>	<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша жидкая манная	150	6,03	5,13	29,38	188	1,17	185/195
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	1,19	394/312
	Печенье	15	0,39	0,59	3,74	20,85	-	-
	Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	58,75	-	-
<b>Итого</b>			<b>11,04</b>	<b>8,3</b>	<b>56,5</b>	<b>344,6</b>	<b>2,36</b>	
<b>Завтрак 2</b>								
	Сок фруктовый (яблочный)	80	0,4	-	8,08	34,13	1,6	399/315
	Яблоки свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2	8,00	368/300
<b>Итого</b>			<b>0,72</b>	<b>0,32</b>	<b>15,92</b>	<b>69,33</b>	<b>9,6</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с фасолью	150	3,07	3,2	9,68	79,95	3,48	81/133
	Салат из белокачанной капусты	40	0,56	2,03	3,60	34,96	12,98	20/103
	Каша рассыпчатая гречневая	120	6,87	4,87	30,91	195	-	313/277
	Гуляш из отварного мяса	80	12,85	10,34	3,3	157,5	0,5	277/253
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,01	20,82	84,75	0,3	376/304
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	-	-
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	-
<b>Итого обед</b>			<b>27,24</b>	<b>21,01</b>	<b>87,99</b>	<b>651,36</b>	<b>17,26</b>	
<b>Полдник</b>	Пирожки печеные сдобные из дрожжевого теста с повидлом «Снежок»	50	2,91	3,12	28,97	155,8	0,02	454/342
		150	4,58	4,08	7,58	85	2,05	401/316
<b>Итого полдник</b>			<b>7,49</b>	<b>7,2</b>	<b>36,55</b>	<b>240,8</b>	<b>2,07</b>	
<b>Итого за второй день</b>			<b>46,49</b>	<b>36,83</b>	<b>196,96</b>	<b>1306,09</b>	<b>31,29</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещ-ва			Энергетич. ценность	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
День 3	Среда							
Завтрак	Суп молочный с крупой пшеничной	150	4,14	3,91	13,26	104,8	0,65	94/138
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,00	10,63	70	0,98	395/313
	Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	58,75	-	-
	Зефир	20	0,16	0,02	15,96	65,2	-	-
<b>Итого завтрак</b>			<b>8,61</b>	<b>6,18</b>	<b>51,92</b>	<b>298,75</b>	<b>1,63</b>	
Завтрак 2								
	Яблоки свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2	8,00	368/300
	Сок фруктовый (яблочный)	80	0,4	-	8,08	34,13	1,6	399/315
<b>Итого завтрак 2</b>			<b>0,72</b>	<b>0,32</b>	<b>15,92</b>	<b>69,33</b>	<b>9,6</b>	
Обед	Рассольник Ленинградский	150	1,26	3,06	9,95	72,45	4,52	76/130
	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,45	2,47	1,88	31,64	8,16	14/100
	Плов из птицы	160	15,12	12,76	26,76	282	0,41	304/271
	Компот из свежих плодов	150	0,04	0,08	17,85	73,2	1,28	372/302
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	-	-
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	-
<b>Итого обед</b>			<b>20,43</b>	<b>18,93</b>	<b>76,12</b>	<b>558,49</b>	<b>14,37</b>	
Полдник	Сырники из творога	50	9,30	6,33	5,38	116	0,13	231/225
	Соус молочный(сладкий)	15	0,29	0,67	1,98	15,22	0,04	351/293
	Чай с лимоном	150	0,07	0,01	7,10	29	1,42	393/312
<b>Итого полдник</b>			<b>9,66</b>	<b>7,01</b>	<b>14,46</b>	<b>160,22</b>	<b>1,59</b>	
<b>Итого за третий день</b>			<b>39,42</b>	<b>32,44</b>	<b>158,42</b>	<b>1086,79</b>	<b>27,19</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещ-ва			Энергетич. ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 4</b>	<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая вязкая с изюмом	155	4,59	5,89	40,07	232	0,65	176/189
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	1,20	397/314
	Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	58,75	-	-
	Сыр	10	2,32	2,95	-	36	0,07	7/97
<b>Итого завтрак</b>			<b>12,03</b>	<b>11,81</b>	<b>65,1</b>	<b>415,75</b>	<b>1,92</b>	
<b>Завтрак 2</b>								
	Яблоки свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2	8,0	368/300
	Сок фруктовый (яблочный)	80	0,4	-	8,08	34,13	1,6	399/315
<b>Итого завтрак 2</b>			<b>0,72</b>	<b>0,32</b>	<b>15,92</b>	<b>69,33</b>	<b>9,6</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	3,98	3,10	9,26	81	6,72	83/134
	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,39	2,46	1,49	29,68	6,7	15/101
	Пюре картофельное	120	2,44	3,84	16,34	109,8	15,52	321/280
	Тефтели рыбные, тушеные в соусе сметанном	60	7,07	2,04	7,55	77	0,19	261/242
		15	0,21	0,74	0,88	11,11	0,005	354/295
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	61	75,00	398/314
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	-	-
<b>Итого обед</b>			<b>16,58</b>	<b>12,75</b>	<b>59,77</b>	<b>421,79</b>	<b>104,135</b>	
<b>Полдник</b>	Драчена	65	6,42	8,77	3,96	120	0,21	228/224
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	
	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	2,05	400/315
<b>Итого полдник</b>			<b>12,58</b>	<b>13,05</b>	<b>21,2</b>	<b>252</b>	<b>2,26</b>	
<b>Итого за четвертый день</b>			<b>41,91</b>	<b>37,93</b>	<b>161,99</b>	<b>1158,87</b>	<b>117,915</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
День 5	Пятница							
Завтрак	Суп молочный с крупой гречневой	150	4,47	4,10	12,81	106,2	0,68	94/138
	Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	58,75	-	-
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,00	10,63	70	0,98	395/313
	Печенье	15	0,39	0,59	3,74	20,85	-	-
<b>Итого завтрак</b>			<b>9,17</b>	<b>6,94</b>	<b>39,25</b>	<b>255,8</b>	<b>1,66</b>	
Завтрак 2	Яблоки свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2	8,00	368/300
	Сок фруктовый (яблочный)	80	0,4	-	8,08	34,13	1,6	399/315
<b>Итого завтрак 2</b>			<b>0,72</b>	<b>0,32</b>	<b>15,92</b>	<b>69,33</b>	<b>9,6</b>	
Обед	Суп рисовый	150	1,61	1,7	10,28	62,85	4,95	80/132
	Икра кабачковая	40	0,36	1,88	2,36	27,84	2,20	53/117
	Запеканка картофельная с печенью	125	7,64	3,91	20,36	147	4,08	291/261
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	-
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,01	20,82	84,75	0,3	376/304
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	-	-
<b>Итого обед</b>			<b>13,5</b>	<b>8,06</b>	<b>73,5</b>	<b>421,64</b>	<b>11,53</b>	
Полдник	Крендель сахарный	50	3,54	6,57	27,87	185	-	460/346
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	0,02	392/312
<b>Итого полдник</b>			<b>3,58</b>	<b>6,58</b>	<b>34,86</b>	<b>213</b>	<b>0,02</b>	
<b>Итого за пятый день</b>			<b>26,97</b>	<b>21,9</b>	<b>163,53</b>	<b>959,77</b>	<b>22,81</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещ-ва			Энергетич. ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 6</b>	<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша жидкая манная	150	6,03	5,13	29,38	188	1,17	185/195
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	1,20	397/314
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	-
	Сыр	10	2,32	2,95	-	36	0,07	7/97
<b>Итого завтрак</b>			<b>13,08</b>	<b>11</b>	<b>52</b>	<b>360</b>	<b>2,44</b>	
<b>Завтрак 2</b>								
	Яблоки свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2	8,0	368/300
	Сок фруктовый (яблочный)	80	0,4	-	8,08	34,13	1,6	399/315
<b>Итого завтрак 2</b>			<b>0,72</b>	<b>0,32</b>	<b>15,92</b>	<b>69,33</b>	<b>9,6</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный вегетарианский	150	0,99	3,35	5,48	56,1	5,59	78/132
	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,39	2,46	1,49	29,68	6,7	15/101
	Жаркое по-домашнему	170	20,8	5,33	18,5	205	7,26	276/253
	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	14,23	61	75,00	398/314
	Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	58,75	-	-
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	-	-
<b>Итого обед</b>			<b>26,64</b>	<b>11,96</b>	<b>61,79</b>	<b>462,73</b>	<b>94,55</b>	
<b>Полдник</b>	Пудинг из творога с рисом	50	7,37	4,72	9,96	112	0,10	236/228
	Соус молочный сладкий	15	0,29	0,67	1,98	15,22	0,04	351/293
	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28	0,02	392/312
<b>Итого полдник</b>			<b>7,7</b>	<b>5,4</b>	<b>18,93</b>	<b>155,22</b>	<b>0,16</b>	
<b>Итого за шестой день</b>			<b>48,14</b>	<b>28,68</b>	<b>148,64</b>	<b>1047,28</b>	<b>106,75</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	Витамин С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 7</b>	<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с хлопьями овсяными «Геркулес»	150	4,44	4,44	13,44	111,6	0,68	94/138
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5	-	-
	Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77	1,19	394/312
	Печенье	15	0,39	0,59	3,74	20,85	-	-
<b>Итого завтрак</b>			<b>9,85</b>	<b>7,66</b>	<b>42,98</b>	<b>279,95</b>	<b>1,87</b>	
<b>Завтрак 2</b>								
	Яблоки свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2	8,00	368/300
	Сок фруктовый (яблочный)	80	0,4	-	8,08	34,13	1,6	399/315
<b>Итого завтрак 2</b>			<b>0,72</b>	<b>0,32</b>	<b>15,92</b>	<b>69,33</b>	<b>9,6</b>	
<b>Обед</b>	Борщ с мясом	150	5,93	2,97	8,23	96	9,36	62/124
	Икра кабачковая	40	0,36	1,88	2,36	27,84	2,20	53/117
	Запеканка из печени с рисом	125	18,65	5,38	18,39	202,55	0,72	294/263
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,01	20,82	84,75	0,3	376/304
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	-	-
	Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	58,75	-	-
<b>Итого обед</b>			<b>29,22</b>	<b>10,85</b>	<b>71,89</b>	<b>522,09</b>	<b>12,58</b>	
<b>Полдник</b>	Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,36	26,15	141	-	466/350
	«Снежок»	150	4,58	4,08	7,58	85	2,05	401/316
<b>Итого полдник</b>			<b>8,46</b>	<b>6,44</b>	<b>33,73</b>	<b>226</b>	<b>2,05</b>	
<b>Итого за седьмой день</b>			<b>48,25</b>	<b>25,27</b>	<b>164,52</b>	<b>1097,37</b>	<b>26,1</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	Витамины С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 8</b>	<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша манная вязкая с изюмом	155	5,53	5,89	39,05	231	0,65	176/189
	Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	58,75	-	-
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,00	10,63	70	0,98	395/313
	Зефир	20	0,16	0,02	15,96	65,2	-	-
<b>Итого завтрак</b>			<b>10</b>	<b>8,16</b>	<b>77,71</b>	<b>424,95</b>	<b>1,63</b>	
<b>Завтрак 2</b>								
	Сок фруктовый (яблочный)	80	0,4	-	8,08	34,13	1,6	399/315
	Яблоки свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2	8,00	368/300
<b>Итого завтрак 2</b>			<b>0,72</b>	<b>0,32</b>	<b>15,92</b>	<b>69,33</b>	<b>9,6</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с бобовыми(гороховый)	150	3,29	3,15	9,78	80,85	3,48	81/133
	Салат из свежих огурцов	40	0,30	2,43	0,95	26,92	3,8	13/100
	Птица, тушенная в соусе с овощами	180	8,66	5,55	16,49	151	7,34	302/269
	Компот из свежих плодов	150	0,04	0,08	17,85	73,2	1,28	372/302
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	-	-
	Гренки из пшеничного хлеба (2-й вариант)	20	1,93	3,21	11,68	83,44	-	116/149
<b>Итого обед</b>			<b>16,2</b>	<b>14,78</b>	<b>66,77</b>	<b>467,61</b>	<b>15,9</b>	
<b>Полдник</b>	Запеканка творожная	50	8,88	6,05	9,19	127	0,12	237/229
	Чай с лимоном	150	0,07	0,01	7,10	29	1,42	393/312
	Соус молочный(сладкий)	15	0,29	0,67	1,98	15,22	0,04	351/293
<b>Итого полдник</b>			<b>9,24</b>	<b>6,73</b>	<b>18,27</b>	<b>171,22</b>	<b>1,58</b>	
<b>Итого за восьмой день</b>			<b>36,16</b>	<b>29,99</b>	<b>178,67</b>	<b>1133,11</b>	<b>28,71</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетич. ценность	Витамины С	Номер рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 9</b>	<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с крупой пшеничной	150	4,14	3,91	13,26	104,8	0,65	94/138
	Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	58,75	-	-
	Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,96	89	1,2	397/314
	Печенье	15	0,39	0,59	3,74	20,85	-	-
<b>Итого завтрак</b>			<b>9,65</b>	<b>7,47</b>	<b>42,03</b>	<b>273,4</b>	<b>1,85</b>	
<b>Завтрак 2</b>								
	Яблоки свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2	8,00	368/300
	Сок фруктовый (яблочный)	80	0,4	-	8,08	34,13	1,6	399/315
<b>Итого завтрак 2</b>			<b>0,72</b>	<b>0,32</b>	<b>15,92</b>	<b>69,33</b>	<b>9,6</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с клецками	150	2,03	2,65	11,11	76,65	3,45	85/135
	Салат из белокочанной капусты	40	0,56	2,03	3,60	34,96	12,98	20/103
	Макаронные изделия отварные	120	4,39	3,37	21,09	132,38	-	317/279
	Рыба запеченная	60	7,55	4,84	5,84	97	0,11	254/239
	Кисель из плодов шиповника(витаминный)	150	0,18	0,08	20,64	84	33,6	381/307
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	-	-
<b>Итого обед</b>			<b>16,69</b>	<b>13,33</b>	<b>72,3</b>	<b>477,19</b>	<b>50,14</b>	
<b>Полдник</b>	Омлет натуральный	65	5,73	11,04	1,10	127	0,10	215/219
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	-
	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85	2,05	400/315
<b>Итого полдник</b>			<b>11,89</b>	<b>15,32</b>	<b>18,34</b>	<b>259</b>	<b>2,15</b>	
<b>Итого за девятый день</b>			<b>38,95</b>	<b>36,44</b>	<b>148,59</b>	<b>1078,92</b>	<b>63,74</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещ-ва			Энергетич. ценность	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 10</b>	<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с крупой ячневой	150	3,88	3,68	13,10	101,57	0,65	94/138
	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,00	10,63	70	0,98	395/313
	Хлеб пшеничный	25	1,97	0,25	12,07	58,75	-	-
	Сыр Российский	10	2,32	2,95	-	36	0,07	7/97
<b>Итого завтрак</b>			<b>10,51</b>	<b>8,88</b>	<b>35,8</b>	<b>266,32</b>	<b>1,7</b>	
<b>Завтрак 2</b>								
	Яблоки свежие	80	0,32	0,32	7,84	35,2	8,00	368/300
	Сок фруктовый (яблочный)	80	0,4	-	8,08	34,13	1,6	399/315
<b>Итого завтрак 2</b>			<b>0,72</b>	<b>0,32</b>	<b>15,92</b>	<b>69,33</b>	<b>9,6</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с макаронами	150	1,61	1,70	10,28	62,85	4,95	82/133
	Салат из свежих помидоров с луком	40	0,45	2,47	1,88	31,64	8,16	14/100
	Каша рассыпчатая гречневая	120	6,87	4,87	30,91	195	-	313/277
	Котлеты рубленые с маслом	65	9,54	9,83	9,65	165,17	-	282/299
	Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,01	20,82	84,75	0,3	376/304
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	-	-
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,66	47	-	-
<b>Итого обед</b>			<b>22,36</b>	<b>19,44</b>	<b>93,22</b>	<b>638,61</b>	<b>13,41</b>	
<b>Полдник</b>	Крендель сахарный	50	3,54	6,57	27,87	185	-	460/346
	Снежок	150	2,65	2,33	11,31	77	1,19	401/316
<b>Итого полдник</b>			<b>6,19</b>	<b>8,9</b>	<b>39,18</b>	<b>262</b>	<b>1,19</b>	
<b>Итого за десятый день</b>			<b>39,78</b>	<b>37,54</b>	<b>184,12</b>	<b>1236,26</b>	<b>25,9</b>	
<b>Итого за 10 дней</b>			<b>407,36</b>	<b>316,35</b>	<b>1651,38</b>	<b>11132,28</b>	<b>524,605</b>	
<b>Среднее значение</b>			<b>41,06</b>	<b>34,60</b>	<b>162,52</b>	<b>1139,15</b>	<b>50,06</b>	



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 360759633439360235315265728116943077456903154232

Владелец Верейко Светлана Анатольевна

Действителен с 22.03.2023 по 21.03.2024