

ЦИКЛИЧНОЕ Цикличное МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	l, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	8.3	12.4	27.6	257.0	0.81	0.13	0.21	0.06	0.10	202.97	209.53	51.10	1.09	354.06	18.05	0.00	0.01	189	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.8	3.7	11.7	96.5	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	111.19	95.58	27.49	0.87	206.90	9.00	0.00	0.00	433	2008
БАТОН	50	3.8	1.5	25.7	131.0	0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	9.50	32.50	6.50	0.50	46.00	0.00	0.00	0.00		2008
Итого за прием пищи:	450	15.9	17.6	65.0	484.5	1.33	0.22	0.34	0.08	0.10	323.66	337.61	85.09	2.46	606.96	27.05	0.00	0.01		
II Завтрак																				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0.6	0.1	12.4	53.8	2.50	0.01	0.00	0.00	0.00	8.75	8.75	5.00	1.75	0.00	0.00	0.00	0.00	442	2008
Итого за прием пищи:	125	0.6	0.1	12.4	53.8	2.50	0.01	0.00	0.00	0.00	8.75	8.75	5.00	1.75	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ(ГОРОШЕК ЗЕЛ.КОНС.) НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250	3.6	6.6	10.8	116.8	5.45	0.07	0.06	0.25	0.00	45.30	67.15	24.14	1.15	378.04	4.10	0.00	0.03	81	2012
СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	20.0	21.2	4.4	288.9	0.87	0.06	0.22	0.06	0.39	91.62	215.21	26.69	2.38	437.75	16.22	0.00	0.05	298	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	140	3.4	4.1	21.6	137.0	0.00	0.04	0.01	0.02	0.07	8.07	25.44	5.04	0.58	39.72	0.47	0.01	0.01	205	2012
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	50	0.9	2.5	4.5	44.6	1.99	0.02	0.02	0.27	0.05	12.37	17.99	9.52	0.38	110.61	1.61	0.00	0.01	349	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	6.8	27.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.63	0.00	1.89	0.00	0.84	0.00	0.00	0.00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	55	3.6	0.5	23.3	112.2	0.00	0.10	0.04	0.00	0.00	9.90	47.85	10.45	2.20	74.80	3.08	0.00	0.00		2008
Итого за прием пищи:	775	31.5	34.9	71.4	726.6	8.31	0.29	0.35	0.60	0.51	175.89	373.64	77.73	6.69	1 041.76	25.48	0.01	0.10		
Полдник																				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	22.8	15.7	24.0	332.6	0.47	0.06	0.29	0.09	0.27	207.10	251.13	28.84	0.73	228.35	6.36	0.03	0.03	237	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1.9	4.0	9.6	82.5	0.26	0.02	0.06	0.02	0.05	53.20	40.33	6.55	0.09	79.75	4.58	0.00	0.00	351	2012
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	200	0.4	0.0	4.0	17.6	0.08	0.00	0.02	0.00	0.00	17.72	14.83	9.86	1.48	50.35	0.00	0.00	0.00	391	2012
ПЕЧЕНЬЕ	30	2.3	2.9	22.3	125.1	0.00	0.02	0.02	0.00	0.00	8.70	27.00	6.00	0.63	33.00	0.00	0.00	0.00		2008
Итого за прием пищи:	430	27.4	22.6	59.9	557.8	0.81	0.10	0.39	0.11	0.32	286.72	333.29	51.25	2.93	391.45	10.94	0.03	0.03		
Всего за день:		75.4	75.2	208.7	1 822.7	12.95	0.62	1.08	0.79	0.93	795.02	1 053.29	219.07	13.83	2 040.17	63.47	0.04	0.14		



2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			Ф, мг	
Завтрак																					
КАША МАННАЯ ПОЛУЖИДКАЯ	200	6.1	8.6	25.9	205.6	0.69	0.06	0.15	0.04	0.08	140.75	114.53	18.69	0.32	225.69	12.00	0.00	0.00	416	2012	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.1	3.1	14.9	100.8	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	109.78	82.48	16.74	0.29	161.58	9.00	0.00	0.00	395	2012	
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60/10	3.2	11.6	21.7	204.3	0.00	0.05	0.03	0.09	0.19	9.49	29.69	5.46	0.45	40.53	0.00	0.00	0.00		2012	
Итого за прием пищи:	470	12.4	23.3	62.5	510.7	1.21	0.14	0.29	0.15	0.27	260.02	226.70	40.89	1.06	427.80	21.00	0.00	0.00			
II Завтрак																					
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	200	9.1	6.7	14.7	162.7	1.87	0.64	0.53	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	251	2012	
Итого за прием пищи:	200	9.1	6.7	14.7	162.7	1.87	0.64	0.53	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00			
Обед																					
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ	250/10/10	4.3	8.7	13.9	152.3	9.08	0.05	0.08	0.29	0.00	74.64	74.90	30.53	1.63	428.68	8.28	0.00	0.04	57	2012	
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	100/50	14.4	8.4	11.0	177.3	0.39	0.09	0.14	0.04	0.17	79.65	207.15	43.04	0.82	391.44	111.87	0.01	0.45	264	2012	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	4.2	6.4	24.1	171.4	11.20	0.14	0.14	0.04	0.08	67.19	110.43	34.23	1.28	853.93	11.62	0.00	0.04	335	2008	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	7.7	31.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.65	0.00	1.89	0.00	0.87	0.00	0.00	0.00	402	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4.0	0.5	25.4	122.4	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	840	26.9	24.0	82.1	654.4	20.67	0.39	0.41	0.37	0.25	240.93	444.68	121.09	6.13	1756.52	135.13	0.01	0.53			
Полдник																					
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	100	21.9	10.2	7.2	230.9	14.60	0.24	1.72	6.67	0.25	69.37	328.58	23.98	6.31	406.00	13.71	0.04	0.20	к/к	к/к	
РИС ОТВАРНОЙ	120	2.9	4.7	30.8	177.6	0.00	0.03	0.02	0.02	0.08	3.64	58.65	19.28	0.39	43.65	0.60	0.01	0.02	315	2012	
СОУС СМЕТАННЫЙ №354	60	0.8	2.2	3.6	37.9	0.02	0.01	0.01	0.02	0.00	13.52	10.68	2.01	0.05	21.98	1.42	0.00	0.00	354	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0.1	0.0	7.8	31.6	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.12	4.45	3.56	0.44	15.51	0.00	0.00	0.00	430	2008	
БАТОН	60	4.5	1.7	30.8	157.2	0.00	0.07	0.02	0.00	0.00	11.40	39.00	7.80	0.60	55.20	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	528	30.2	18.8	80.2	635.2	14.64	0.35	1.78	6.71	0.33	106.05	441.36	56.63	7.80	542.34	15.73	0.05	0.22			
Всего за день:		78.6	72.8	239.5	1963.0	38.39	1.52	3.01	7.23	0.85	607.00	1112.74	218.61	14.99	2726.66	171.86	0.06	0.75			



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5.5	7.3	24.2	184.6	0.51	0.08	0.13	0.04	0.07	111.82	127.92	24.57	1.04	199.56	8.82	0.02	0.00	189	2008	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5.9	6.5	9.6	122.2	1.09	0.05	0.22	0.03	0.00	214.20	151.20	23.52	0.17	306.60	18.90	0.00	0.00	434	2008	
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	50/20	9.1	8.7	21.6	202.9	0.18	0.06	0.09	0.08	0.00	232.38	154.80	14.39	0.68	61.08	0.00	0.01	0.01		2012	
Итого за прием пищи:	470	20.5	22.5	55.4	509.7	1.78	0.19	0.44	0.15	0.07	558.40	433.92	62.48	1.89	567.24	27.72	0.03	0.01			
II Завтрак																					
НАПИТОК ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0.0	0.0	8.0	32.3	0.29	0.00	0.00	0.00	0.00	8.24	0.00	1.80	0.00	0.78	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	200	0.0	0.0	8.0	32.3	0.29	0.00	0.00	0.00	0.00	8.24	0.00	1.80	0.00	0.78	0.00	0.00	0.00			
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250	5.9	7.0	19.5	164.7	9.69	0.12	0.12	0.24	0.22	56.34	106.78	33.80	1.71	720.72	9.70	0.00	0.06	77	2012	
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ПАРОВЫЕ	80	12.5	18.1	7.2	241.3	0.43	0.04	0.09	0.05	0.18	14.25	98.97	10.98	1.05	139.30	5.15	0.01	0.07	315	2008	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8.4	4.6	38.2	227.9	0.00	0.22	0.12	0.01	0.05	17.38	185.51	125.24	4.35	263.00	2.28	0.00	0.01	323	2008	
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0.9	1.9	5.1	41.4	1.03	0.02	0.01	0.17	0.03	9.39	14.15	5.14	0.25	62.54	0.97	0.00	0.01	348	2012	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	8.7	34.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.67	0.00	1.89	0.00	0.90	0.00	0.00	0.00	402	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4.0	0.5	25.4	122.4	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	790	31.7	32.1	104.1	832.5	11.15	0.51	0.39	0.47	0.48	116.83	457.61	189.45	9.76	1 268.06	21.46	0.01	0.15			
Полдник																					
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ С МЯСОМ	180	12.2	16.0	20.8	277.2	19.88	0.12	0.13	0.20	0.03	52.83	144.13	39.77	2.53	686.39	9.34	0.00	0.05	406	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/9	0.1	0.0	9.0	36.3	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.30	4.45	3.59	0.44	15.56	0.00	0.00	0.00	430	2008	
БАТОН	52	3.9	1.5	26.7	136.2	0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	9.88	33.80	6.76	0.52	47.84	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	426	16.2	17.5	56.5	449.7	19.90	0.18	0.16	0.20	0.03	71.01	182.38	50.12	3.49	749.79	9.34	0.00	0.05			
Всего за день:		68.4	72.1	224.0	1 824.2	33.12	0.88	0.99	0.82	0.58	754.48	1 073.91	303.85	15.14	2 585.87	58.52	0.04	0.21			



4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	6.4	7.8	26.8	203.8	0.67	0.11	0.15	0.04	0.06	140.55	145.90	33.66	0.78	241.97	12.74	0.00	0.01	262	1994	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.1	3.1	14.9	100.8	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	109.78	82.48	16.74	0.29	161.58	9.00	0.00	0.00	395	2012	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60/10	4.2	9.3	28.6	214.7	0.00	0.06	0.03	0.07	0.14	11.64	37.78	7.20	0.57	52.36	0.00	0.00	0.00		2012	
Итого за прием пищи:	470	13.7	20.2	70.3	519.3	1.19	0.20	0.29	0.13	0.20	261.97	266.16	57.60	1.64	455.91	21.74	0.00	0.01			
II Завтрак																					
КЕФИР	200	5.6	4.9	7.8	102.8	0.56	0.05	0.24	0.03	0.00	204.00	152.00	22.40	0.16	292.00	18.00	0.00	0.03	401	2012	
Итого за прием пищи:	200	5.6	4.9	7.8	102.8	0.56	0.05	0.24	0.03	0.00	204.00	152.00	22.40	0.16	292.00	18.00	0.00	0.03			
Обед																					
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	9.1	6.5	16.2	159.7	7.32	0.08	0.09	0.34	0.00	50.52	69.08	27.19	1.13	467.77	4.54	0.00	0.04	87	2012	
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	80	11.3	11.8	9.5	188.9	0.64	0.04	0.08	0.01	0.11	13.89	102.37	13.48	1.48	216.35	5.22	0.00	0.03	286	2012	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.2	6.8	21.4	159.7	10.38	0.12	0.10	0.04	0.11	35.21	84.21	29.07	1.18	762.36	8.44	0.00	0.03	321	2012	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	7.7	31.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.37	0.00	1.83	0.00	0.85	0.00	0.00	0.00	376	2012	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4.0	0.5	25.4	122.4	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	740	27.6	25.6	80.2	661.7	18.34	0.35	0.32	0.39	0.22	118.79	307.86	82.97	6.19	1528.93	21.56	0.00	0.10			
Полдник																					
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	180	17.0	12.4	39.6	341.1	0.38	0.09	0.20	0.07	0.21	143.45	187.82	24.96	1.27	205.96	6.25	0.03	0.03	212	2012	
ДЖЕМ ФРУКТОВЫЙ	35	0.2	0.0	24.7	96.4	5.60	0.00	0.00	0.00	0.00	6.93	5.04	4.41	0.16	49.00	0.00	0.00	0.00	15	2012	
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	185/3	0.1	0.0	3.1	13.1	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.19	4.45	3.59	0.44	15.38	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ПЕЧЕНЬЕ	35	2.6	3.4	26.0	146.0	0.00	0.03	0.02	0.00	0.00	10.15	31.50	7.00	0.74	38.50	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	438	19.9	15.8	93.4	596.6	6.00	0.12	0.23	0.07	0.21	168.72	228.81	39.96	2.61	308.84	6.25	0.03	0.03			
Всего за день:		66.8	66.5	251.7	1 880.4	26.09	0.72	1.08	0.62	0.63	753.48	954.83	202.93	10.60	2595.68	67.55	0.03	0.17			



5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
КАША РИСОВАЯ ПОЛУЖИДКАЯ	200	5.7	6.8	30.0	205.2	0.69	0.05	0.15	0.03	0.05	142.02	134.37	28.39	0.36	223.56	12.39	0.00	0.01	415	2012	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1.5	1.6	10.3	61.5	0.28	0.01	0.06	0.01	0.00	56.25	40.45	8.52	0.48	88.30	4.50	0.00	0.00	394	2012	
БАТОН	50	3.8	1.5	25.7	131.0	0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	9.50	32.50	6.50	0.50	46.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	430	11.0	9.9	66.0	397.7	0.97	0.12	0.23	0.04	0.05	207.77	207.32	43.41	1.34	357.86	16.89	0.00	0.01			
II Завтрак																					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	200	0.1	0.0	28.4	114.0	0.05	0.00	0.00	0.00	0.00	13.42	6.80	3.29	0.22	32.82	0.00	0.00	0.00	383	2012	
Итого за прием пищи:	200	0.1	0.0	28.4	114.0	0.05	0.00	0.00	0.00	0.00	13.42	6.80	3.29	0.22	32.82	0.00	0.00	0.00			
Обед																					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	250	4.9	7.2	18.6	159.3	0.68	0.05	0.03	0.21	0.00	39.49	48.26	13.07	0.91	91.54	1.86	0.01	0.02	105	2008	
КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	80	20.9	26.3	5.3	340.8	1.13	0.07	0.14	0.07	0.11	21.37	164.79	18.88	1.81	247.32	8.16	0.02	0.12	313	2008	
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	4.0	7.0	15.6	143.9	33.37	0.06	0.08	0.34	0.03	86.83	69.26	35.78	2.00	451.40	7.12	0.00	0.03	336	2012	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131.0	0.00	0.02	0.00	0.01	0.00	21.00	23.00	16.00	0.70	0.00	0.00	0.00	0.00	402	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4.0	0.5	25.4	122.4	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	740	34.4	41.1	96.6	897.4	35.18	0.31	0.30	0.63	0.14	179.49	357.51	95.13	7.82	871.86	20.50	0.03	0.17			
Полдник																					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15.0	18.9	3.1	242.8	0.26	0.06	0.39	0.24	2.48	102.74	205.30	16.14	2.24	227.32	26.46	0.03	0.05	214	2008	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/20	4.8	4.3	13.7	114.0	0.08	0.03	0.04	0.04	0.00	111.55	77.86	7.71	0.39	35.21	0.00	0.00	0.00	3	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.1	0.0	8.6	34.7	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.74	4.45	3.69	0.44	15.58	0.00	0.00	0.00	430	2008	
Итого за прием пищи:	410	19.9	23.2	25.4	391.5	0.36	0.09	0.44	0.28	2.48	223.03	287.61	27.54	3.07	278.11	26.46	0.03	0.05			
Всего за день:		65.4	74.2	216.4	1 800.6	36.56	0.52	0.97	0.95	2.67	623.71	859.24	169.37	12.45	1 540.65	63.85	0.06	0.23			



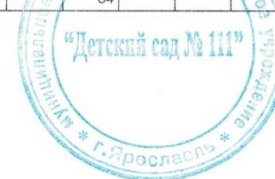
6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
КАША "ГЕРКУЛЕСОВАЯ"	205	4.3	6.9	20.0	160.0	0.24	0.10	0.07	0.03	0.08	64.04	107.68	35.26	0.94	150.86	5.64	0.00	0.01	413	2012	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.8	3.7	12.7	100.4	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	111.21	95.58	27.49	0.87	206.93	9.00	0.00	0.00	433	2008	
БАТОН	60	4.5	1.7	30.8	157.2	0.00	0.07	0.02	0.00	0.00	11.40	39.00	7.80	0.60	55.20	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	465	12.6	12.3	63.5	417.6	0.76	0.20	0.20	0.05	0.08	186.65	242.26	70.55	2.41	412.99	14.64	0.00	0.01			
II Завтрак																					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0.6	0.1	12.4	53.8	2.50	0.01	0.00	0.00	0.00	8.75	8.75	5.00	1.75	0.00	0.00	0.00	0.00	442	2008	
Итого за прием пищи:	125	0.6	0.1	12.4	53.8	2.50	0.01	0.00	0.00	0.00	8.75	8.75	5.00	1.75	0.00	0.00	0.00	0.00			
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХОВЫЙ) С ГОВЯДИНОЙ	250/10	7.3	5.9	18.7	158.0	4.60	0.18	0.08	0.22	0.08	52.95	94.62	35.06	2.22	498.78	4.97	0.00	0.03	99	2008	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ЕЖИКИ)	120	17.2	16.4	32.4	345.6	0.39	0.06	0.11	0.01	0.15	15.19	185.40	34.72	2.21	310.03	7.54	0.01	0.06	285	2008	
СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	80	3.1	7.7	12.2	131.3	0.42	0.03	0.09	0.04	0.10	85.23	64.76	10.47	0.15	127.74	7.32	0.00	0.00	350	2012	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	7.7	31.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.65	0.00	1.89	0.00	0.87	0.00	0.00	0.00	402	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4.0	0.5	25.4	122.4	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	720	31.6	30.5	96.4	788.3	5.41	0.38	0.33	0.27	0.33	172.82	396.98	93.54	6.98	1 019.02	23.19	0.01	0.09			
Полдник																					
ПОДЛИВА ИЗ ВАРЕННОЙ КУРЫ	50/50	12.1	17.8	5.5	231.3	1.84	0.05	0.08	0.21	0.03	16.31	98.98	15.71	1.11	202.65	4.95	0.01	0.07	179	204	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5.6	4.8	31.9	194.0	0.00	0.06	0.00	0.00	0.00	4.00	36.00	7.00	0.80	0.00	0.00	0.00	0.00	209	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185	0.1	0.0	8.0	32.4	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.28	4.45	3.59	0.44	15.53	0.00	0.00	0.00	430	2008	
БАТОН	57	4.3	1.7	29.3	149.3	0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	10.83	37.05	7.41	0.57	52.44	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	497	22.1	24.3	74.7	607.0	1.86	0.17	0.11	0.21	0.03	39.42	176.48	33.71	2.92	270.62	4.95	0.01	0.07			
Всего за день:		66.9	67.2	247.0	1 866.7	10.53	0.76	0.64	0.53	0.44	407.64	824.47	202.80	14.06	1 702.63	42.78	0.02	0.17			



7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5.7	7.6	21.8	178.7	0.48	0.10	0.14	0.04	0.07	102.29	134.01	55.51	1.64	230.72	9.18	0.00	0.01	184	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2.8	2.8	13.4	90.8	0.47	0.03	0.10	0.01	0.00	98.83	74.33	15.10	0.26	145.55	8.10	0.00	0.00	395	2012
БАТОН	40	3.0	1.2	20.6	104.8	0.00	0.04	0.01	0.00	0.00	7.60	26.00	5.20	0.40	36.80	0.00	0.00	0.00		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0.1	5.8	0.1	52.5	0.00	0.00	0.00	0.05	0.00	0.70	1.40	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	13	2008
Итого за прием пищи:	427	11.6	17.4	55.9	426.8	0.95	0.17	0.25	0.10	0.07	209.42	235.74	75.81	2.30	413.07	17.28	0.00	0.01		
II Завтрак																				
СНЕЖОК 2,5% ЖИРНОСТИ	200	9.1	6.7	14.7	162.7	1.87	0.64	0.53	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	251	2012
Итого за прием пищи:	200	9.1	6.7	14.7	162.7	1.87	0.64	0.53	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																				
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ (СВЕКОЛЬНИК) СО СМЕТАНОЙ	250	4.5	9.0	17.3	168.8	8.18	0.08	0.09	0.30	0.00	64.33	83.30	32.92	1.63	550.02	8.70	0.00	0.04	58	2012
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	13.1	14.0	10.3	219.8	0.07	0.05	0.09	0.03	0.19	16.06	130.16	20.01	2.07	240.21	5.25	0.00	0.03	282	2012
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ)	150	2.2	8.1	12.5	133.0	11.10	0.07	0.07	0.52	0.08	33.05	55.46	26.23	1.14	441.64	5.31	0.00	0.03	351	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	7.7	31.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.65	0.00	1.89	0.00	0.87	0.00	0.00	0.00	402	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	80	4.0	0.5	25.4	122.4	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008
Итого за прием пищи:	740	23.8	31.6	73.2	675.0	19.35	0.31	0.30	0.85	0.27	132.89	321.12	92.45	7.24	1314.34	22.62	0.00	0.10		
Полдник																				
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	22.7	15.6	26.2	339.6	0.47	0.06	0.29	0.09	0.25	206.55	249.21	28.72	0.70	226.67	6.11	0.03	0.03	237	2012
ДЖЕМ ФРУКТОВЫЙ	35	0.2	0.0	24.7	96.4	5.60	0.00	0.00	0.00	0.00	6.93	5.04	4.41	0.16	49.00	0.00	0.00	0.00	15	2012
ЧАЙ НЕ СЛАДКИЙ	180	0.1	0.0	0.2	1.4	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	10.55	4.45	4.13	0.44	15.46	0.00	0.00	0.00	391	2012
ПЕЧЕНЬЕ	23	1.7	2.3	17.1	95.9	0.00	0.02	0.01	0.00	0.00	6.67	20.70	4.60	0.48	25.30	0.00	0.00	0.00		2008
Итого за прием пищи:	388	24.7	17.9	68.2	533.3	6.09	0.08	0.31	0.09	0.25	230.70	279.40	41.86	1.78	316.43	6.11	0.03	0.03		
Всего за день:		69.2	73.6	212.0	1797.8	28.26	1.20	1.39	1.04	0.59	573.01	836.26	210.12	11.32	2043.84	46.01	0.03	0.14		



8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ПШЕННАЯ	205	5.6	7.8	24.4	190.6	0.52	0.10	0.12	0.04	0.08	114.49	124.66	31.00	0.76	199.50	10.11	0.00	0.01	417	2012	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5.9	6.5	9.6	122.2	1.09	0.05	0.22	0.03	0.00	214.20	151.20	23.52	0.17	306.60	18.90	0.00	0.00	434	2008	
БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	55/20	9.7	9.4	23.1	217.3	0.19	0.06	0.10	0.09	0.00	248.79	165.75	15.41	0.72	65.42	0.00	0.01	0.01		2012	
Итого за прием пищи:	480	21.2	23.7	57.1	530.1	1.80	0.21	0.44	0.16	0.08	577.48	441.61	69.93	1.65	571.52	29.01	0.01	0.02			
II Завтрак																					
НАПИТОК ИЗ СВЕЖЕЗАМОРОЖЕННЫХ ЯГОД	200	0.0	0.0	9.0	36.1	0.12	0.00	0.00	0.00	0.00	8.38	0.00	1.83	0.00	0.88	0.00	0.00	0.00	437	2008	
Итого за прием пищи:	200	0.0	0.0	9.0	36.1	0.12	0.00	0.00	0.00	0.00	8.38	0.00	1.83	0.00	0.88	0.00	0.00	0.00			
Обед																					
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	250/10/10	3.8	8.6	16.3	158.3	6.64	0.08	0.07	0.21	0.00	49.72	81.49	27.27	1.24	499.00	5.30	0.00	0.04	76	2012	
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	10.8	7.6	12.0	160.1	0.11	0.08	0.08	0.01	0.11	28.12	155.87	35.83	1.18	268.51	80.21	0.01	0.34	239	2008	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.2	6.8	21.3	159.8	10.36	0.12	0.11	0.04	0.11	35.69	84.44	29.07	1.18	761.67	8.47	0.00	0.03	335	2008	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	8.7	34.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.67	0.00	1.89	0.00	0.90	0.00	0.00	0.00	402	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4.0	0.5	25.4	122.4	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	760	21.8	23.5	83.7	635.4	17.11	0.39	0.31	0.26	0.22	133.00	374.00	105.46	6.01	1611.68	97.34	0.01	0.41			
Полдник																					
ПОДЛИВА ИЗ ВАРЕНОГО МЯСА	50/50	7.5	12.1	5.5	161.3	1.39	0.03	0.05	0.17	0.03	10.45	69.57	12.93	1.07	197.21	3.74	0.00	0.02	179	204	
РИС ОТВАРНОЙ	150	3.7	5.3	38.5	216.7	0.00	0.03	0.02	0.03	0.09	4.47	73.27	24.12	0.49	54.50	0.75	0.01	0.02	315	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0.1	0.0	9.0	36.3	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.30	4.45	3.59	0.44	15.56	0.00	0.00	0.00	430	2008	
БАТОН	50	3.8	1.5	25.7	131.0	0.00	0.06	0.02	0.00	0.00	9.50	32.50	6.50	0.50	46.00	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	500	15.1	18.9	78.7	545.3	1.41	0.12	0.10	0.20	0.12	32.72	179.79	47.14	2.50	313.27	4.49	0.01	0.04			
Всего за день:		58.1	66.1	228.5	1746.9	20.44	0.72	0.85	0.62	0.42	751.58	995.40	224.36	10.16	2497.35	130.84	0.03	0.47			



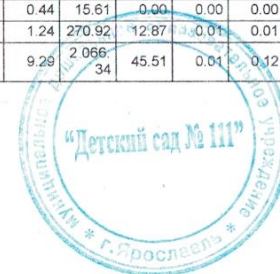
9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
КАША ЯЧНЕВАЯ	200	5.2	8.2	23.1	188.1	0.52	0.08	0.13	0.04	0.09	124.95	149.32	23.33	0.54	198.06	9.00	0.01	0.02	418	2012	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3.1	3.1	12.9	92.7	0.52	0.03	0.11	0.02	0.00	109.01	81.53	16.22	0.27	160.12	9.00	0.00	0.00	395	2012	
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	60/10	3.4	9.4	23.1	190.7	0.00	0.05	0.02	0.07	0.15	9.69	30.98	5.82	0.47	42.69	0.00	0.00	0.00		2012	
Итого за прием пищи:	450	11.7	20.7	59.1	471.5	1.04	0.16	0.26	0.13	0.24	243.65	261.83	45.37	1.28	400.87	18.00	0.01	0.02			
II Завтрак																					
КЕФИР	200	5.6	4.9	7.8	102.8	0.56	0.05	0.24	0.03	0.00	204.00	152.00	22.40	0.16	292.00	18.00	0.00	0.03	401	2012	
Итого за прием пищи:	200	5.6	4.9	7.8	102.8	0.56	0.05	0.24	0.03	0.00	204.00	152.00	22.40	0.16	292.00	18.00	0.00	0.03			
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИННОМ БУЛЬОНЕ	250	4.9	5.1	18.9	141.2	6.68	0.11	0.08	0.21	0.00	41.11	94.48	42.40	1.76	524.40	5.56	0.00	0.04	80	2012	
СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	12.2	15.5	2.6	199.6	1.00	0.05	0.13	0.07	0.28	54.74	117.25	14.78	0.86	215.50	7.77	0.00	0.06	310	2012	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4.5	3.4	28.7	163.8	0.00	0.05	0.02	0.02	0.05	10.47	33.43	6.70	0.76	52.42	0.63	0.01	0.01	204	2012	
СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ	60	1.0	2.2	6.6	50.0	2.30	0.01	0.02	0.00	0.00	19.33	23.29	11.52	0.73	166.53	4.02	0.00	0.01	339	2012	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	6.8	27.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.63	0.00	1.89	0.00	0.84	0.00	0.00	0.00	402	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4.0	0.5	25.4	122.4	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	770	26.6	26.7	89.0	704.1	9.98	0.33	0.30	0.30	0.33	145.08	320.65	88.69	6.51	1 041.29	21.34	0.01	0.12			
Полдник																					
МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/35	17.3	16.8	41.7	391.1	2.60	0.10	0.36	2.32	0.40	262.07	271.63	64.61	1.59	476.58	12.32	0.02	0.09	258	2008	
ЧАЙ С НИЗКИМ СОДЕРЖАНИЕМ САХАРА	185	0.1	0.0	4.1	16.9	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.21	4.45	3.59	0.44	15.41	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ПЕЧЕНЬЕ	25	1.9	2.5	18.6	104.3	0.00	0.02	0.01	0.00	0.00	7.25	22.50	5.00	0.53	27.50	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	405	19.3	19.3	64.4	512.3	2.62	0.12	0.38	2.32	0.40	277.53	298.58	73.20	2.56	519.49	12.32	0.02	0.09			
Всего за день:		63.2	71.6	220.3	1 790.7	14.20	0.66	1.18	2.78	0.97	870.26	1 033.06	229.66	10.51	2 253.65	69.66	0.04	0.26			



10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША "ДРУЖБА"	200	6.1	10.2	33.4	250.5	0.52	0.10	0.12	0.05	0.12	109.81	136.12	33.33	0.77	205.01	10.11	0.00	0.01	190	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.0	0.0	9.0	36.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	2.33	0.00	0.48	0.00	0.44	0.00	0.00	0.00	394	2012	
БАТОН	60	4.5	1.7	30.8	157.2	0.00	0.07	0.02	0.00	0.00	11.40	39.00	7.80	0.60	55.20	0.00	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	460	10.6	11.9	73.2	443.7	0.52	0.17	0.14	0.05	0.12	123.54	175.12	41.61	1.37	260.65	10.11	0.00	0.01			
II Завтрак																					
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	150	0.1	0.0	21.3	85.5	0.04	0.00	0.00	0.00	0.00	10.07	5.10	2.47	0.16	24.62	0.00	0.00	0.00	383	2012	
Итого за прием пищи:	150	0.1	0.0	21.3	85.5	0.04	0.00	0.00	0.00	0.00	10.07	5.10	2.47	0.16	24.62	0.00	0.00	0.00			
Обед																					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	250	3.8	8.3	9.5	128.7	12.52	0.06	0.07	0.27	0.00	72.07	66.43	25.50	1.35	371.41	5.92	0.00	0.03	67	2012	
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12.5	16.4	23.0	290.1	11.57	0.15	0.16	0.04	0.23	23.37	163.57	39.40	2.55	977.92	12.36	0.00	0.07	299	2008	
СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ	60	0.7	1.8	3.3	32.7	1.52	0.01	0.02	0.09	0.03	5.88	9.01	5.40	0.22	78.32	0.89	0.00	0.00	349	2012	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	8.7	34.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.67	0.00	1.89	0.00	0.90	0.00	0.00	0.00	402	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	4.0	0.5	25.4	122.4	0.00	0.11	0.05	0.00	0.00	10.80	52.20	11.40	2.40	81.60	3.36	0.00	0.00		2008	
Итого за прием пищи:	710	21.0	27.0	69.9	608.7	25.61	0.33	0.30	0.40	0.26	120.79	291.21	83.59	6.52	1510.15	22.53	0.00	0.10			
Полдник																					
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	3.4	3.4	12.8	96.3	0.39	0.03	0.08	0.02	0.02	81.25	63.58	10.70	0.28	124.67	6.93	0.00	0.00	112	2008	
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	6.1	13.6	34.8	286.0	0.25	0.07	0.09	0.03	0.16	58.22	76.30	11.86	0.52	130.64	5.94	0.01	0.01	469	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/9	0.1	0.0	9.6	39.0	0.02	0.00	0.01	0.00	0.00	8.74	4.45	3.68	0.44	15.61	0.00	0.00	0.00	430	2008	
Итого за прием пищи:	419	9.6	17.0	57.2	421.3	0.66	0.10	0.18	0.05	0.18	148.21	144.33	26.24	1.24	270.92	12.87	0.01	0.01			
Всего за день:		41.3	55.9	221.6	1559.2	26.83	0.60	0.62	0.50	0.56	402.61	615.76	153.91	9.29	2066.34	45.51	0.01	0.12			



ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	653,3	695,2	2269,7	18052,2	247,37	8,20	11,81	15,88	8,64	6 538,79	9 358,96	2 134,68	122,35	22 042,84	760,05	0,36	2,66
Среднее значение за период	65,3	69,5	227,0	1 805,2	24,74	0,82	1,18	1,59	0,86	653,88	935,90	213,47	12,24	2 204,28	76,01	0,04	0,27
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	14,5	34,7	50,8														

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Сад 12 часов	457	180	759	444



