

Согласовано:
совет по питанию

Утверждено :
Заведующий МБДОУ № 14

Протокол №1 от 11.01.2021г.

_____ М.О. Ключкова

Приказ № 39/1 от 11.01.2021г.

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 10,5 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ
(ВЕСЕННЕ-ЛЕТНЕЕ)

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	60,7	213	2008
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	100	1,9	8,9	7,7	119,0		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ .	200	0,1	0,0	7,0	28,2	430	2008
Итого за прием пищи:	375	9,4	17,8	43,6	372,0		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,5	50,1		2008
Итого за прием пищи:	110	0,4	0,4	10,5	50,1		
Обед							
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	8,5	6,6	31,4	228,0	57	2012
ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	38	2,5	0,3	16,1	77,5		2008
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	14,3	15,6	6,5	224,1	272	2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	170	3,3	4,3	26,9	159,7	333	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	11,8	51,2	402	2008
Итого за прием пищи:	738	31,3	27,3	121,3	867,2		
Полдник							
МОЛОЧНАЯ КАША ПШЕНИЧНАЯ	200	5,3	5,5	20,2	153,0	184	2008
КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	79,5	435	2008
КОНДИТЕРСКИЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1		2008
Итого за прием пищи:	380	12,0	12,2	48,5	357,6		
Всего за день:		53,1	57,7	223,9	1 646,9		

1

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
--------------------------------	-------	------------------	--	--	-------------------------------	-------------	------------------

Прием пищи, наименование блюда	масса порции	Пищевые вещества			энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-РИСОВАЯ СО СГУЩ. МОЛОКОМ	90/30	16,7	16,3	26,3	320,3	224	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	13	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,5	2,7	12,4	88,7	395	2012
Итого за прием пищи:	355	22,7	23,4	67,3	573,1		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,5	50,1		2008
Итого за прием пищи:	110	0,4	0,4	10,5	50,1		
Обед							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ И КУРИЦОЙ	200	4,0	5,6	7,2	95,4	102	2008
ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	38	2,5	0,3	16,1	77,5		2008
РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ	150	14,2	15,7	13,4	251,2	309	2008
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ИЛИ ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,4		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	0,4	0,1	19,0	77,6	382	2012
Итого за прием пищи:	678	24,1	22,1	85,8	636,8		
Полдник							
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,1	5,5	19,8	150,3	189	2008
ЧАЙ С САХАРОМ .	200	0,1	0,0	7,0	28,2	430	2008
Итого за прием пищи:	400	5,2	5,5	26,8	178,5		
Всего за день:		52,4	51,4	190,4	1 438,5		

2

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							

ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,0	11,6	3,2	154,0	214	2008
ЗЕЛЕНЬЙ ГОРОШЕК	100	3,0	0,2	6,3	38,8		2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,0	77,7		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	13	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	2,1	2,7	0,0	33,5	14	2008
ЧАЙ С САХАРОМ .	200	0,1	0,0	7,0	28,2	430	2008
Итого за прием пищи:	443	16,5	19,5	31,5	369,6		
II Завтрак							
КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	79,5	435	2008
Итого за прием пищи:	150	4,4	3,8	6,0	79,5		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И КУРОЙ	200	7,5	7,8	25,6	202,4	85	2012
ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	38	2,5	0,3	16,1	77,5		2008
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,3	16,1	21,5	279,8	311	2008
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ИЛИ ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,4		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	64,5	442	2008
Итого за прием пищи:	628	26,1	24,8	108,5	759,3		
Полдник							
МАКАРОННИК С ПЕЧЕНЬЮ	150	21,0	10,9	25,3	305,0	292	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,0	3,2	13,6	100,2	433	2008
КОНДИТЕРСКИЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1		2008
Итого за прием пищи:	380	27,3	17,0	61,2	530,3		
Всего за день:		74,3	65,1	207,2	1 738,7		

3

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,2	6,3	20,8	160,9	189	2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,0	77,7		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	13	2008

СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	2,2	2,7	0,0	33,9	14	2008
ЧАЙ С САХАРОМ .	200	0,1	0,0	7,0	28,2	430	2008
Итого за прием пищи:	443	9,8	14,0	42,8	338,1		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,8	0,2	15,2	64,5	442	2008
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	15,2	64,5		
Обед							
СУП ХАРЧО	200	3,0	7,0	18,5	154,9	95	2008
ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	38	2,5	0,3	16,1	77,5		2008
БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80/45	13,1	13,3	10,6	213,5	283	2008
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,1	3,2	22,5	131,2	323	2008
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ИЛИ ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,4		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	8,1	32,1	402	2008
Итого за прием пищи:	803	24,7	24,2	105,9	744,3		
Полдник							
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА , СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	90/30	18,4	12,3	35,0	326,0	219	2008
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,5	50,1		2008
КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	79,5	435	2008
Итого за прием пищи:	380	23,2	16,5	51,5	455,6		
Всего за день:		58,5	54,9	215,4	1 602,5		

4

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,3	5,8	20,6	157,0	189	2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,0	77,7		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	13	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	2,1	2,7	0,0	33,5	12	2008
ЧАЙ С САХАРОМ .	200	0,1	0,0	7,0	28,2	430	2008
Итого за прием пищи:	443	9,8	13,5	42,6	333,8		

II Завтрак							
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	190	0,8	0,6	19,0	86,6	436	2008
Итого за прием пищи:	190	0,8	0,6	19,0	86,6		
Обед							
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ	200	7,4	8,9	11,0	154,4	95	2008
ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	38	2,5	0,3	16,1	77,5		2008
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ)	90	21,6	4,8	6,1	153,1	240	2008
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	150	2,9	3,0	15,1	101,3	56	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	11,8	51,2	402	2008
Итого за прием пищи:	708	37,1	17,5	88,7	664,2		
Полдник							
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С ИЗЮМОМ	120	10,6	10,5	66,5	402,4	467	2008
КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	79,5	435	2008
Итого за прием пищи:	270	15,0	14,3	72,5	481,9		
Всего за день:		62,7	45,9	222,8	1 566,5		

5

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	60,7	213	2008
КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ	120	2,5	0,2	5,3	32,6		2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,0	77,7		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	7,0	28,2	430	2008
Итого за прием пищи:	395	9,8	9,7	27,6	236,6		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,5	50,1		2008
Итого за прием пищи:	110	0,4	0,4	10,5	50,1		

Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	7,1	10,3	14,5	179,6	99	2008
ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	38	2,5	0,3	16,1	77,5		2008
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80/50	14,5	15,2	8,3	227,7	259	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,9	5,1	37,7	220,2	317	2012
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	36,5	33	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	0,4	0,1	19,5	79,3	382	2012
Итого за прием пищи:	768	33,5	33,6	127,9	947,5		
Полдник							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200	5,5	6,4	19,3	157,7	189	2008
КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	79,5	435	2008
КОНДИТЕРСКИЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1		2008
Итого за прием пищи:	380	12,2	13,1	47,6	362,3		
Всего за день:		55,9	56,8	213,6	1 596,5		

6

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	4,9	5,6	19,6	148,9	190	2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,0	77,7		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	13	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	2,1	2,7	0,0	33,5	12	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	7,0	28,2	430	2008
Итого за прием пищи:	443	9,4	13,3	41,6	325,7		
II Завтрак							
КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	79,5	435	2008
Итого за прием пищи:	150	4,4	3,8	6,0	79,5		
Обед							
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,5	3,6	17,0	121,4	76	2008
ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	38	2,5	0,3	16,1	77,5		2008

ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	18,0	19,3	21,4	331,7	258	2008
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ИЛИ ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,4		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	8,1	32,1	402	2008
Итого за прием пищи:	678	27,0	23,6	92,7	697,8		
Полдник							
ТВОРОЖНО-МАННАЯ ЗАПЕКАНКА С ПОВИДЛОМ	90/30	15,5	14,3	30,5	314,3	224	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,9	2,9	13,5	96,5	432	2008
Итого за прием пищи:	320	19,4	17,2	44,0	410,8		
Всего за день:		60,2	57,9	184,3	1 513,8		

7

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ЯБЛОКОМ	100	1,6	5,3	20,9	136,8	183	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ .	200	0,1	0,0	7,0	28,2	430	2008
Итого за прием пищи:	335	4,2	9,7	56,5	329,1		
II Завтрак							
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	190	0,8	0,6	19,0	86,6	436	2008
Итого за прием пищи:	190	0,8	0,6	19,0	86,6		
Обед							
СВЕКОЛЬНИК	200	3,2	6,2	18,5	149,6	134	2012
ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	38	2,5	0,3	16,1	77,5		2008
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	100/15	21,2	12,2	9,1	258,0	к/к	к/к
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ИЛИ ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0,5	0,1	1,5	8,4		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	0,4	0,1	18,5	75,5	382	2012

Итого за прием пищи:	643	30,3	19,2	92,3	695,7		
Полдник							
КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,1	5,5	19,8	150,3	189	2008
КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	79,5	435	2008
КОНДИТЕРСКИЕ	30	2,3	2,9	22,3	125,1		2008
Итого за прием пищи:	380	11,8	12,2	48,1	354,9		
Всего за день:		47,1	41,7	215,9	1 466,3		

8

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	200	5,5	6,4	19,3	157,7	189	2008
БАТОН	30	2,3	0,9	15,0	77,7		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	13	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	7	1,9	2,4	0,0	29,5	14	2008
ЧАЙ С САХАРОМ .	200	0,1	0,0	6,0	24,3	430	2008
Итого за прием пищи:	442	9,8	13,8	40,3	326,6		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ЯБЛОКО	110	0,4	0,4	10,5	50,1		2008
Итого за прием пищи:	110	0,4	0,4	10,5	50,1		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	13,2	5,0	15,1	158,8	84	2012
ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	38	2,5	0,3	16,1	77,5		2008
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	16,2	17,5	14,3	287,4	306	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	8,1	32,1	402	2008
Итого за прием пищи:	638	34,4	23,1	82,2	682,5		
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	90/30	18,6	16,9	31,3	354,7	224	2008

КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,2	3,5	14,0	105,2	433	2008
Итого за прием пищи:	320	22,8	20,4	45,3	459,9		
Всего за день:		67,4	57,7	178,3	1 519,1		

9

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,5	5,9	18,4	149,5	к/к	к/к
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,0	4,1	0,0	37,4	13	2008
ЧАЙ С САХАРОМ .	200	0,1	0,0	7,0	28,2	430	2008
Итого за прием пищи:	435	8,1	10,3	54,0	341,8		
II Завтрак							
СОКИ ФРУКТОВЫЕ	150	0,8	0,2	15,2	64,5	442	2008
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	15,2	64,5		
Обед							
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ЯЙЦОМ	200/40	14,1	14,8	16,2	253,8	92	2008
ХЛЕБУШЕК "РИЖСКИЙ НОВЫЙ"	38	2,5	0,3	16,1	77,5		2008
РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	70	12,4	3,9	3,1	96,3	247	2012
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,4	3,6	24,4	143,0	125	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,5	0,3	28,6	126,7		2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,2	0,2	11,8	51,2	402	2008
Итого за прием пищи:	728	35,1	23,1	100,2	748,5		
Полдник							
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ С ИЗЮМОМ	120	10,6	9,6	66,5	395,1	467	2008
КЕФИР	150	4,4	3,8	6,0	79,5	435	2008
Итого за прием пищи:	270	15,0	13,4	72,5	474,6		
Всего за день:		59,0	47,0	241,9	1 629,4		

МБДОУ д/с №14

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	590,6	536,1	2 093,7	15 718,2
Среднее значение за период	59,1	53,6	209,4	1 571,8
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15,0	30,7	54,3	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Сад 10,5часов	411	142	701	348

