

Утверждено
Заведующий МДОУ
«Детский сад № 34 «Ягодка»
О.В. Крючкова



Приказ № _____ от _____ 2022 г.

**ПРИМЕРНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ЛЕТНЕ - ОСЕННЕЕ НА ПЕРИОД 2022г.
В МДОУ С 8-10,5 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТОМ
от 3-х до 7-ми лет.**

Составлено в соответствии со «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях»

Под редакцией М.П. Могильного и В.А.Тутельяна, 2012 год.

«Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных организациях»

Под редакцией Д.В.Гращенко 2011

МЕНЮ

Неделя: Первая День понедельник

Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ возрастная категория 3-7 лет

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	Витамин С	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
165	Каша кукурузная с маслом, сахаром	150	0,362	1,881	2,37	40,04	1,55	1,24	78,91
213	Яйцо отварное	40	2,4	8,72	10,51	130	5,56	5,67	74,32
-	Хлеб пшеничный	30	1,32	9,34	0,13	0,13	9,34	10,40	44,88
392	Чай с сахаром	180	0,04	0,01	0,362	28	8	0,19	13,25
	Итого за прием	400	4,12	19,95	13,37	198,17	24,45	17,50	211,36
	2-й завтрак:								
399	Сок фруктовый	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Итого за прием	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Обед								
81(17/2)	Суп картофельный с бобовыми	200	3,43	0,00	3,86	4,38	9,88	2,88	88,83
255 9/7	Биточки рыбные запечёные	70	10,694	3,76	7,986	108	42,13	1,5	54,23
347	Соус белый	30	3,43	0,13	3,86	4,38	9,88	2,88	88,83
336	Капуста тушёная	50	2,4	8,72	10,51	130	2,66	1,42	45,66
125	Картофель отварной	150	3,065	4,802	18,46	915	3,66	1,01	67,96
376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,018	0,612	101,7	28,63	1,123	22,89
-	Хлеб пшеничный	30	1,32	0,13	0,13	0,13	9,34	7,986	44,88
-	Хлеб ржаной	30	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	7,986	51,57
	Итого за прием	740	26,05	0,78	14,95	5,63	91,31	3,10	561,96
	Полдник								
235	Пудинг из творога запечённый со сметаной	115	8,4	6,72	5,18	9,42	4,30	23,60	90,34
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,67	7,986	1,42	89	11,23	0,37	40,04
	Итого за прием	295	8,98	6,39	8,10	5,35	42,63	23,97	130,38
	Итого за день	1 635	117,31	408,58	143,78	209,15	256,38	73,52	1602,16

М Е Н Ю

Неделя: Первая День вторник

Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ возрастная категория 3-7 лет

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	Витамин С	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
185	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	1,86	2,35	5,09	0,32	27,51	0,23	150,00
3/13	Хлеб пшеничный	30	2,59	0,05	5,13	0,30	15,65	1,33	120,89
3/13	Масло сливочное "Крестьянское" МЖД 72,5% порционно	7	14,86	14,458	34,65	32,33	23	1,123	54,9
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	5,55	22,11
	Итого за прием	367	22,02	19,47	47,46	33,01	78,18	8,23	347,90
	2-й завтрак:								
368	Фрукты свежие	100	0,27	30,70	34,79	125,00	11,73	11,09	145,98
	Итого за прием	100	0,27	30,70	34,79	125,00	11,73	11,09	145,98
	Обед								
86	Суп-лапша домашняя	200	1,86	1,86	0,03	2,75	13,45	2,19	14,67
304	Плов из птицы	210	14,86	14,458	34,65	22,67	1,3	1,123	22,34
134	Свекла тушеная в томатном соусе	50	14,86	14,458	34,65	9,88	2,3	1,123	54,9
348	Соус томатный	30	2,4	8,72	10,51	1,44	6,55	1,42	86,78
376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,018	0,612	10,1	0,88	9,34	34,67
-	Хлеб пшеничный	30	1,32	0,00	0,13	0,13	9,34	6,68	44,88
-	Хлеб ржаной	30	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	7,79	35,36
	Итого за прием	700	37,01	39,51	80,82	47,21	40,50	29,67	293,60
	Полдник								
458	Ватрушка с творогом	70	0,19	0,118	1,308	6,78	15,44	2,52	145,67
382	Кисель из сока	180	0,04	0,01	0,612	1,89	8,0	0,19	87,68
	Итого за прием	250	0,23	0,13	1,92	8,67	23,44	2,71	233,35
	Итого за день	1417	97,04	160,15	282,52	384,67	229,52	95,17	1693,76

М Е Н Ю

Неделя: Первая День среда

Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ возрастная категория 3-7 лет

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	Витамин С	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
7/4	Каша пшёная молочная с маслом сливочным	150	6,05	2,93	5,81	0,50	42,35	0,52	247,65
3/13	Хлеб пшеничный	30	2,59	0,05	5,13	0,30	15,65	0,00	120,89
3/13	Масло сливочное "Крестьянское" МЖД 72,5% порционно	7	14,86	14,458	34,65	32,33	23	1,123	54,9
397	Какао с молоком	180	3,48	2,61	3,13	0,68	20,61	1,43	188,78
	Итого за прием	367	26,98	20,05	48,72	33,81	101,61	3,07	612,22
	2-й завтрак:								
399	Сок фруктовый	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Итого за прием	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Обед								
80	Суп картофельный с перловой крупой	200	1,36	0,00	3,33	3,22	8,27	5,40	69,41
439/438	Пельмени	210	6,87	1,34	1,34	40,31	201	22,5	35,45
376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,018	6,78	101,7	28,63	1,123	67,89
-	Хлеб пшеничный	30	1,32	0,00	1,66	0,13	9,34	1,34	44,88
-	Хлеб ржаной	30	1,32	0,00	0,24	0,24	68,79	1,34	35,36
	Итого за прием	650	14,13	0,78	14,95	5,63	91,31	3,10	252,99
	Полдник								
21/2	Суп молочный с вермишелью	150	5,08	4,6	0,28	63	23	12,34	66,78
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,00	1,23	0,13	8,99	34,56	160,27
392	Чай с сахаром	180	0,04	0,01	6,77	28	67,89	2,5	189,56
	Итого за прием	350	6,44	4,61	8,28	91,13	99,88	49,40	416,61
	Итого за день	1567	72,56	203,23	103,55	141,56	304,53	56,65	1326,81

М Е Н Ю

Неделя: Первая День четверг

Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ возрастная категория 3-7 лет

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	Витамин С	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
168	Каша гречневая молочная	150	5,75	5,212	18,838	10,99	16,98	0,508	55,87
394	Чай с молоком	180	2,67	2,34	10,51	0,89	13,89	0,37	102,22
3/13	Хлеб пшеничный	30	2,59	0,05	5,13	0,30	15,65	0,00	120,89
3/13	Масло сливочное "Крестьянское" МЖД 72,5% порционно	7	14,86	14,458	34,65	32,33	23	1,123	54,9
	Итого за прием	367	42,05	59,02	103,91	76,97	101,86	4,46	433,66
	2-й завтрак:								
368	Фрукты свежие	100	0,27	30,70	34,79	125,00	11,73	11,09	145,98
	Итого за прием	100	0,27	30,70	34,79	125,00	11,73	11,09	145,98
	Обед								
57	Борщ с капустой и картофелем	200	1,80	0,00	4,34	4,18	8,61	6,43	80,92
14/8	Котлеты из мяса говядины	70	5,15	5,15	8,29	0,00	0,44	0,00	96,98
10/3	Овощи тушеные	50	2,4	8,72	1,51	130	55,9	1,42	67,89
125	Картофель отварной	150	3,065	4,802	1,98	6,77	36,975	10,11	155,67
382	Кисель из сока	180	0,27	0	3,11	0,25	11,73	1,08	134,67
-	Хлеб пшеничный	30	1,32	0,00	0,13	0,13	9,34	0,44	134,24
-	Хлеб ржаной	30	1,32	0,00	0,24	0,24	6,68	55,9	89,99
	Итого за прием	710	15,33	18,67	19,60	141,57	129,68	75,38	760,36
	Полдник								
458	Ватрушка с повидлом	70	0,19	0,118	1,308	6,78	15,44	2,52	145,67
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	15,99	133,23
	Итого за прием	330	2,90	2,73	3,90	6,84	27,46	18,51	278,90
	Итого за день	1507	60,28	80,42	127,41	225,38	259,00	98,35	1472,92

МЕНЮ

Неделя: Первая День пятница

Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ возрастная категория 3-7 лет

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	Витамин С	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
168	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,95	2,99	1,43	0,69	27,41	0,53	187,98
397	Какао с молоком	180	3,48	2,61	3,13	0,68	20,61	1,43	121,31
3/13	Хлеб пшеничный	30	2,59	0,05	5,13	0,30	15,65	9,88	120,89
3/13	Масло сливочное "Крестьянское" МЖД 72,5% порционно	7	14,86	14,458	34,65	32,33	23	1,123	54,9
	Итого за прием	367	26,88	20,11	44,34	34,00	86,67	12,96	485,08
	2-й завтрак:								
399	Сок фруктовый	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Итого за прием	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Обед								
67	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,49	0,04	13,29	2,14	6,02	6,02	78,98
289	Рагу из мяса кур	150	14,82	13,00	6,66	7,92	14,40	4,27	265,56
376	Компот из сухофруктов	180	12,68	3,13	10,11	0,01	16,63	16,63	130,34
-	Хлеб пшеничный	30	1,32	5,13	5,50	0,13	9,34	15,65	87,65
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,01	0,36	0,36	10,02	9,34	66,78
	Итого за прием	590	32,29	21,31	35,92	10,56	56,41	51,91	629,31
	Полдник								
	Кондитерские изделия	35	6,77	0,118	1,308	65,55	0,55	2,33	155,86
401	Молоко кипяченое	180	5,48	5,45	44,88	102	226	1,9	234,12
	Итого за прием	215	12,25	5,57	46,19	167,55	226,55	4,23	389,98
	Итого за день	1372	71,42	46,98	126,45	212,11	369,63	69,10	1549,36

М Е Н Ю

Неделя: Вторая. День понедельник

Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ возрастная категория 3-7 лет

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	Витамин С	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
194	Плов сладкий	150	9,57	8,37	8,73	1,45	16,47	0,47	133,22
396	Кофейный напиток со сгущенным молоком	180	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	12,20	189,79
3/13	Хлеб пшеничный	30	2,59	0,05	5,13	0,30	15,65	0,00	120,89
	Итого за прием	360	14,87	11,03	16,45	1,81	44,14	12,67	443,90
	2-й завтрак:								
399	Сок фруктовый	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Итого за прием	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Обед								
82	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,04	5,05	14,11	109,75	36,63	1,34	100,91
261	Тефтели рыбные	70	10,69	3,76	7,99	10,80	42,13	3,66	122,90
348	Соус томатный	30	10,69	3,76	7,99	0,18	42,13	7,88	234,09
336	Капуста тушёная	50	2,40	8,72	10,51	13,99	55,90	5,67	134,56
125	Картофель отварной	150	3,07	4,80	18,46	0,99	36,98	5,67	110,89
376	Компот из сухофруктов	180	0,44	0,00	0,02	2,33	16,44	1,20	76,89
-	Хлеб отрубной	30	1,32	0,00	0,24	12,34	6,68	5,05	101,23
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,00	0,20	0,20	14,01	9,08	105,76
	Итого за прием	740	32,64	26,09	59,51	150,58	250,90	39,55	987,23
	Полдник								
235	Пудинг из творога запечённый со сметаной	115	21,99	6,72	5,18	9,42	4,30	23,60	224,00
394	Чай с молоком	180	2,67	2,34	18,46	8,9	11,66	4,55	254,09
	Итого за прием	295	24,66	9,06	23,64	18,32	15,96	28,15	478,09
	Итого за день	1595	14,87	11,03	16,45	1,81	44,14	12,67	1510,31

МЕНЮ

Неделя: Вторая День вторник

Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ возрастная категория 3-7 лет

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	Витамин С	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
168	Каша пшеничная молочная	150	7,38	2,93	7,86	2,44	29,47	0,50	218,96
3/13	Хлеб пшеничный с	30	2,59	0,05	5,13	0,30	15,65	12,02	100,87
3/13	Масло сливочное "Крестьянское" МЖД 72,5% порционно	7	14,86	14,458	34,65	32,33	23	1,123	54,9
397	Какао с молоком	180	3,48	2,61	3,13	0,68	20,61	2,02	121,31
	Итого за прием	367	28,31	20,05	50,77	35,75	88,73	15,66	496,04
	2-й завтрак:								
368	Фрукты свежие	100	0,27	0,001	31,60	0,99	11,73	1,08	189,67
	Итого за прием	100	0,27	0,00	31,60	0,99	11,73	1,08	189,67
	Обед								
81 (17/2)	Суп картофельный с бобовыми	200	1,80	0,00	0,34	4,18	8,61	6,43	80,92
287	Тефтели мясные	70	9,32	7,07	0,08	10,99	26,1	0,9	122,98
317	Макароны отварные с маслом сливочным	150	4,90	1,76	4,47	0,99	2,56	0,40	254,37
134	Свекла тушеная в томатном соусе	50	1,02	9,48	2,11	22,3	35,1	5,46	100,01
348	Соус томатный	30	2,4	8,72	1,51	13,88	55,9	1,42	101,09
376	Компот из сухофруктов	180	0,39	0,018	0,612	0,11	28,63	10,13	99,01
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,004	0,20	0,20	14,01	10,11	25,67
-	Хлеб ржаной	30	1,32	0,001	0,24	0,24	6,68	9,00	35,36
	Итого за прием	740	22,11	17,57	7,45	30,59	142,49	38,39	719,40
	Полдник								
466(8/12)	Сдоба обыкновенная	70	8,54	6,39	8,90	5,32	26,19	3,30	211,92
394	Чай с молоком	180	2,67	2,34	2,3	9,88	11,11	6,78	97,89
	Итого за прием	250	11,21	8,73	11,20	15,20	37,30	10,08	309,81
	Итого за день	1457	61,90	46,35	101,02	82,53	253,03	65,21	1714,92

М Е Н Ю

Неделя: Вторая День среда

Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ возрастная категория 3-7 лет

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	Витамин С	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
21/2	Каша овсяная молочная	150	5,75	5,212	18,838	0,34	9,99	0,508	89,01
3/13	Хлеб пшеничный с	30	2,59	0,05	5,13	0,30	15,65	12,02	120,89
3/13	Масло сливочное "Крестьянское" МЖД 72,5% порционно	7	14,86	14,458	34,65	32,33	23	1,123	54,9
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	55,19	80,61
	Итого за прием	367	25,91	22,33	61,21	33,03	60,66	68,84	345,41
	2-й завтрак:								
399	Сок фруктовый	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Итого за прием	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Обед								
85/120	Суп картофельный с клёцками	200	4,25	0,00	4,00	4,54	15,85	4,52	117,65
125	Картофель отварной	150	3,07	4,80	18,46	0,99	36,98	5,67	110,89
336	Капуста тушёная	50	13,86	14,46	1,56	1,78	3,11	0,30	211,02
306 (5/9)	Биточки из мяса кур	70	9,32	7,07	8,53	13,99	26,1	0,9	56,78
376	Компот из сухофруктов	180	0,09	3,45	0,03	0,04	22,08	1,10	187,09
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,33	0,20	0,20	14,01	0,00	133,08
-	Хлеб ржаной	30	1,32	1,22	0,24	0,24	6,68	0,00	56,98
	Итого за прием	710	30,82	26,53	14,56	20,79	87,83	6,82	873,49
	Полдник								
230	Вареники ленивые, с маслом, сахаром	130	5,75	5,212	1,88	14,56	100,11	0,508	234,09
392	Чай с сахаром	180	0,04	0,01	4,00	28	8	2,4	125,34
	Итого за прием	310	5,79	5,22	5,88	42,56	108,11	2,91	359,43
	Итого за день	1587	87,53	231,87	113,25	107,37	268,33	79,65	1623,32

М Е Н Ю

Неделя: Вторая День четверг

Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ возрастная категория 3-7 лет

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	Витамин С	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
21/2	Суп молочный с рисом	150	5,75	5,212	18,838	145,2	16,11	1,34	0,308
3/13	Хлеб пшеничный	30	2,59	0,05	5,13	0,30	15,65	12,02	120,89
3/13	Масло сливочное "Крестьянское" МЖД 72,5% порционно	7	14,86	14,458	34,65	32,33	23	1,123	54,9
397	Какао с молоком	180	3,48	2,61	3,13	0,68	20,61	1,43	97,88
	Итого за прием	367	26,68	22,33	61,75	178,51	75,37	15,91	273,98
	2-й завтрак:								
368	Фрукты свежие	100	0,27	0,001	31,60	0,99	11,73	1,08	189,67
	Итого за прием	100	0,27	0,00	31,60	0,99	11,73	1,08	189,67
	Обед								
80	Суп картофельный с пшеном	200	4,75	0,01	1,10	1,27	11,35	12,98	163,42
165	Каша гречневая	150	7,52	6,20	7,76	1,05	6,61	2,20	167,76
302	Мясо кур тушеное в соусе	70	7,52	6,20	7,76	1,05	6,61	2,20	168,79
10/3	Овощи тушеные	50	1,74	0,00	1,10	1,27	11,35	12,22	163,42
376	Компот из сухофруктов	180	0,44	0,00	0,02	0,03	14,01	6,98	67,32
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,00	0,20	0,20	10,02	3,00	67,80
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,00	0,36	0,36	57,01	8,77	67,80
	Итого за прием	710	25,93	12,41	18,30	5,23	116,96	48,35	866,31
	Полдник								
212	Лапшевник с творогом	150	9,05	2,39	42,55	2,45	70,9	1,68	122,89
382	Кисель из сока	180	1,44	9,8	0,36	0,28	35,11	5,44	196,00
	Итого за прием	300	10,49	12,19	42,91	2,73	106,01	7,12	318,89
	Итого за день	1477	63,10	46,93	122,96	186,47	298,34	71,38	1459,18

МЕНЮ

Неделя: Вторая День пятница

Сезон: ЛЕТНЕ-ОСЕННЕЕ возрастная категория 3-7 лет

Код блюда	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	Витамин С	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
23/2	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,75	5,212	18,838	145,2	16,77	0,508	67,09
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	0,50	80,61
3/13	Хлеб пшеничный	30	2,59	0,05	5,13	0,30	1,67	12,02	120,89
3/13	Масло сливочное "Крестьянское" МЖД 72,5% порционно	7	14,86	14,458	34,65	32,33	23	1,123	54,9
	Итого за прием	367	25,91	22,33	61,21	177,89	53,46	14,15	323,49
	2-й завтрак:								
399	Сок фруктовый	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Итого за прием	200	25,01	177,79	31,60	10,99	11,73	1,08	44,99
	Обед								
57	Борщ с капустой ,с картофелем	200	1,80	8,99	4,34	4,18	8,61	6,43	110,87
247	Филе рыбное тушеное в томатном соусе	70	9,60	8,84	1,40	0,09	15,89	0,60	173,80
348	Соус томатный	50	1,98	6,70	0,20	0,20	1,44	33,20	90,87
10/3	Овощи тушёные	50	2,4	8,72	10,51	13	55,9	1,42	156,9
125	Картофель отварной	150	3,07	4,80	18,46	0,99	36,98	5,67	110,89
376	Компот из сухофруктов	180	0,44	0,001	0,02	0,03	16,44	1,20	89,70
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,001	0,36	0,36	10,88	5,60	156,78
-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,001	0,20	0,20	1,45	3,40	87,54
	Итого за прием	760	23,25	38,06	35,49	19,05	147,59	57,52	977,35
	Полдник								
произв.	Кондитерские изделия	35	0,118	1,308	0,118	7,5	10,55	1,7	122,09
401	Молоко кипяченое	180	0,9	1,88	1,19	7,6	10,28	3,3	166,78
	Итого за прием	215	1,02	3,19	1,31	15,10	20,83	5,00	288,87
	Итого за день	1542	50,17	63,57	98,01	212,04	221,88	76,67	1589,71
	Итого за весь период	15196	82,919	112,809	155,152	262,87	476,865	160,061	3589,71
	Среднее значение за период	1519,6	8,2919	11,2809	15,5152	26,287	47,6865	16,0061	358,971

Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	Витамин С	ЭЦ, ккал
	всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
1435	67,29	53	80,58	209,15	232,92	71,36	1512,18
1417	55,2	49,27	93,94	156,65	229,52	75,15	1491,78
1467	41,97	60,35	78,89	137,87	290,87	66,88	1417,78
1386	43,89	52,96	102,1	150,87	252,72	88,24	1528,8
1172	57,88	55,55	91,94	179,91	226,55	69,32	1528,38
1402	58,62	57,65	83,28	169,03	276,2	69,04	1450,06
1457	67,21	65,44	78,26	162,88	261,56	74,93	1521,16
1427	64,41	51,8	96,45	179,06	287,81	79,64	1443,46
1377	59,03	54,55	80,61	184,11	235,44	70,89	1504,96
1442	50,17	59,22	98,01	155,15	221,88	72,01	1481,79
13982	565,67	559,79	884,06	1684,68	2515,47	737,46	14880,35
1398,2	56,567	55,979	88,406	168,468	251,547	73,746	1488,035