

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА БЕЛОГОРСК АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И ДЕЛАМ МОЛОДЁЖИ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА БЕЛОГОРСК»

**Примерное 10-ти дневное меню на летний период
(с 02.06.2026 г. по 30.09.2025 г.)**

Возрастная категория: от 1 года до 3-х лет/ 3-6 лет/7-11 лет

Наименование сборника рецептов: Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания /
Авт.-сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К.: А.С.К., 2013 - 680 с.

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | | Пищевые вещества | | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | № рецептуры |
|--------------------------|----------------------------|--------------------|-------------|-------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|---------------|---------------|--------------------------------|----------------|----------------|-------------|
| | | от 1 года до 3 лет | 3 - 6 лет | 7 - 11 лет | Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7--11 лет | |
| | | | | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7--11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7--11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7--11 лет | | | | |
| 1 неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 день | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша манная молочная | 150 | 200 | 200 | 5,21 | 6,51 | 6,51 | 5,08 | 6,35 | 6,35 | 16,42 | 20,53 | 20,53 | 152,2 | 202,93 | 202,93 | 94 |
| | Кофейный напиток на молоке | 150 | 180 | 200 | 1,2 | 1,4 | 1,6 | 1,28 | 2,00 | 2,22 | 18,56 | 22,4 | 24,89 | 112,36 | 134,83 | 149,81 | 958 |
| | Батон с маслом сливочным | 30/10 | 30/10 | 60/15 | 2,36 | 2,36 | 4,43 | 7,49 | 7,49 | 14,04 | 14,71 | 14,71 | 27,58 | 137,5 | 137,5 | 257,81 | 1 |
| | Итого | 340 | 420 | 475 | 8,77 | 10,27 | 12,54 | 13,85 | 15,84 | 22,61 | 49,69 | 57,64 | 73 | 402,06 | 475,26 | 610,55 | |
| 2-ой завтрак | Сок | 100 | 100 | 200 | 1 | 1 | 2 | 0,2 | 0,2 | 0,4 | 20,2 | 20,2 | 40,4 | 92,00 | 92,00 | 184,00 | |
| Обед | Салат из свежей капусты | 30 | 50 | 60 | 0,85 | 1,41 | 1,69 | 3,05 | 5,08 | 6,1 | 5,19 | 8,65 | 10,38 | 51,54 | 85,9 | 103,08 | 79 |
| | Суп куриный с вермшелью | 150 | 200 | 200 | 19,40 | 32,39 | 32,39 | 5,90 | 9,84 | 9,84 | 91,46 | 152,44 | 152,44 | 118,48 | 157,97 | 157,97 | 91 |
| | Плов с курицей | 130 | 150 | 200 | 20,30 | 25,38 | 33,84 | 17,00 | 21,25 | 28,33 | 35,69 | 44,61 | 59,48 | 327,73 | 471,25 | 628,33 | 601 |
| | Компот из с/ф | 150 | 180 | 180 | 0,04 | 0,09 | 0,09 | 0 | 0 | 0 | 24,76 | 34,26 | 34,26 | 94,2 | 113,04 | 113,04 | 868 |
| | Хлеб ржано/пшеничный | 40 | 40 | 40 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Итого | 500 | 620 | 700 | 44,69 | 63,37 | 72,15 | 26,48 | 36,71 | 44,82 | 171,35 | 247,41 | 269,41 | 675,09 | 903,45 | 1099,69 | |
| Усиленный полдник | Макаронны отварные с сыром | 150 | 200 | 200 | 9,67 | 10,88 | 10,88 | 10,19 | 11,27 | 11,27 | 41,36 | 45,96 | 45,96 | 281,3 | 311,18 | 311,18 | 415 |
| | Чай с лимоном | 150 | 180 | 180 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 12 | 14 | 14 | 23 | 28 | 28 | 944 |
| | Итого | 300 | 380 | 380 | 9,77 | 11,08 | 11,08 | 10,19 | 11,27 | 11,27 | 53,36 | 59,96 | 59,96 | 304,3 | 339,18 | 339,18 | |
| Итого за день | | 1240,00 | 1520 | 1755 | 64,23 | 85,72 | 97,77 | 50,7 | 64 | 79,1 | 294,6 | 385,2 | 442,8 | 1473,5 | 1809,89 | 2233,42 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | | Пищевые вещества | | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | № рецептуры |
|--------------------------|--|--------------------|-------------|-------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|---------------|---------------|--------------------------------|----------------|----------------|-------------|
| | | | | | Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | | | | |
| | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | |
| 1 неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша геркулесовая молочная | 150 | 200 | 200 | 4,91 | 6,21 | 6,21 | 5,1 | 6,38 | 6,38 | 16,5 | 20,63 | 20,63 | 131,8 | 175,73 | 175,73 | 390 |
| | Чай с сахаром | 150 | 180 | 200 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 10,00 | 14,00 | 15,56 | 23,00 | 28,00 | 31,11 | 943 |
| | Корж "Молочный" | 50 | 50 | 50 | 2,36 | 2,36 | 4,43 | 7,49 | 7,49 | 14,04 | 14,71 | 14,71 | 27,58 | 137,5 | 137,5 | 257,81 | 1 |
| | Итого | 340 | 420 | 475 | 7,37 | 8,77 | 10,84 | 12,59 | 13,87 | 20,42 | 41,21 | 49,34 | 63,77 | 292,3 | 341,23 | 464,65 | |
| 2-ой завтрак | Фрукт | 100 | 100 | 100 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 0,20 | 0,20 | 0,20 | 9,8 | 9,8 | 9,8 | 102 | 102 | 102 | |
| Обед | Помидор свежий (нарезка) | 30 | 50 | 60 | 0,33 | 0,55 | 0,66 | 0,06 | 0,1 | 0,12 | 1,14 | 1,9 | 2,28 | 7,2 | 12 | 14,4 | 70 |
| | Борщ на мясном бульоне со сметаной | 150/8 | 200/10 | 200/10 | 1,45 | 1,81 | 1,81 | 3,93 | 4,91 | 4,91 | 100,20 | 125,25 | 125,25 | 82,00 | 132,50 | 132,50 | 170 |
| | Гуляш из курицы | 50 | 70 | 90 | 19,72 | 23,8 | 30,6 | 17,89 | 19,52 | 25,1 | 4,76 | 5,74 | 7,38 | 145,00 | 203,00 | 261,00 | 591 |
| | Макароны отварные | 110 | 150 | 150 | 5,52 | 6,62 | 6,62 | 4,52 | 5,42 | 5,42 | 26,45 | 31,73 | 31,73 | 148,24 | 215,14 | 215,14 | 688 |
| | Компот из яблок | 150 | 180 | 200 | 0,04 | 0,09 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 24,76 | 34,26 | 38,07 | 94,2 | 113,04 | 125,6 | 868 |
| | Хлеб ржано/пшеничный | 40 | 40 | 40 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Итого | 538 | 700 | 750 | 31,06 | 36,87 | 43,79 | 26,9 | 30,45 | 36,05 | 182,81 | 224,38 | 230,21 | 599,04 | 798,08 | 871,04 | |
| Усиленный полдник | Запеканка из творога со сгущенным молоком/повидлом | 130/20 | 150/25 | 150/25 | 27,84 | 30,93 | 30,93 | 18,00 | 22,89 | 22,89 | 32,4 | 36,00 | 36,00 | 279,6 | 326,2 | 326,2 | 469 |
| | Кофейный напиток на молоке | 150 | 200 | 200 | 1,2 | 1,5 | 1,5 | 1,28 | 2 | 2 | 18,56 | 24,89 | 24,89 | 112,36 | 166,46 | 166,46 | 958 |
| | Итого | 300 | 375 | 375 | 29,04 | 32,43 | 32,43 | 19,28 | 24,89 | 24,89 | 50,96 | 60,89 | 60,89 | 391,96 | 492,66 | 492,66 | |
| Итого за день | | 1278 | 1595 | 1700 | 68,47 | 79,07 | 88,06 | 58,97 | 69,41 | 81,56 | 284,78 | 344,41 | 364,67 | 1385,3 | 1733,97 | 1930,35 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | | Пищевые вещества | | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | № рецептуры |
|----------------------|---|--------------------|-------------|-------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------------------|----------------|----------------|-------------|
| | | | | | Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | | | | |
| | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | |
| 1 неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 3 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 150 | 200 | 200 | 5,9 | 7,55 | 7,55 | 5,58 | 6,95 | 6,95 | 18,57 | 23,21 | 23,21 | 136,8 | 195,73 | 195,73 | 384 |
| | Какао на молоке | 150 | 180 | 200 | 3,72 | 4,89 | 5,43 | 2,85 | 3,42 | 3,8 | 25,49 | 32,42 | 36,02 | 145,2 | 174,24 | 193,6 | 959 |
| | Батон с маслом сливочным | 30/10 | 30/10 | 60/15 | 2,36 | 2,36 | 4,43 | 7,49 | 7,49 | 14,04 | 14,71 | 14,71 | 27,58 | 137,5 | 137,5 | 257,81 | 1 |
| | Сыр | 10 | 10 | 10 | 3,16 | 3,16 | 3,16 | 3,41 | 3,41 | 3,41 | 8,8 | 8,8 | 8,8 | 36,4 | 36,4 | 36,4 | 42 |
| | Итого | 350 | 430 | 485 | 15,14 | 17,96 | 20,57 | 19,33 | 21,27 | 28,2 | 67,57 | 79,14 | 95,61 | 455,9 | 543,87 | 683,54 | |
| 2-ой завтрак | Сок | 100 | 100 | 200 | 1 | 1 | 2 | 0,2 | 0,2 | 0,4 | 20,2 | 20,2 | 40,4 | 92,00 | 92,00 | 184,00 | |
| Обед | Огурец свежий (нарезка) | 30 | 50 | 60 | 0,21 | 0,35 | 0,42 | 0,03 | 0,05 | 0,06 | 0,57 | 0,95 | 1,14 | 3,3 | 5,5 | 6,6 | 70 |
| | Суп гороховый с гренками на курином бульоне | 150 | 200 | 200 | 4,39 | 5,49 | 5,49 | 4,22 | 5,28 | 5,28 | 13,06 | 16,33 | 16,33 | 110,09 | 162,78 | 162,78 | 206 |
| | Рагу из овощей с курицей | 150 | 200 | 200 | 2,29 | 2,75 | 2,75 | 11 | 13,2 | 13,2 | 14,44 | 17,33 | 17,33 | 156,00 | 221,33 | 221,33 | 321 |
| | Кисель | 150 | 180 | 200 | 0,1 | 0,14 | 0,16 | 0,01 | 0,04 | 0,04 | 17,2 | 27,5 | 30,56 | 98,3 | 117,96 | 131,07 | 869 |
| | Хлеб ржано/пшеничный | 40 | 40 | 40 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Итого | 520 | 670 | 700 | 10,99 | 12,73 | 12,82 | 15,76 | 19,07 | 19,08 | 70,77 | 87,61 | 90,86 | 490,09 | 629,97 | 644,18 | |
| | Усиленный полдник | Омлет | 70 | 90 | 100 | 7,7 | 9,9 | 11 | 11,93 | 15,34 | 17,04 | 1,43 | 1,84 | 2,04 | 177,21 | 227,84 | 253,16 |
| | Хлеб ржано/пшеничный | 40 | 40 | 40 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Чай с сахаром | 150 | 180 | 200 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 10,00 | 14,00 | 15,56 | 23,00 | 28,00 | 31,11 | 943 |
| | Итого | 260 | 310 | 340 | 11,8 | 14,1 | 15,2 | 12,43 | 15,84 | 17,54 | 36,93 | 41,34 | 43,1 | 322,61 | 378,24 | 406,67 | |
| Итого за день | | 1230 | 1510 | 1725 | 38,9 | 45,7 | 50,5 | 47,72 | 56,38 | 65,2 | 195,5 | 228,3 | 270 | 1360,6 | 1644,08 | 1918,39 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | | Пищевые вещества | | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | № рецептуры |
|--------------------------|-----------------------------------|--------------------|-------------|-------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|---------------|---------------|--------------------------------|----------------|----------------|-------------|
| | | | | | Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | | | | |
| | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | |
| 1 неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 4 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша гречневая молочная | 150 | 200 | 200 | 5,97 | 7,46 | 7,46 | 5,48 | 6,85 | 6,85 | 17,08 | 21,35 | 21,35 | 151,6 | 202,13 | 202,13 | 94 |
| | Чай с молоком | 150 | 180 | 200 | 1,4 | 1,6 | 1,78 | 1,6 | 1,8 | 2,00 | 16,4 | 18,2 | 20,22 | 86 | 103,2 | 114,67 | 945 |
| | Батон с маслом сливочным | 30/10 | 30/10 | 60/15 | 2,36 | 2,36 | 4,43 | 7,49 | 7,49 | 14,04 | 14,71 | 14,71 | 27,58 | 137,5 | 137,5 | 257,81 | 1 |
| | Итого | 340 | 420 | 475 | 9,73 | 11,42 | 13,67 | 14,57 | 16,14 | 22,89 | 48,19 | 54,26 | 69,15 | 375,1 | 442,83 | 574,61 | |
| 2-ой завтрак | Снежок или йогурт 2,5 % жирности | 100 | 150 | 200 | 5,8 | 5,85 | 7,8 | 5 | 5,3 | 7,07 | 8 | 8,4 | 11,2 | 106,00 | 159,00 | 212,00 | |
| Обед | Салат из моркови с сахаром | 30 | 50 | 60 | 0,21 | 0,35 | 0,42 | 0,09 | 0,15 | 0,18 | 4,32 | 7,2 | 8,64 | 23,49 | 39,15 | 46,98 | 92 |
| | Суп с клецками на курином бульоне | 150 | 200 | 200 | 1,68 | 2,1 | 2,1 | 4,09 | 5,11 | 5,11 | 13,27 | 16,59 | 16,59 | 96,6 | 130,8 | 130,8 | 213 |
| | Котлета из говядины | 50 | 70 | 90 | 7,78 | 12,44 | 15,99 | 5,78 | 9,24 | 11,88 | 7,85 | 12,56 | 16,15 | 130,71 | 183,00 | 235,29 | 608 |
| | Соус красный | 30 | 30 | 30 | 0,4 | 0,6 | 0,6 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3,6 | 3,6 | 25,1 | 25,1 | 25,1 | 228 |
| | Картофельное пюре/гороховое пюре | 110 | 150 | 150 | 3,06 | 3,67 | 3,67 | 4,8 | 5,76 | 5,76 | 20,45 | 24,53 | 24,53 | 137,25 | 187,16 | 187,16 | 694 |
| | Компот из с/ф | 150 | 180 | 180 | 0,04 | 0,09 | 0,09 | 0 | 0 | 0 | 24,76 | 34,26 | 34,26 | 94,2 | 113,04 | 113,04 | 868 |
| | Хлеб ржано/пшеничный | 40 | 40 | 40 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Итого | 560 | 720 | 750 | 17,17 | 23,25 | 26,87 | 16,26 | 22,76 | 25,43 | 99,15 | 124,24 | 129,27 | 629,75 | 800,65 | 860,77 | |
| Усиленный полдник | Коврижка с повидлом | 100 | 100 | 100 | 13,23 | 16,61 | 16,61 | 8,13 | 11,29 | 11,29 | 23,36 | 26,78 | 26,78 | 234,00 | 273,00 | 273,00 | 392 |
| | Чай с сахаром | 150 | 180 | 180 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 10 | 14 | 14 | 23,00 | 28,00 | 28,00 | 943 |
| | Итого | 300 | 365 | 365 | 13,33 | 16,81 | 16,81 | 8,13 | 11,29 | 11,29 | 33,36 | 40,78 | 40,78 | 257,00 | 301,00 | 301,00 | |
| Итого за день | | 1300 | 1655 | 1790 | 46,03 | 57,33 | 65,15 | 43,96 | 55,4 | 66,6 | 188,7 | 227,6 | 250,4 | 1367,85 | 1703,48 | 1948,38 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | | Пищевые вещества | | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | № рецептуры |
|--------------------------|--------------------------------|--------------------|-------------|-------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|---------------|---------------|--------------------------------|----------------|----------------|-------------|
| | | | | | Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | | | | |
| | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | |
| 1 неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 5 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша рисовая молочная | 150 | 200 | 200 | 4,82 | 6,03 | 6,03 | 1,02 | 1,28 | 1,28 | 16,83 | 21,04 | 21,04 | 132,4 | 176,5 | 176,5 | 94 |
| | Какао на молоке | 150 | 180 | 200 | 3,72 | 4,89 | 5,43 | 2,85 | 3,42 | 3,8 | 25,49 | 32,42 | 36,02 | 145,2 | 174,24 | 193,6 | 959 |
| | Батон с маслом сливочным | 30/10 | 30/10 | 60/15 | 2,36 | 2,36 | 4,43 | 7,49 | 7,49 | 14,04 | 14,71 | 14,71 | 27,58 | 137,5 | 137,5 | 257,81 | 1 |
| | Итого | 340 | 420 | 475 | 10,9 | 13,28 | 15,89 | 11,36 | 12,19 | 19,12 | 57,03 | 68,17 | 84,64 | 415,1 | 488,24 | 627,91 | |
| 2-ой завтрак | Фрукт / сок фруктовый | 100 | 100 | 100 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 0,20 | 0,20 | 0,20 | 9,8 | 9,8 | 9,8 | 102 | 102 | 102 | |
| Обед | Салат из свежих огурцов | 30 | 50 | 60 | 1,08 | 1,28 | 2,16 | 0,1 | 0,2 | 0,20 | 1,1 | 1,4 | 2,20 | 4,4 | 5,8 | 8,80 | 59 |
| | Свекольник на курином бульоне | 150 | 200 | 200 | 1,22 | 1,44 | 1,44 | 2,1 | 2,78 | 2,78 | 6,5 | 7,31 | 7,31 | 133,28 | 177,7 | 177,7 | |
| | Котлета из курицы | 50 | 70 | 90 | 7,78 | 12,44 | 15,99 | 5,78 | 9,24 | 11,88 | 7,85 | 12,56 | 16,15 | 114,38 | 160,13 | 205,88 | 608 |
| | Соус красный | 30 | 30 | 30 | 0,4 | 0,6 | 0,6 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3,6 | 3,6 | 25,1 | 25,1 | 25,1 | 228 |
| | Каша гречневая / каша перловая | 110 | 130 | 150 | 7,46 | 8,95 | 10,33 | 5,61 | 6,73 | 7,77 | 35,84 | 43 | 49,62 | 212,99 | 263,53 | 304,07 | 679 |
| | Компот из яблок | 150 | 180 | 200 | 0,04 | 0,09 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 24,76 | 34,26 | 38,07 | 94,2 | 113,04 | 125,6 | 868 |
| | Хлеб ржано/пшенич. | 40 | 40 | 40 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| Усиленный полдник | Итого | 560 | 700 | 770 | 21,98 | 28,8 | 34,62 | 15,09 | 21,45 | 25,13 | 104,55 | 127,63 | 142,45 | 706,75 | 867,7 | 969,55 | |
| | Булочка сдобная | 50 | 50 | 50 | 7,29 | 7,29 | 7,29 | 6,75 | 6,75 | 6,75 | 13,65 | 13,65 | 13,65 | 149,00 | 165,55 | 165,55 | 1058 |
| | Чай с лимоном | 150 | 180 | 200 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 12 | 14 | 15,56 | 23 | 28 | 31,11 | 944 |
| | Итого | 240 | 280 | 300 | 7,39 | 7,49 | 7,49 | 6,75 | 6,75 | 6,75 | 25,65 | 27,65 | 29,21 | 172 | 193,55 | 196,66 | |
| Итого за день | | 1240 | 1500 | 1645 | 41,27 | 50,57 | 59 | 33,4 | 40,5 | 51,2 | 197,0 | 233,2 | 266,1 | 1395,8 | 1651,49 | 1896,12 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | | Пищевые вещества | | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | № рецептуры |
|--------------------------|--|--------------------|-------------|-------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|---------------|---------------|--------------------------------|----------------|---------------|-------------|
| | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | |
| | | | | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | | | | |
| 2 неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 6 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная | 150 | 200 | 200 | 5,8 | 7,25 | 7,25 | 5,48 | 6,85 | 6,85 | 18,57 | 23,21 | 23,21 | 137,62 | 183,5 | 183,5 | 94 |
| | Чай с сахаром | 150 | 180 | 200 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 10,00 | 14,00 | 15,56 | 23,00 | 28,00 | 31,11 | 943 |
| | Печенье песочное | 50 | 50 | 50 | 2,36 | 2,36 | 4,43 | 7,49 | 7,49 | 14,04 | 14,71 | 14,71 | 27,58 | 137,5 | 137,5 | 257,81 | 1 |
| | Итого | 340 | 420 | 475 | 8,26 | 9,81 | 11,88 | 12,97 | 14,34 | 20,89 | 43,28 | 51,92 | 66,35 | 298,12 | 349,00 | 472,42 | |
| 2-ой завтрак | Сок | 100 | 100 | 200 | 1 | 1 | 2 | 0,2 | 0,2 | 0,4 | 20,2 | 20,2 | 40,4 | 92,00 | 92,00 | 184,00 | |
| Обед | Салат из свежей капусты | 30 | 50 | 60 | 0,85 | 1,41 | 1,69 | 3,05 | 5,08 | 6,1 | 5,19 | 8,65 | 10,38 | 51,54 | 85,9 | 103,08 | 79 |
| | Суп картоф. с гречкой | 150 | 200 | 200 | 5,3 | 7,4 | 7,4 | 4,22 | 5,28 | 5,28 | 13,06 | 16,33 | 16,33 | 108,56 | 144,75 | 144,75 | 204 |
| | Бефстроганов из печени/суфле из печени | 50 | 70 | 70 | 14,40 | 16,56 | 21,29 | 5,78 | 6,64 | 8,54 | 3,55 | 4,08 | 5,25 | 99,81 | 139,73 | 179,65 | 102 |
| | Макаронны отварные | 110 | 150 | 150 | 5,52 | 6,62 | 6,62 | 4,52 | 5,42 | 5,42 | 26,45 | 31,73 | 31,73 | 148,24 | 215,14 | 215,14 | 688 |
| | Компот из с/ф | 150 | 180 | 180 | 0,04 | 0,09 | 0,09 | 0 | 0 | 0 | 24,76 | 34,26 | 34,26 | 94,2 | 113,04 | 113,04 | 868 |
| | Хлеб ржано/пшенич | 40 | 40 | 40 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Итого | 530 | 690 | 700 | 30,11 | 36,08 | 41,09 | 18,07 | 22,92 | 25,84 | 98,51 | 120,55 | 123,45 | 624,75 | 820,96 | 878,06 | |
| Усиленный полдник | Плов с курицей | 130 | 150 | 150 | 20,30 | 25,38 | 25,38 | 17,00 | 21,25 | 21,25 | 35,69 | 44,61 | 44,61 | 327,73 | 471,25 | 471,25 | 601 |
| | Хлеб ржано/пшенич. | 20 | 20 | 20 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Чай с молоком | 150 | 180 | 200 | 1,4 | 1,6 | 1,78 | 1,6 | 1,8 | 2,00 | 16,4 | 18,2 | 20,22 | 86 | 103,2 | 114,67 | 945 |
| | Итого | 300 | 350 | 370 | 25,7 | 30,98 | 31,16 | 19,1 | 23,55 | 23,75 | 77,59 | 88,31 | 90,33 | 536,13 | 696,85 | 708,32 | |
| Итого за день | | 1270 | 1560 | 1745 | 65,07 | 77,87 | 86,13 | 50,34 | 61,01 | 70,88 | 239,58 | 280,98 | 320,53 | 1551 | 1958,81 | 2242,8 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | | Пищевые вещества | | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | № рецептуры |
|--------------------------|--------------------------------------|--------------------|-------------|-------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------------------|----------------|----------------|-------------|
| | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | |
| | | | | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | | | | |
| 2 неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 7 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 200 | 200 | 5,75 | 7,19 | 7,19 | 5,21 | 6,51 | 6,51 | 18,84 | 23,55 | 23,55 | 145,2 | 193,6 | 193,6 | 235 |
| | Кофейный напиток на молоке | 150 | 180 | 200 | 1,2 | 1,4 | 1,6 | 1,28 | 2,00 | 2,22 | 18,56 | 22,4 | 24,89 | 112,36 | 134,83 | 149,81 | 958 |
| | Батон с маслом сливочным | 30/10 | 30/10 | 60/15 | 2,36 | 2,36 | 4,43 | 7,49 | 7,49 | 14,04 | 14,71 | 14,71 | 27,58 | 137,5 | 137,5 | 257,81 | 1 |
| | Итого | 340 | 420 | 475 | 9,31 | 10,95 | 13,22 | 13,98 | 16,00 | 22,77 | 52,11 | 60,66 | 76,02 | 395,06 | 465,93 | 601,22 | |
| 2-ой завтрак | Фрукт | 100 | 100 | 100 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 0,20 | 0,20 | 0,20 | 9,8 | 9,8 | 9,8 | 47,00 | 47,00 | 47,00 | |
| Обед | Помидор свежий (нарезка) | 30 | 50 | 60 | 0,33 | 0,55 | 0,66 | 0,06 | 0,1 | 0,12 | 1,14 | 1,9 | 2,28 | 7,2 | 12 | 14,4 | 70 |
| | Суп рисовый с мясными фрикадельками | 150 | 200 | 200 | 6,54 | 6,64 | 6,64 | 2,72 | 5,18 | 5,18 | 6,77 | 15,44 | 15,44 | 123,75 | 165,00 | 165,00 | 209 |
| | Жаркое домашнему с курицей | 150 | 200 | 200 | 27,53 | 36,71 | 36,71 | 7,47 | 9,96 | 9,96 | 21,95 | 29,27 | 29,27 | 265,00 | 353,33 | 353,33 | 590 |
| | Компот из с/ф | 150 | 180 | 200 | 0,04 | 0,09 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 24,76 | 34,26 | 38,07 | 94,2 | 113,04 | 125,6 | 868 |
| | Хлеб ржано/пшеничный | 40 | 40 | 40 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Итого | 520 | 670 | 700 | 38,44 | 47,99 | 48,11 | 10,75 | 15,74 | 15,76 | 80,12 | 106,4 | 110,6 | 612,55 | 765,77 | 780,73 | |
| Усиленный полдник | Сырники со сгущенным молоком | 90/20 | 110/25 | 165/25 | 28,44 | 33,64 | 47,35 | 19,51 | 22,81 | 32,1 | 17,1 | 20,52 | 28,88 | 357,16 | 438,33 | 616,91 | 463 |
| | Чай с лимоном | 150 | 180 | 200 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 12 | 14 | 15,56 | 23 | 28 | 31,11 | 944 |
| | Итого | 260 | 315 | 390 | 28,54 | 33,84 | 47,55 | 19,51 | 22,81 | 32,1 | 29,1 | 34,52 | 44,44 | 380,16 | 466,33 | 648,02 | |
| Итого за день | | 1220 | 1505 | 1665 | 77,29 | 93,78 | 109,9 | 44,44 | 54,8 | 70,8 | 171,1 | 211,4 | 240,8 | 1434,77 | 1745,03 | 2076,97 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | | Пищевые вещества | | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | № рецептуры |
|--------------------------|---|--------------------|-------------|-------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|---------------|---------------|--------------------------------|----------------|----------------|-------------|
| | | | | | Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | | | | |
| | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | |
| 2 неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 8 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша "Дружба" молочная | 150 | 200 | 200 | 8,2 | 10,44 | 10,44 | 9,3 | 11,11 | 11,11 | 36,4 | 41,3 | 41,3 | 230,25 | 307,00 | 307,00 | 177 |
| | Чай с лимоном | 150 | 180 | 200 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 12 | 14 | 15,56 | 23 | 28 | 31,11 | 944 |
| | Батон с маслом сливочным | 30/10 | 30/10 | 60/15 | 2,36 | 2,36 | 4,43 | 7,49 | 7,49 | 14,04 | 14,71 | 14,71 | 27,58 | 137,5 | 137,5 | 257,81 | 1 |
| | Сыр | 10 | 10 | 10 | 2,3 | 2,3 | 2,3 | 2,9 | 2,9 | 2,9 | 0 | 0 | 0 | 36,4 | 36,4 | 36,4 | 42 |
| | Итого | 350 | 430 | 485 | 12,96 | 15,3 | 17,37 | 19,69 | 21,5 | 28,05 | 63,11 | 70,01 | 84,44 | 427,15 | 508,9 | 632,32 | |
| 2-ой завтрак | Сок | 100 | 100 | 200 | 1 | 1 | 2 | 0,2 | 0,2 | 0,4 | 20,2 | 20,2 | 40,4 | 92,00 | 92,00 | 184,00 | |
| Обед | Огурец свежий (нарезка) | 30 | 50 | 60 | 0,21 | 0,35 | 0,42 | 0,03 | 0,05 | 0,06 | 0,57 | 0,95 | 1,14 | 3,3 | 5,5 | 6,6 | 70 |
| | Щи из св. капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной | 150/6 | 200/8 | 200/8 | 1,18 | 1,57 | 1,57 | 2,34 | 3,12 | 3,12 | 34,1 | 42,82 | 42,82 | 78,45 | 127,47 | 127,47 | 187 |
| | Рыба тушеная с овощами/котлета рыбная / соус | 60 | 80 | 90 | 13,87 | 18,3 | 20,59 | 7,85 | 10,21 | 11,49 | 6,53 | 8,49 | 9,55 | 146,25 | 195,00 | 219,38 | 486 |
| | Картофельное пюре | 110 | 150 | 150 | 3,06 | 3,67 | 3,67 | 4,8 | 5,76 | 5,76 | 20,45 | 24,53 | 24,53 | 120,78 | 164,7 | 164,7 | 694 |
| | Кисель | 150 | 180 | 180 | 0,1 | 0,14 | 0,14 | 0,01 | 0,04 | 0,04 | 17,2 | 27,5 | 27,5 | 98,3 | 117,96 | 117,96 | 869 |
| | Хлеб ржано/пшеничный | 40 | 40 | 40 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Итого | 390 | 500 | 520 | 22,42 | 28,03 | 30,39 | 15,53 | 19,68 | 20,97 | 104,35 | 129,79 | 131,04 | 616,46 | 733,03 | 758,51 | |
| Усиленный полдник | Омлет | 70 | 90 | 100 | 7,7 | 9,9 | 11 | 11,93 | 15,34 | 17,04 | 1,43 | 1,84 | 2,04 | 177,21 | 227,84 | 253,16 | 438 |
| | Чай с сахаром | 150 | 180 | 200 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 10,00 | 14,00 | 15,56 | 23,00 | 28,00 | 31,11 | 943 |
| | Хлеб ржано/пшеничный | 20 | 20 | 20 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Итого | 240 | 290 | 320 | 15,65 | 20,47 | 20,47 | 22,36 | 28,52 | 28,52 | 24,56 | 29,42 | 29,42 | 343,58 | 433,9 | 433,9 | |
| Итого за день | | 1080 | 1320 | 1525 | 52,03 | 64,8 | 70,23 | 57,78 | 69,9 | 77,9 | 212,2 | 249,4 | 285,3 | 1479,19 | 1767,83 | 2008,73 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | | Пищевые вещества | | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | № рецептуры |
|--------------------------|------------------------------------|--------------------|-------------|-------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|---------------|---------------|--------------------------------|----------------|----------------|-------------|
| | | | | | Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | | | | |
| | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | |
| 2 неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 9 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша кукурузная молочная | 150 | 200 | 200 | 4,5 | 6,21 | 6,21 | 5,85 | 7,8 | 7,8 | 21,75 | 29 | 29 | 159,15 | 212,2 | 212,2 | 390 |
| | Чай с молоком | 150 | 180 | 200 | 1,4 | 1,6 | 1,78 | 1,6 | 1,8 | 2,00 | 16,4 | 18,2 | 20,22 | 86 | 103,2 | 114,67 | 945 |
| | Батон с маслом сливочным | 30/10 | 30/10 | 60/15 | 2,36 | 2,36 | 4,43 | 7,49 | 7,49 | 14,04 | 14,71 | 14,71 | 27,58 | 137,5 | 137,5 | 257,81 | 1 |
| | Итого | 340 | 420 | 475 | 8,26 | 10,17 | 12,42 | 14,94 | 17,09 | 23,84 | 52,86 | 61,91 | 76,8 | 382,65 | 452,9 | 584,68 | |
| 2-ой завтрак | Снежок или йогурт 2,5 % жирности | 100 | 150 | 200 | 5,8 | 5,85 | 7,8 | 5 | 5,3 | 7,07 | 8 | 8,4 | 11,2 | 106,00 | 159,00 | 212,00 | |
| Обед | Салат из моркови с сахаром | 30 | 50 | 60 | 0,26 | 0,43 | 0,52 | 0,1 | 0,16 | 0,2 | 4,63 | 7,72 | 9,26 | 28,62 | 47,7 | 57,24 | 92 |
| | Суп с рыбными консервами/суп волна | 150 | 200 | 200 | 6,89 | 8,61 | 8,61 | 6,72 | 8,4 | 8,4 | 11,47 | 14,34 | 14,34 | 125,43 | 167,25 | 167,25 | 87 |
| | Котлета из курицы | 50 | 70 | 90 | 7,78 | 12,44 | 15,99 | 5,78 | 9,24 | 11,88 | 7,85 | 12,56 | 16,15 | 114,38 | 160,13 | 205,88 | 608 |
| | Соус красный основной | 30 | 30 | 30 | 0,4 | 0,6 | 0,6 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3,6 | 3,6 | 25,1 | 25,1 | 25,1 | 228 |
| | Каша гречневая | 110 | 130 | 150 | 7,46 | 8,95 | 10,33 | 5,61 | 6,73 | 7,77 | 35,84 | 43 | 49,62 | 212,99 | 263,53 | 304,07 | 679 |
| | Компот из с/ф | 150 | 180 | 180 | 0,04 | 0,09 | 0,09 | 0 | 0 | 0 | 24,76 | 34,26 | 34,26 | 94,2 | 113,04 | 113,04 | 868 |
| | Хлеб ржано/пшеничный | 40 | 40 | 40 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Итого | 566 | 708 | 758 | 26,83 | 35,12 | 40,14 | 19,71 | 27,03 | 30,75 | 113,05 | 140,98 | 152,73 | 723,12 | 899,15 | 994,98 | |
| Усиленный полдник | Вареники с картоф./капустой | 130 | 150 | 150 | 27,84 | 29,93 | 29,93 | 18 | 22,89 | 22,89 | 29,4 | 32,00 | 32,00 | 237,15 | 273,63 | 273,63 | 461 |
| | Хлеб ржано/пшеничный | 20 | 20 | 20 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Чай с сахаром | 150 | 180 | 200 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 10,00 | 14,00 | 15,56 | 23,00 | 28,00 | 31,11 | 943 |
| | Итого | 300 | 350 | 370 | 29,22 | 31,41 | 31,41 | 41,29 | 23,09 | 23,09 | 51,31 | 57,91 | 57,91 | 327,15 | 368,63 | 368,63 | |
| Итого за день | | 1306 | 1628 | 1803 | 70,11 | 82,55 | 91,77 | 80,94 | 72,51 | 84,75 | 225,22 | 269,2 | 298,64 | 1538,92 | 1879,68 | 2160,29 | |

| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | | | Пищевые вещества | | | | | | | | | Энергетическая ценность (ккал) | | | № рецептуры |
|--------------------------|--|--------------------|------------|------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|--------------|--------------------|--------------|---------------|--------------------------------|---------------|---------------|-------------|
| | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | Белки | | | Жиры | | | Углеводы | | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | |
| | | | | | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | от 1 года до 3 лет | 3-6 лет | 7-11 лет | | | | |
| 2 неделя | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| День 10 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Каша манная молочная | 150 | 200 | 200 | 5,21 | 6,51 | 6,51 | 5,08 | 6,35 | 6,35 | 16,42 | 20,53 | 20,53 | 152,2 | 202,93 | 202,93 | 94 |
| | Какао на молоке | 150 | 180 | 200 | 3,72 | 4,89 | 5,43 | 2,85 | 3,42 | 3,8 | 25,49 | 32,42 | 36,02 | 145,2 | 174,24 | 193,6 | 959 |
| | Батон с маслом сливочным | 30/10 | 30/10 | 60/15 | 2,36 | 2,36 | 4,43 | 7,49 | 7,49 | 14,04 | 14,71 | 14,71 | 27,58 | 137,5 | 137,5 | 257,81 | 1 |
| | Итого | 340 | 420 | 475 | 11,29 | 13,76 | 16,37 | 15,42 | 17,26 | 24,19 | 56,62 | 67,66 | 84,13 | 434,9 | 514,67 | 654,34 | |
| 2-ой завтрак | Фрукт / сок фруктовый | 100 | 100 | 100 | 1,0 | 1,0 | 1,0 | 0,20 | 0,20 | 0,20 | 9,8 | 9,8 | 9,8 | 102 | 102 | 102 | |
| Обед | Салат из свежих помидоров | 30 | 50 | 60 | 0,33 | 0,55 | 0,66 | 0,06 | 0,1 | 0,12 | 1,14 | 1,9 | 2,28 | 7,2 | 12 | 14,40 | 58 |
| | Рассольник на мясном бульоне со сметаной | 150/8 | 200/10 | 200/10 | 1,68 | 2,10 | 2,10 | 4,09 | 5,11 | 5,11 | 13,27 | 16,59 | 16,59 | 119,44 | 158,75 | 158,75 | 195 |
| | Тефтели мясные | 50 | 70 | 90 | 8,87 | 11,78 | 15,15 | 9,83 | 12,91 | 16,6 | 11,71 | 14,9 | 19,16 | 171,00 | 223,00 | 286,71 | 618-619 |
| | Соус красный основной | 30 | 30 | 30 | 0,4 | 0,6 | 0,6 | 1 | 2 | 2 | 3 | 3,6 | 3,6 | 25,1 | 25,1 | 25,1 | 228 |
| | Рис отварной | 110 | 150 | 150 | 4,79 | 5,74 | 5,74 | 4,26 | 5,11 | 5,11 | 30,83 | 36,99 | 36,99 | 187,02 | 224,42 | 224,42 | 679 |
| | Компот из апельсин/яблок | 150 | 180 | 200 | 0,45 | 0,54 | 0,6 | 0,15 | 0,18 | 0,2 | 22,35 | 26,82 | 29,8 | 85,8 | 102,96 | 114,4 | 864 |
| | Хлеб ржано/пшенич. | 40 | 40 | 40 | 4 | 4 | 4 | 0,5 | 0,5 | 0,5 | 25,5 | 25,5 | 25,5 | 122,4 | 122,4 | 122,4 | |
| | Итого | 568 | 730 | 780 | 20,55 | 25,22 | 28,84 | 19,62 | 25,54 | 29,24 | 205,2 | 252,5 | 262,97 | 736,72 | 900,62 | 999,53 | |
| Усиленный полдник | Булочка сдобная | 50 | 50 | 50 | 7,29 | 7,29 | 7,29 | 6,75 | 6,75 | 6,75 | 13,65 | 13,65 | 13,65 | 149,00 | 165,55 | 165,55 | 1058-1059 |
| | Чай с сахаром | 150 | 180 | 200 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 0 | 0 | 0 | 10,00 | 14,00 | 15,56 | 23,00 | 28,00 | 31,11 | 943 |
| | Итого | 240 | 280 | 300 | 7,39 | 7,49 | 7,49 | 6,75 | 6,75 | 6,75 | 23,65 | 27,65 | 29,21 | 172 | 193,55 | 196,6 | |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|----------------|----------------|----------------|-----------------|-----------------|-----------------|--|---|
| | | | | | | | | | | | | | | | | | 6 |
| Итого за день | 1248 | 1530 | 1755 | 40,23 | 47,47 | 54,7 | 41,99 | 49,75 | 60,58 | 307,67 | 368,01 | 416,71 | 1435,62 | 1700,84 | 2034,53 | | |
| Итого за период | 12622 | 15583 | 17488 | 558,32 | 679,56 | 774,92 | 509,74 | 593,36 | 729,9 | 2277,55 | 2745,19 | 3136,33 | 14176,39 | 17380,19 | 20380,51 | | |
| Среднее значение за период | 1262 | 1558 | 1749 | 55,83 | 67,96 | 77,49 | 50,97 | 59,34 | 7,3 | 227,76 | 274,52 | 313,63 | 1417,64 | 1738,02 | 2038,05 | | |