

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель МБДОУ «Д/С» № 4»

З.И.Шахбанова

« 10 » _____ 2021 г



ОСНОВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

В МБДОУ «Д/С № 4»

Категория: Дети 3-7 лет

День 1

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептур ы	
			Б	Ж	У			
День 1 вода питьевая на весь день 300мл								
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	5,36	6,91	28,78	17,62	111	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95		
	Масло сливочное	4	0,12	3,08	0	28,3		
	Крупа пшеничная	20	1	0,08	5,54	27,4		
	Молоко	180	4,23	3,75	7,1	78		
	Чай сладкий	200	0,12	0,03	10	38,78	391	
	Сахар	5	0	0	4,99	37,9		
	чай черный	0,6	0,12	0,03	0,02	0,88		
	Бутерброд с сл. маслом и сыром	60	6,06	5,29	29,16	192,7	06.января	
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3		
ЗАВТРАК 2	Сыр	6	1,38	1,74	0	21,6		
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,16	142,8		
	Фруктовый сок или (кондитерские изделия)	100	0,75	0	13,65	57		
	фруктовый сок	100	0,75	0	13,65	57		
	ОБЕД	Салат из отварной свеклы	60	1,03	5,05	10,08	88,49	33
		Изюм	7	0,13	0	4,62	18,34	
		Свекла	60	0,9	0,06	5,46	25,2	
		Масло растительное	5	0	5	0	44,95	
		Компот из сухофруктов	200	0,55	0	15,81	62,87	253
		Сахар	10	0	0	9,9	37,9	
сухофрукты		11	0,55	0	5,83	24,97		
Хлеб		70	3,8	0,4	24,3	119		
Хлеб пшеничный		70	3,8	0,4	24,3	119		
Суп харчо со сметаной		200	3,75	3,46	27,15	158,83	66	
	Кости пищевые	11	0,07	0,02	0	0,47		
	Картофель	100	2	0,4	16,3	80		
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15		
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1		
	Рис	10	0,7	0,1	7,14	33		
	Сметана	11	0,33	1,1	0,32	12,65		
	масло сливочное	3	0,07	1,84	0	16,98		
	Томатная паста. Консервы	5,00	0,24	0	0,95	4,95		
	Картофельное пюре с отварным мясом (птицы)	180	23,11	12,26	13,2	258,82	10	
	мясо птицы	24	20,16	5,92	0	136		
	картофель	120	0,8	0,16	6,52	32		
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15		
	Масло растительное	3	0	3	0	26,97		
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1		
	Масло сливочное	4	0,12	3,08	0	28,3		
	Соль (на весь день) 2	5	0	0	0	0		
	Соль поваренная пищевая	5	0	0	0	0		
	Уплотненный полдник	Омлет с зеленым горошком	10	7,9	9,2	4,65	131,98	458
		Пшеничная мука, высшего сорта	2					
		масло растительное	3	0	3	0	3	
Масло сливочное		5	0,15	3,69	0	3,69		
зеленый горошек		25						
Яйцо		1	0,12	0,12	0	1,58		
Молоко		10	0,28	0,25	0,47	5,2		
Какао с молоком		200	5,22	4,61	13,67	114,83	397	
молоко		180	5,08	4,5	8,51	93,6		
какао		0,6	0,15	0,1	0,17	2,28		
	сахар	5	0	0	4,99	18,95		
	Фрукты свежие	100	1,65	2,6	16,37	95,92		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1655	56,69	48,15	242,07	1457,72		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1655	56,69	48,15	242,07	1457,72		
Среднее значение за период								
белков, жиров, углеводов в			16	14	70			

День 1

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад (3-7)"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Говядина 1 кат.	кг		0,055
2	Горошек зеленый. Консервы	кг		0,005
3	Дрожжи прессованные	г		0,85
4	Картофель	кг		0,184
5	Кости пищевые говяжьи	кг		0,012
6	Крупа пшеничная	кг		0,03
7	Лук репчатый	кг		0,04
8	Масло растительное	л		0,011
9	Масло сливочное	кг		0,021
10	Молоко	л		0,381
11	Морковь	кг		0,013
14	Пшеничная мука	кг		0,038
15	Пшено	кг		0,008
16	Сахарный песок	кг		0,04
17	Свекла	кг		0,03
18	Сметана	г		0,014
19	Соль поваренная пищевая	кг		0,005
22	Томатная паста. Консервы	л		0,004
23	Тыква	кг		0,177
24	Хлеб пшеничный	кг		0,079
25	Чай высшего сорта	г		1
26	Яблоки	кг		0,08
27	Яйцо	шт (яйца)		0,177

Категория: Дети 3-7 лет

День 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетиче- ская ценность (ккал)	№ рецептур ы
			Б	Ж	У		
День 2	вода питьевая на весь день 300мл						
ЗАВТРАК	<u>Молочная ячневая каша</u>	200	7,2	7,83	26,76	205,65	168
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Ячка	20	2	0,26	13,26	64,8	
	Молоко стерилизованное 2,5% жирности	180	5,08	4,5	8,51	93,6	
	<u>Какао с молоком</u>	200	5,79	5,11	14,62	125,23	397
	какао порошок	0,6	0,15	0,1	0,17	2,28	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	молоко	200	5,64	5	9,46	104	
	<u>Бутерброд с маслом с сыром</u>	40	4,54	5,13	19,44	145,1	
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
	Сыр	6	1,38	1,74	0	21,6	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2	
ЗАВТРАК 2	<u>Фруктовый сок или (свежие фрукты)</u>	100	0,75	0	13,65	57	
	Фруктовый сок или (свежие фрукты)	100	0,75	0	13,65	57	
ОБЕД	<u>Салат из моркови</u>	60	0,78	5,05	10,31	88,09	19
	Морковь, красная	60	0,78	0,06	4,32	20,4	
	масло растительное	3	0	5	0	44,95	
	Сахар	5	0	0	5,99	22,74	
	<u>Свекольник со сметаной</u>	200	6,56	8,63	35,54	249	58
	Костный бульон	200	1,2	0,4	0	8	
	Картофель	100	2,8	0,56	22,82	112	
	Лук репчатый	20	0,28	0	1,82	8,2	
	масло сливочное	4	0,1	2,46	0	22,64	
	Масло растительное	3	0	4	0	35,96	
	Свекла	90	1,35	0,09	8,19	37,8	
	Томатная паста. Консервы	5	0,24	0	0,95	4,95	
	Морковь, красная	20	0,26	0,02	1,44	6,8	
	Сметана	11	0,33	1,1	0,32	12,65	
	<u>Плов из мяса птицы (говядины)</u>	180	13,92	11,59	24,11	257,06	
	Морковь, красная	25	0,33	0,3	1,8	8,5	
	мясо,птица	80	11,44	4,24	2,64	93,6	
	Лук репчатый	20	0,28	0	1,82	8,2	
	Рис, зерно продовольственное	25	1,75	0,25	17,85	82,5	
	Масло растительное	3	0	4	0	35,96	
	Масло сливочное	4	0,12	3,08	0	28,3	
	<u>Кисель фруктовый</u>	200	0,1	0,01	19,19	71,95	376
	Кисель фруктовый	200	0,1	0,01	14,2	53	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	<u>Хлеб</u>	50	3,8	0,4	24,3	119	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	
	<u>Соль (на весь день) 2</u>	5	0	0	0	0	
Уплотненный полдник	<u>Кефир сладкий</u>	200	5,3	5	12,79	124,95	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Кефир	200	5,8	5	7,8	106	
	<u>Запеканка творожно-манная</u>	80	19,92	15,36	10,68	263,72	237
	творог	115	19,2	10,35	2,3	182,85	
	манная крупа	5	0,52	0,05	3,38	16,4	
	масло растительное	2	0	3	0	26,97	
	Масло сливочное	3	0,07	1,84	0	16,98	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Яйцо	1	0,13	0,12	0,01	1,57	
	<u>Хлеб пшеничный</u>	40	3,04	0,32	19,44	95,2	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1550	71,7	64,43	230,83	1801,95	
ИТОГО ЗА ВСЬ ПЕРИОД:		1550	71,7	64,43	230,83	1801,95	
Среднее значение за период							
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			20	18	63		

День 3

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	№ рецепту ры	
			Б	Ж	У			
День 3 вода питьевая на весь день 300мл								
ЗАВТРАК	Каша пшеничная на молоке	200	8,2	11,8	31,8	168	216	
	Масло сливочное	6	0,15	3,69	0	33,96		
	Крупа пшеничная	20						
	Сахар	3						
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150						
	Какао с молоком	200	5,79	5,11	19,61	144,18	397	
	Сахар	10	0	0	9,98	37,9		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	200	5,64	5	9,46	104		
	Какао порошок	0,6	0,15	0,1	0,17	2,28		
	Бутерброд с маслом с сыром	40	4,54	5,13	19,44	145,1	6	
ЗАВТРАК 2	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3		
	Сыр	6	1,38	1,74	0	21,6		
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Свежие фрукты	100	1,65	2,6	16,37	95,92		
	свежие фрукты	100	1,65	2,6	16,37	95,92		
	ОБЕД	Салат "Здоровье"	60	1,35	4,13	4,78	61,66	14
		Кукуруза сладкая консервы()	20	0,44	0,08	2,24	11,6	
		Лук	10	0,14	0	0,91	4,1	
		Зеленый горошек (консервы)	25	0,78	0,05	1,62	10	
		Масло растительное	4	0	4	0	35,96	
Гороховый суп со сметаной		200	5,2	5,96	36,51	226,25	81	
Картофель		100	2,8	0,56	22,82	112		
Горох		20	1,4	0,17	9,97	48		
Масло сливочное		2	0,03	4,12	0	37,4		
Лук		15	0,21	0	1,36	6,15		
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1		
	томат	5	0,24	0	0,95	4,95		
	сметана	11	0,33	1,1	0,32	12,65		
	Компот из сухофруктов	200	1	0	49,78	94,9	253	
	Компот из сухофруктов	11	1	0	39,8	57		
	Сахар	10	0	0	9,98	37,9		
	Рыба запеченная в духовке	60	7,17	2,47	3,8	66,05	250	
	Минтай	37	6,51	0,37	0	29,23		
	Лук репчатый	15	0,21	0	1,36	6,15		
	Яйцо	0,05	0,01	0,01	0	0,08		
	масло растительное	2	0	2	0	17,98		
	Хлеб пшеничный	5	0,38	0,04	2,43	11,9		
	Перловая каша	120	5,33	3,62	34,85	196,8	209	
	Перловка	20	5,2	0,55	34,85	168,5		
	масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119		
	Уплотненный полдник	каша дружба	200	6,32	10,18	26,34	223,16	458
		Крупа рисовая	10					
		Крупа пшеничная	10					
сахар		3						
масло сливочное		5	0,07	1,84	0	16,98		
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности		140						
Соль (на весь день) 2		5	0	0	0	0		
Соль поваренная пищевая		5	0	0	0	0		
Чай сладкий с молоком		200	5,76	5,03	14,47	123,83	394	
Сахар		5	0	0	4,99	18,95		
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности		200	5,64	5	9,46	104		
	Чай	0,6	0,12	0,03	0,02	0,88		
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		53,82	53,13	266,64	1760,05		
	ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		53,82	53,13	266,64	1750,05		
	Среднее значение за период							
	Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		14	14	71			

День 3

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад (0-3)"	Ед. изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Какао-порошок	г		15
2	Капуста белокочанная	кг		0,042
3	Картофель	кг		0,08
4	Курица, 1 категории	кг		0,111
5	Лимонная кислота	г		0,15
6	Лук	кг		0,016
7	Макаронные изделия	кг		0,051
8	Масло растительное	л		0,007
9	Масло сливочное	кг		0,023
10	Минтай	кг		0,071
11	Молоко	л		0,329
12	Морковь	кг		0,03
13	Печенье	кг		0,03
14	Рис	кг		0,039
15	Сахарный песок	кг		0,026
16	Соль поваренная пищевая	кг		0,005
17	Сыр брынза	кг		0,024
18	Томат-пюре	кг		0,002
19	Укроп	кг		0,001
20	Хлеб пшеничный	кг		0,08
21	Яблоки	кг		0,03
22	Яйцо	шт (яйца)		1,829

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	№ рецепту ры	
			Б	Ж	У			
День 4 вода питьевая на весь день 300мл.								
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронами изделиями	180	6,99	7,59	27,8	204,98	93	
	Масло сливочное	4	0.1	2.46	0	22,64		
	Макароны	12	1,25	0,13	8,36	40,44		
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	200	5.64	5	9,46	104		
	Сахар	10	0	0	9.98	37,9		
	Чай сладкий	200	5.76	5.03	19.46	142,78		
	Бутерброд с маслом с сыром	40	4,54	5,13	19,44	145,1		
	Масло сливочное	5	0.12	3.08	0	28,3		
	Сыр	6	1,38	1.74	0	21,6		
	Хлеб пшеничный	40	3.04	0.32	19.44	95,2		
ЗАВТРАК 2	Свежие фрукты	100	0,9	0,2	8,1	40		
	свежие фрукты	100	0,9	0,2	8,1	40		
ОБЕД	Салат винегрет	60	1,08	5,06	5,97	73,55	33	
	Картофель	10	0,2	0,04	1.67	8,2		
	Свекла	30	0,3	0,02	1.82	8,4		
	Морковь	10	0,12	0,01	0.61	2,9		
	Горошек зеленый консервированный	7	0,22	0,01	0.46	2,8		
	Масло растительное	5	0	5	0	44,95		
	Перловый суп со сметаной	200	5,75	10,19	24,04	214,13	29	
	Картофель	80	1,6	0,32	13.04	64		
	Перловка	15	3,08	0,3	7.29	44,7		
	Масло сливочное	4	0,1	2.46	0	22,64		
	Лук	15	0,21	0	1.36	6,15		
	Морковь	15	0,2	0,01	1.08	5,1		
	Томат	5	0,24	0	0.95	4,95		
	Масло растительное	6	0	5,99	0	53,94		
	Сметана	11	0,33	1,1	0.26	12,65		
	Компот из сухофруктов	200	0,57	0	16,03	63,64	253	
	Сухофрукты	11	0,57	0	6.05	25,74		
	Сахар	10	0	0	9.98	37,9		
	Голубцы с мясом говядины(птицы) с картофелем	180	24,21	15,72	20,91	323,33		
	Мясо	80	20,64	13,44	0	203,2		
	Лук	15	0,21	0	1.36	6,15		
	Капуста	110	1,54	0,11	4.29	23,1		
	Картофель	40	1,4	0,28	11.69	57,4		
	Рис	5	0,35	0,05	3.57	16,5		
	Масло сливочное	3	0,07	1,84	0	16,98		
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119		
	Хлеб пшеничный	50	3,08	0,4	24,3	119		
	Гречневая каша молочная сладкая жидкая	180	2,02	3,54	13,18	94,1		
	Уплотненный полдник	Гречневая крупа	20	2,52	0,66	12.42	67	
		Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
молоко пастеризованное, 2,5% жирности		100	2,82	2,5	4,73	52		
Соль (на весь день) 2		5	0	0	0	0		
Соль поваренная пищевая		5	0	0	0	0		
Чай сладкий		200	5,79	5,11	14,62	125,23	391	
Сахар		10	0	0	9.98	37,9		
Чай		0,6	0,12	0,03	0,02	0,88		
Хлеб пшеничный		50	3,08	0,4	24,3	119		
Хлеб пшеничный		50	3,08	0,4	24,3	119		
	Кондитерские изделия	20	0,96	0,56	15,54	70		
	кондитерские изделия	20	0,96	0,56	15,54	70		
		1465	59,69	53,9	214,23	1592,06		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1465	59,69	53,9	214,23	1592,06		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:								
Среднее значение за период			18	16	65			
белков, жиров, углеводов в	День 4							

	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад (0-3)"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
№ п/п				
	Какао-порошок	г		15
1	Капуста белокочанная	кг		0.042
2	Картофель	кг		0.08
3	Курица, 1 категории	кг		0.111
4	Лимонная кислота	г		0.15
5	Лук	кг		0.016
6	Макаронные изделия	кг		0.051
7	Масло растительное	л		0.007
8	Масло сливочное	кг		0.023
9	Минтай	кг		0.071
10	Молоко	л		0.329
11	Морковь	кг		0.03
12	Печенье	кг		0.03
13	Рис	кг		0.039
14	Сахарный песок	кг		0.026
15	Соль поваренная пищевая	кг		0.005
16	Сыр брынза	кг		0.024
17	Томат-пюре	кг		0.002
18	Укроп	кг		0.001
19	Хлеб пшеничный	кг		0.08
20	Яблоки	кг		0.03
21	Яйцо	шт (яйца)		1.829
22				

День 5

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Б	Ж	У		
День 5	вода питьевая на весь день 300мл.						
ЗАВТРАК	Каша молочная манная сладкая	200	6,95	6,91	31,58	214,54	111
	Масло сливочное	4	0,1	2,46	0	22,64	
	Манная крупа	20	2,06	0,2	13,54	65,6	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	170	4,79	4,25	8,04	88,4	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Какао с молоком	200	5,36	4,73	13,91	117,43	397
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	185	4,23	3,75	7,1	78	
	какао порошок	0,6	0,15	0,1	0,17	2,28	
	Бутерброд с маслом с сыром	40	4,54	5,13	19,44	145,1	6
Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3		
Сыр	6	1,38	1,74	0	21,6		
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
ЗАВТРАК 2	Фруктовый сок	200	0,5	0	21	85	
	фруктовый сок	200	0,5	0	21	85	
ОБЕД	Салат из отварной свеклы	60	1,08	5,01	5,64	71,27	33
	Свекла	48	0,86	0	5,18	23,52	
	Горошек зеленый консервированный	7	0,22	0,01	0,46	2,8	
	Масло растительное	5	0	5	0	44,95	
	Суп - гороховый на бульоне (м/п)	200	4,55	9,66	17,55	177,29	81
	Картофель	60	1,2	0,24	9,78	48	
	горох	12					
	Масло сливочное	2	0,05	1,23	0	11,32	
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15	
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1	
Томат	5	0,24	0	0,95	4,95		
Масло растительное	6	0	5,99	0	53,94		
Сметана	11	0,33	1,1	0,32	12,65		
Компот из сухофруктов	сухофрукты	200	0	0	23,78	189,7	253
		11	0	0	13,8	151,8	
	Сахар	10	0	0	9,98	37,9	
Пшеничная каша на сливочном масле, отварным мясом говядины(птицы)		180	10,12	3,88	55,4	302,3	
	Пшеничная крупа	20	10	0,8	55,4	274	
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
	Мясо говядины (птицы)	80	20,64	13,44	0	203,2	
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15	
	Томат	3	0,14	0	0,57	2,97	
	Масло растительное	6	0	5,99	0	53,94	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	
	Уплотненный полдник	Булочки домашние	80	5,65	7,5	39,92	252,86
Пшеничная мука		30	5,15	0,55	34,45	167	
Масло сливочное		5	0,15	3,69	0	3,69	
Масло растительное		3	0	3	0	3	
Сахар		5	0	0	4,99	4,99	
Дрожжи		1	0,01	0	0,01	0,09	
Яйцо		0,5	0,06	0,06	0	0,79	
молоко		10	0,28	0,25	0,47	5,2	
Чай сладкий		200	0,25	0,15	10,01	40,35	262
Сахар		10	0	0	9,98	37,9	
Чай	0,6	0,12	0,03	0,02	0,88		
Отварное яйцо	50	0,13	0,12	0,01	1,57		
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
Соль (на весь день) 2	6	0	0	0	0		
Соль поваренная пищевая	6	0	0	0	0		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1656,5	45,9	43,75	281,97	1810,83	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1656,5	45,9	43,75	281,97	1810,83	
Среднее значение за период							
белков, жиров, углеводов в			12	12	76		

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад (3-7)"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Говядина 1 кат.	кг		0,055
2	Горошек зеленый. Консервы	кг		0,005
3	Дрожжи прессованные	г		0,85
4	Картофель	кг		0,184
5	Кости пищевые говяжьи	кг		0,012
6	Крупа пшеничная	кг		0,03
7	Лук репчатый	кг		0,04
8	Масло растительное	л		0,011
9	Масло сливочное	кг		0,021
10	Молоко	л		0,381
11	Морковь	кг		0,013
14	Пшеничная мука	кг		0,038
15	Пшено	кг		0,008
16	Сахарный песок	кг		0,04
17	Свекла	кг		0,03
18	Сметана	г		0,014
19	Соль поваренная пищевая	кг		0,005
22	Томатная паста. Консервы	л		0,004
23	Тыква	кг		0,177
24	Хлеб пшеничный	кг		0,079
25	Чай высшего сорта	г		1
26	Яблоки	кг		0,08
27	Яйцо	шт (яйца)		0,177

День
6

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	
			Б	Ж	У		
День 6	вода питьевая на весь день 300мл.						
ЗАВТРАК	Каша молочная пшенинная сладкая	180	2,98	4,38	19,23	128,45	
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
	Пшенинная крупа	20	2,3	0,66	13,3	69,9	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	20	0,56	0,64	0,94	11,6	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Какао с молоком	200	5,36	4,73	13,91	117,43	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	185	4,23	3,75	7,1	78	
	какао порошок	0,6	0,15	0,1	0,17	2,28	
	Бутерброд с маслом с сыром	40	4,54	5,13	19,44	145,1	
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
	Сыр	6	1,38	1,74	0	21,6	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2	
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	100	0,9	0,2	8,1	40	
	фрукты свежие	100	0,9	0,2	8,1	40	
ОБЕД	Салат морковный на растительном масле	60	0,58	5,04	2,29	56,45	
	Морковь	30	0,36	0,03	1,83	8,7	
	Масло растительное	5	0	5	0	44,95	
	Суп - лапша домашняя со сметанной	200	6,27	9,16	35,79	255,42	
	Картофель	80	1,2	0,24	9,78	48	
	Мука	29	2,58	0,28	17,23	83,5	
	Масло сливочное	2	0,05	1,23	0	11,32	
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15	
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1	
	Томат	5	0,14	0	0,57	2,97	
	Масло растительное	6	0	5,99	0	53,94	
	Сметана	6	0,27	0,9	0,26	10,35	
	Куриный бульон	180	0,75	0,15	0	4,5	
	Компот из сухофруктов	180	0,45	0	14,75	58,33	
	сухофрукты	9	0,45	0	4,77	20,43	
Сахар	10	0		9,98	37,9		
	Овощное рагу с отварным мясом (птицы)	180	21,8	7,42	9,72	195,58	
	Капуста	50	0,9	0,05	2,35	13,5	
	Масло сливочное	4	0,1	2,46	0	22,64	
	Картофель	70	1,4	0,28	11,41	56	
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15	
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1	
	Масло растительное	3	0	3	0	44,95	
	Мясо (птицы) отварное	80	11,44	4,24	2,64	93,6	
	Уплотненный Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	
	полдник	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
		Гречневая каша молочная сладкая жидкая	180	2,02	3,54	13,18	94,1
		Гречневая крупа	20	2,52	0,66	12,42	67
Масло сливочное		5	0,12	3,08	0	28,3	
молоко пастеризованное, 2,5% жирности		100	2,82	2,5	4,73	52	
Соль (на весь день) 2		5	0	0	0	0	
Соль поваренная пищевая		5	0	0	0	0	
Чай сладкий		180	0,12	0,03	10	38,78	
Сахар		10	0	0	9,98	37,9	
Чай		0,6	0,12	0,03	0,02	0,88	
Хлеб пшеничный		40	3,04	0,32	19,44	95,2	
Хлеб пшеничный			3,04	0,32	19,44	95,2	
			1595	51,88	40,35	190,15	1343,84
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1595	51,88	40,35	190,15	1343,84	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:							
Среднее значение за период			18	14	67		
белков, жиров,							

День 6

Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад (0-3)"		Ед. изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
№ п/п				
	Какао-порошок	г		15
1	Капуста белокочанная	кг		0,042
2	Картофель	кг		0,08
3	Курица, 1 категории	кг		0,111
4	Лимонная кислота	г		0,15
5	Лук	кг		0,016
6	Макаронные изделия	кг		0,051
7	Масло растительное	л		0,007
8	Масло сливочное	кг		0,023
9	Минтай	кг		0,071
10	Молоко	л		0,329
11	Морковь	кг		0,03
12	Печенье	кг		0,03
13	Рис	кг		0,039
14	Сахарный песок	кг		0,026
15	Соль поваренная пищевая	кг		0,005
16	Сыр брынза	кг		0,024
17	Томат-пюре	кг		0,002
18	Укроп	кг		0,001
19	Хлеб пшеничный	кг		0,08
20	Яблоки	кг		0,03
21	Яйцо	шт (яйца)		1,829
22				

День 7

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Б	Ж	У		
День 7 вода питьевая на весь день 300мл							
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	80	20,2	37,24	5,22	435,54	168
	Масло сливочное	6	0,15	3,69	0	33,96	
	Ячка	20	19,2	30,8	3,8	368	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	30	0,85	0,75	1,42	15,6	
	Какао с молоком сладкое	200	5,36	4,73	13,91	117,43	397
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	185	5,22	4,62	6,65	96,2	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	какао порошок	0,6	0,15	0,1	0,17	2,28	
	Бутерброд с маслом	40	4,54	5,13	19,44	145,1	6
Сыр	6	1,38	1,74	0	21,6		
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
Масло сливочное	4	0,1	2,46	0	22,64		
ЗАВТРАК 2							
ОБЕД	Суп свекольный со сметаной	200	4,55	9,66	17,55	177,29	58
	Картофель	70	1,4	0,28	11,41	56	
	Свекла	50	0,9	0,05	2,35	13,5	
	Масло сливочное	4	0,07	1,84	0	16,98	
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15	
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1	
	Масло растительное	3	0	5,99	0	53,94	
	Сметана	11	0,33	1,1	0,32	12,65	
Кисель	180	0,55	0	15,81	62,87	376	
Кисель фруктовый	11	0,55	0	5,83	24,97		
Сахар	10	0	0	9,98	37,9		
	Перловая каша с гуляшом из мяса говядины (птицы)	180	12,61	11,89	21,75	246,46	209-297
	Перловка	25	2,33	0,28	16,62	80	
	Масло сливочное	3	0,07	1,84	0	16,98	
	Мясо говядины (птицы)	80	9,84	9,76	3,12	140	
	Лук	10	0,14	0	0,91	4,1	
	Морковь	10	0,13	0,01	0,72	3,4	
	Томат	2	0,1	0	0,38	1,98	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	
Уплотненный полдник	Запеканка из творога	100	22,93	17,93	14,36	314,5	237
	Творог	100	21,71	11,7	2,6	206,7	
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Манная крупа	10	1,03	0,1	6,77	32,8	
	Растительное масло	3	0	3	0	26,97	
	Яйцо	0,5	0,06	0,06	0	0,79	
	Соль (на весь день) 2	5	0	0	0	0	
	Соль поваренная пищевая	5	0	0	0	0	
	Кефир сладкий	110	7,16	5,42	27,17	203,3	
кефир	110	5,08	4,38	6,83	73,14		
Сахар	5	0	0	4,99	18,95		
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		510	39,63	51,28	106,39	1052,42	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		510	39,63	51,28	106,39	1052,42	
Среднее значение за период							
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			20	26	54		

День 7

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад (0-3)"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Какао-порошок	г		15
2	Капуста белокочанная	кг		0.042
3	Картофель	кг		0.08
4	Курица, 1 категории	кг		0.111
5	Лимонная кислота	г		0.15
6	Лук	кг		0.016
7	Макаронные изделия	кг		0.051
8	Масло растительное	л		0.007
9	Масло сливочное	кг		0.023
10	Минтай	кг		0.071
11	Молоко	л		0.329
12	Морковь	кг		0.03
13	Печенье	кг		0.03
14	Рис	кг		0.039
15	Сахарный песок	кг		0.026
16	Соль поваренная пищевая	кг		0.005
17	Сыр брынза	кг		0.024
18	Томат-пюре	кг		0.002
19	Укроп	кг		0.001
20	Хлеб пшеничный	кг		0.08
21	Яблоки	кг		0.03
22	Яйцо	шт (яйца)		1.829

День 8

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Б	Ж	У		
День 8	вода питьевая на весь день 300мл						
ЗАВТРАК	<u>Рисовая молочная сладкая каша</u>	180	6,95	7,83	31,35	223,35	69
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
	Рис	25	1,75	0,25	17,85	82,5	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	180	5,08	4,5	8,51	93,6	
	<u>Какао с молоком</u>	180	0,12	0,03	5,01	19,83	397
	Молоко пастеризованное 2,5% жирности	185	0,12	0,03	5,01	19,83	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	какао порошок	0,6	0,15	0,1	0,17	2,28	
	<u>Бутерброд с маслом с сыром</u>	40	4,54	5,13	19,44	145,1	
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
	Сыр	6	1,38	1,74	0	21,6	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2	
ЗАВТРАК 2	<u>Фруктовый сок</u>	200	0,5	0	21	85	
	фруктовый сок	200	0,5	0	21	85	
	<u>Суп гороховый со сметаной</u>	200	4,55	9,66	17,55	177,29	81
ОБЕД	Картофель	70	1,4	0,28	11,41	56	
	Масло сливочное	4	0,07	1,84	0	16,98	
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15	
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1	
	Томат	3	0,14	0	0,57	2,97	
	Масло растительное	3	0	5,99	0	53,94	
	Сметана	11	0,33	1,1	0,32	12,65	
	Горох	15	1,4	0,17	9,97	48	
	<u>Компот из сухофруктов</u>	180	1,28	0	28,03	116,15	253
	Сухофрукты	9	1,28	0	23,04	97,2	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	<u>Отварные макароны с мясным гуляшом (птицы)</u>	180	12	4,77	36,22	238,92	323-295
	Макароны	150	5,2	0,55	34,85	168,5	
	Масло сливочное	4	0,07	1,84	0	16,98	
	мясо говядины(птицы)	80	9,84	9,76	3,12	140	
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15	
	морковь	10	0,13	0,01	0,72	3,4	
	Масло растительное	2	0	2	0	17,98	
	томат	2	0,1	0	0,38	1,98	
	<u>Хлеб пшеничный</u>	50	3,8	0,4	24,3	119	
	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119	
Уплотненный полдник	<u>Оладьи сладкие</u>	80	7,2	0,77	48,3	27	76
	Мука	25					
	Масло сливочное	5	0				
	дрожжи	1	0,01	0	0,01	0,09	
	Растительное масло	10	0	10	0	10	
	Сахар	5	0	0	4,99	4,99	
	Яйцо	0,25					
	<u>Соль (на весь день) 2</u>	5	0	0	0	0	
	Соль поваренная пищевая	5	0	0	0	0	
	<u>Чай сладкий</u>	200	5,08	4,48	18,42	131,18	262
	Сахар	10	0	0	9,98	37,9	
	Чай сладкий	0,6	4,93	4,38	8,28	91	
			0,15	0,1	0,17	2,28	
	<u>Хлеб пшеничный</u>	40	3,04	0,32	19,44	95,2	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2	
	<u>Кондитерские изделия</u>	20	0,16	0	15,66	60,8	
	кондитерские изделия (печенье)	20	0,16	0	15,66	60,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		0	31,32	45,72	119,05	1258,5	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		0	31,32	45,72	119,05	1258,5	
Среднее значение за период							
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			16	23	61		

День 8

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад (0-3)"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Какао-порошок	г		15
2	Капуста белокочанная	кг		0.042
3	Картофель	кг		0.08
4	Курица, 1 категории	кг		0.111
5	Лимонная кислота	г		0.15
6	Лук	кг		0.016
7	Макаронные изделия	кг		0.051
8	Масло растительное	л		0.007
9	Масло сливочное	кг		0.023
10	Минтай	кг		0.071
11	Молоко	л		0.329
12	Морковь	кг		0.03
13	Печенье	кг		0.03
14	Рис	кг		0.039
15	Сахарный песок	кг		0.026
16	Соль поваренная пищевая	кг		0.005
17	Сыр брынза	кг		0.024
18	Томат-пюре	кг		0.002
19	Укроп	кг		0.001
20	Хлеб пшеничный	кг		0.08
21	Яблоки	кг		0.03
22	Яйцо	шт (яйца)		1.829

День 9

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Б	Ж	У		
День 9 вода питьевая на весь день 300мл.							
ЗАВТРАК	Пшеничная молочная сладкая каша	200	5,36	6,91	17,62	152,65	111
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
	Пшеничка	20	1	0,08	5,54	27,4	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150	4,23	3,75	7,1	78	
	Какао с молоком сладкий	180	4,38	3,86	12,26	99,23	397
	какао порошок	0,6	0,15	0,1	0,17	2,28	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150	4,23	3,75	7,1	78	
	Бутерброд с маслом с сыром	40	4,54	5,13	19,44	145,1	6
Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3		
Сыр	6	1,38	1,74	0	21,6		
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2		
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	100	1,5	0,1	21	89	
	фрукты свежие	100	1,5	0,1	21	89	
ОБЕД	Борщ на мясном бульоне со сметаной	200	6,55	8,35	24,88	204,07	66
	Картофель	70	1,4	0,28	11,41	56	
	Капуста	50	4,1	0,4	9,72	59,6	
	Масло сливочное	4	0,1	2,46	0	22,64	
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15	
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1	
	Томат	5	0,24	0	0,95	4,95	
	Масло растительное	3	0	3	0	26,97	
	Сметана	11	0,31	2,2	0,35	22,66	
	Костный бульон	200	1,2	0,4	0	8	
	Кисель	180	0,55	0	15,81	62,87	376
	Кисель фруктовый	9	0,55	0	5,83	24,97	
	Сахар	5	0	0	9,98	37,9	
	Гороховое пюре с подливой из мяса говядины	180	14,24	12,04	18,84	241,94	121-278
	Горох	25	0,9	0,05	2,35	13,5	
Масло сливочное	4	0,1	2,46	0	22,64		
Картофель	70	1,4	0,28	11,41	56		
Лук	15	0,21	0	1,36	6,15		
Масло растительное	3	0	3	0	44,95		
Мясо (говядины) отварное	80	11,44	4,24	2,64	93,6		
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119		
Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119		
Уплотненный полдник	Суп молочный с макаронами	180	5,55	5,73	25,44	173,32	93
	макаронны	12	1,25	0,13	8,36	40,44	
	Масло сливочное	3	0,07	1,84	0	16,98	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150	4,23	3,75	7,1	78	
	Сахар	10	0	0	9,98	37,9	
	Соль (на весь день) 2	5	0	0	0	0	
	Соль поваренная пищевая	5	0	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2	
	Чай сладкий	200	5,08	4,48	18,42	131,18	268
Сахар	10	0	0	9,98	37,9		
Чай сладкий	0,6	4,93	4,38	8,28	91		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1350,6	56,14	51,37	191,83	1452,64	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1350,6	56,14	51,37	191,83	1452,64	
Среднее значение за период							
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности			#ДЕЛ/0!	#ДЕЛ/0!	#ДЕЛ/0!		

День 9

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад (0-3)"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Какао-порошок	г		15
2	Горох	кг		0,042
3	Картофель	кг		0,08
4	Говядина	кг		0,111
5	Лимонная кислота	г		0,15
6	Лук	кг		0,016
7	Макаронные изделия	кг		0,051
8	Масло растительное	л		0,007
9	Масло сливочное	кг		0,023
10	Минтай	кг		0,071
11	Молоко	л		0,329
12	Морковь	кг		0,03
13	Печенье	кг		0,03
14	Рис	кг		0,039
15	Сахарный песок	кг		0,026
16	Соль поваренная пищевая	кг		0,005
17	Сыр брынза	кг		0,024
18	Томат-пюре	кг		0,002
19	Укроп	кг		0,001
20	Хлеб пшеничный	кг		0,08
21	Яблоки	кг		0,03
22	Яйцо	шт (яйца)		1,829

День
10

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецепту ры
			Б	Ж	У		
День 10 вода питьевая на весь день 300мл.							
ЗАВТРАК	Манная молочная сладкая каша	200	6,42	7,03	25,62	190,85	88
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
	Манная крупа	20	2,06	0,2	13,54	65,6	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150	4,23	3,75	7,1	78	
	Чай сладкий	200	4,35	3,78	12,11	97,83	262
	чай	0,6	0,12	0,03	0,02	0,88	
	Сахар	5	0	0	4,99	18,95	
	Бутерброд с маслом с сыром	40	4,54	5,13	19,44	145,1	6
	Масло сливочное	5	0,12	3,08	0	28,3	
	Сыр	6	1,38	1,74	0	21,6	
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,44	95,2	
ЗАВТРАК 2	Фрукты свежие	100	1,5	0,1	21	89	
	фрукты свежие	100	1,5	0,1	21	89	
ОБЕД	Салат из овощей свежих	60	0,56	3,06	2,32	39,17	10
	овощи свежие	55	0,56	0,06	2,32	12,2	
	Масло растительное	5	0	3	0	26,97	
	Суп с яйцом из мясо (говядины ,птицы) со сметаной	200	14,37	16,23	28,82	322,66	204
	Картофель	70	1,4	0,28	11,41	56	
	мука	10	0,7	0,1	7,14	33	
	Масло сливочное	4	0,1	2,46	0	22,64	
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15	
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1	
	Томат	5	0,24	0	0,95	4,95	
	Масло растительное	3	0	3	0	26,97	
	Сметана	11	0,33	1,1	0,32	12,65	
мясо говядины (птицы)	80	11,2	9,28	6,56	155,2		
	Компот из свежих фруктов	200	0,55	0	15,81	62,87	251
	Сухофрукты	11	0,55	0	5,83	24,97	
	Сахар	10	0	0	9,98	37,9	
	Гарнир гречневый	180	2,54	5,67	11,09	303	331
	Гуляш с мясом (говядины или курицы)	80	13,02	11,2	0,826	152,6	
	Масло сливочное	4	0,1	2,46	0	22,64	
	Картофель	30	0,6	0,12	4,89	24	
	Лук	15	0,21	0	1,36	6,15	
	Морковь	15	0,2	0,01	1,08	5,1	
	Масло растительное	3	0	3	0	26,97	
	томат	2	0,1	0	0,38	1,98	
		Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,3	119
Хлеб пшеничный		50	3,8	0,4	24,3	119	
Уплотненный полдник		100	6,5	5,81	45,01	264,25	
мука		40	4,12	0,44	27,56	133,6	
Масло сливочное		3	0,1	2,46	0	22,64	
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности		5	0,14	0,12	0,24	2,6	
лук		10	0,14	0	0,91	4,1	
масло растительное		3	0	3	0	26,97	
картофель		100	2	0,4	16,3	80	
яйцо 1/4		0	0	0	0	0	
дрожжи		0,05					
		Какао с молоком сладкий	200	4,38	3,85	17,24	118,18
	Сахар	10	0	0	9,98	37,9	
	како порошок	0,6	0,15	0,1	0,17	2,28	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	150	4,23	3,75	7,1	78	
	Соль поваренная пищевая	5	0	0	0	0	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:						
		1535	49,51	51,06	222,76	1751,91	
	ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:						
		1535	49,51	51,06	222,76	1751,91	
	Среднее значение за период						
	Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности						
			#ДЕЛ/0!	#ДЕЛ/0!	#ДЕЛ/0!		

День 10

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Детский сад (0-3)"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	Какао-порошок	г		15
2	Капуста белокочанная	кг		0,042
3	Картофель	кг		0,08
4	Курица, 1 категории	кг		0,111
5	Лимонная кислота	г		0,15
6	Лук	кг		0,016
7	Макаронные изделия	кг		0,051
8	Масло растительное	л		0,007
9	Масло сливочное	кг		0,023
10	Минтай	кг		0,071
11	Молоко	л		0,329
12	Морковь	кг		0,03
13	Печенье	кг		0,03
14	Рис	кг		0,039
15	Сахарный песок	кг		0,026
16	Соль поваренная пищевая	кг		0,005
17	Сыр брынза	кг		0,024
18	Томат-пюре	кг		0,002
19	Укроп	кг		0,001
20	Хлеб пшеничный	кг		0,08
21	Яблоки	кг		0,03
22	Яйцо	шт (яйца)		1,829