

Примерное десятидневное меню разработано с учетом калорийности суточного рациона, дифференцировано по возрастным группам детей: до 3-х лет и от 3 до 7. Рассчитано на четырехразовое питание с уплотненным полдником для детей с дневным пребыванием в дошкольной организации 12 часов.

|  |
| --- |
|  |
|  |
| **ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ ОТ 1,5 ДО 3 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ С 12 ЧАСОВЫМ РЕЖИМОМ ФУНКЦИОНИРОВАНИЯ, НА ВЕСЕННЕ—ЛЕТНИЙ ПЕРИОД** | |

**ПЕРВЫЙ ДЕНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша гречневая вязкая, ТК №31\* | 123 | 3,77 | 3,62 | 19,57 | 126,9 | 6,37 | 1,99 | 0,11 | 0,06 | 0 |
| Какао с молоком, ТК № 51\* | 150 | 4,66 | 5,06 | 13,24 | 114,6 | 168,3 | 0,46 | 0,05 | 0,19 | 0,8 |
| Бутерброд с маслом, ТК № 1\* | 30/5 | 2,4 | 4,43 | 14,53 | 108,8 | 7,5 | 0,61 | 0,05 | 0,02 | 0 |
| Итого за прием |  | 10,82 | 13,11 | 47,34 | 350,2 | 182,2 | 3,06 | 0,21 | 0,27 | 0,8 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок персиковый | 160 | 0,45 | 0 | 24,02 | 93,36 | 7,04 | 0,28 | 0,02 | 0,05 | 0,4 |
| Итого за прием |  | 0,45 | 0 | 24,02 | 93,36 | 7,04 | 0,28 | 0,02 | 0,05 | 0,4 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свеклы с изюмом,  ТК № 18 | 40 | 0,52 | 2,14 | 6,39 | 45,6 | 9,54 | 0,35 | 0 | 0,01 | 0,5 |
| Рассольник домашний, ТК № 37 | 150 | 1,33 | 2,84 | 8,1 | 63,5 | 16,18 | 0,54 | 0,05 | 0,04 | 6,2 |
| Гуляш, ТК № 65 | 50/50 | 14,54 | 15,66 | 3,18 | 211,7 | 10,8 | 2,2 | 0,04 | 0,1 | 0,9 |
| Картофельное пюре, ТК № 24\* | 150 | 3,06 | 4,63 | 20,13 | 135,7 | 35,62 | 1,04 | 0,12 | 0,1 | 10 |
| Кисель из яблок, ТК № 212 | 180 | 0,12 | 0,11 | 24,84 | 97,63 | 7,63 | 0,63 | 0,01 | 0 | 1,2 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,51 | 14 | 1,56 | 0,07 | 0,03 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0,01 | 0 |
| Итого за прием |  | 23,79 | 26,05 | 85,67 | 671,3 | 98,37 | 6,72 | 0,32 | 0,3 | 19 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Вареники ленивые со сметанным соусом, ТК № 34\* | 140/40 | 18,47 | 20,05 | 21,98 | 341,4 | 150,6 | 0,83 | 0,06 | 0,29 | 0,2 |
| Чай с молоком и сахаром,ТК 47\* | 150 | 1,11 | 1,17 | 6,16 | 38,39 | 39,61 | 0,05 | 0,01 | 0,04 | 0,2 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,25 | 35,7 | 3,45 | 0,3 | 0,02 | 0,01 | 0 |
| Итого за прием |  | 21,28 | 21,42 | 38,15 | 428,4 | 204,5 | 1,45 | 0,12 | 0,38 | 2,4 |
| Итого за день |  | 56,35 | 60,58 | 195,2 | 1543 | 492 | 11,52 | 0,67 | 1 | 23 |

ТК № - номер технологической карты взят со сборника технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, Фирма «Партнер», 2010

ТК № \* - номер технологической карты взят с дополнения к сборнику технологических нормативов, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, Фирма «Партнер», 2011

**ВТОРОЙ ДЕНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный с крупой "Артек", ТК № 45\* | 150 | 5,67 | 6,54 | 16,44 | 146,1 | 193,2 | 0,37 | 0,08 | 0,2 | 0,8 |
| Кофейный напиток на молоке, ТК № 50\* | 150 | 2,12 | 2,31 | 10,44 | 68,94 | 79,38 | 0,08 | 0,02 | 0,1 | 0,4 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,4 | 6,9 | 0,6 | 0,05 | 0 | 0 |
| Печенье | 10 | 0,64 | 1,68 | 6,85 | 43,71 | 2,3 | 0,08 | 0,01 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 10,8 | 10,83 | 48,22 | 330,2 | 281,8 | 1,13 | 0,16 | 0,3 | 1,2 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок яблочный | 160 | 0,45 | 0 | 24,02 | 93,36 | 7,04 | 0,28 | 0,02 | 0,05 | 0,4 |
| Итого за прием |  | 4,23 | 0,07 | 5,46 | 38,26 | 166,3 | 0,13 | 0,04 | 0,2 | 0,4 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свежих огурцов, ТК №9 | 40 | 0,32 | 0,43 | 1,27 | 9,95 | 8,19 | 0,21 | 0,01 | 0 | 1,5 |
| Суп из овощей с курицей, ТК № 65\* | 150/15 | 7,68 | 7,53 | 6,09 | 122,9 | 16,77 | 0,89 | 0,05 | 0,1 | 5,2 |
| Фрикадельки из кур, ТК № 21\* | 60/3 | 8,19 | 8,97 | 4,42 | 131,4 | 20,91 | 0,7 | 0,03 | 0,1 | 0,2 |
| Капуста тушеная ТК № 25\* | 60 | 1,3 | 1,96 | 5,65 | 44,47 | 30,78 | 0,45 | 0,02 | 0 | 9,9 |
| Компот из свежих плодов, ТК № 631, сб 2004 г | 150 | 0,11 | 0,11 | 12,89 | 50,46 | 4,52 | 0,6 | 0,01 | 0 | 1,2 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,51 | 14 | 1,56 | 0,07 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 21,58 | 25,05 | 62,96 | 562,2 | 86,72 | 4,7 | 0,21 | 0,2 | 9,7 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Тефтели рыбные, ТК № 68 | 50 | 6,8 | 5,8 | 7,60 | 110,0 | 13,85 | 0,35 | 0,04 | 0,04 | 1,4 |
| Овощи припущенные, ТК № 109 | 200 | 1,68 | 5,7 | 14,34 | 113,1 | 32,81 | 0,88 | 0,05 | 0,05 | 5,1 |
| Чай с сахаром, ТК № 46\* | 150 | 0,09 | 0,02 | 4,56 | 17,88 | 0,13 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 14,62 | 15,87 | 72,09 | 487,2 | 79,10 | 4,75 | 0,20 | 0,2 | 18 |
| Итого за день |  | 51,23 | 51,81 | 188,72 | 1418,2 | 613,9 | 10,71 | 0,62 | 0,9 | 30 |

**ТРЕТИЙ ДЕНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша манная молочная жидкая, ТК № 132 | 150 | 5,97 | 7,89 | 24,4 | 191,9 | 154 | 0,36 | 0,06 | 0,2 | 0,3 |
| Чай с молоком и сахаром ,ТК № 47\* | 150,00 | 1,11 | 1,18 | 1,62 | 21,2 | 39,6 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0,2 |
| Бутерброд с маслом и сыром, ТК № 2 | 30/5/10 | 6,71 | 9,56 | 13,24 | 167 | 165,2 | 0,64 | 0,04 | 0,1 | 0,1 |
| Итого за прием |  | 14,8 | 19,76 | 48,07 | 427,8 | 398,5 | 1,09 | 0,12 | 0,3 | 0,7 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукты свежие яблоки | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 51,22 | 19,2 | 2,64 | 0,04 | 0 | 12 |
| Итого за прием |  | 4,09 | 4,62 | 6,42 | 82,31 | 158,4 | 0,13 | 0,04 | 0,2 | 0,8 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свежей капусты, помидоров и огурцов, ТК № 6 | 40 | 0,93 | 3,88 | 1,79 | 45,46 | 14,5 | 0,29 | 0,01 | 0 | 5,5 |
| Борщ с капустой и картофелем и курицей, ТК № 36 | 150/25 | 7 | 8,01 | 7,44 | 128,9 | 26,12 | 1,09 | 0,04 | 0,1 | 4,8 |
| Жаркое по-домашнему, ТК №68 | 150 | 8,54 | 9,43 | 15,86 | 183,3 | 13,25 | 0,97 | 0,08 | 0,1 | 3,3 |
| Напиток из плодов шиповника , ТК 55\* | 180 | 0,58 | 0,22 | 24,26 | 96,78 | 9,98 | 0,52 | 0,01 | 0 | 72 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,51 | 14 | 1,56 | 0,07 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 0,79 | 0,1 | 4,83 | 23,8 | 2,3 | 0,2 | 0,02 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 20,48 | 22,13 | 67,54 | 547,8 | 80,14 | 4,63 | 0,22 | 0,2 | 86 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рыба в омлете, ТК № 12\* | 70/30 | 18,26 | 12,05 | 3,82 | 197 | 30,34 | 0,91 | 0,13 | 0,2 | 0,2 |
| Чай,ТК №45 | 150 | 0,09 | 0,02 | 0,02 | 0,62 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 59,5 | 5,75 | 0,5 | 0,04 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 24,93 | 25,94 | 56,26 | 552,1 | 177,8 | 2,94 | 0,27 | 0,4 | 3,1 |
| Итого за день |  | 64,3 | 72,45 | 178,3 | 1610 | 814,8 | 8,78 | 0,66 | 1,1 | 90 |

**ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный с крупой ,ТК № 45 | 150 | 4,9 | 6,03 | 14,42 | 130,5 | 167,5 | 0,22 | 0,05 | 0,2 | 0,8 |
| Кофейный напиток на молоке, ТК № 50\* | 150 | 2,12 | 2,31 | 10,44 | 68,94 | 79,38 | 0,08 | 0,02 | 0,1 | 0,4 |
| Сыр | 8 | 2,1 | 2,13 | 0 | 27,57 | 80 | 0,06 | 0 | 0 | 0,1 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,4 | 6,9 | 0,6 | 0,05 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 9,58 | 8,28 | 34,52 | 249,8 | 254,2 | 1,19 | 0,13 | 0,3 | 5,6 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кефир, ТК № 43\* | 150 | 4,23 | 0,07 | 5,46 | 38,26 | 166,3 | 0,13 | 0,04 | 0,2 | 0,4 |
| Итого за прием |  | 4,94 | 0,08 | 6,37 | 44,64 | 194 | 0,15 | 0,05 | 0,2 | 0,5 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из белокачанной капусты и свеклы, ТК № 2\* | 40 | 0,86 | 0,62 | 3,19 | 21,2 | 20,44 | 0,33 | 0,01 | 0 | 3,4 |
| Рассольник ленинградский, ТК № 35 | 150 | 1,35 | 2,85 | 9,16 | 68,24 | 11,39 | 0,5 | 0,05 | 0 | 3,9 |
| Плов из говядины, ТК № 18\* | 150,00 | 14,25 | 15,38 | 28,3 | 310,7 | 8,9 | 0,64 | 0,04 | 0 | 1,4 |
| Кисель из яблок, ТК № 52\* | 180 | 0,23 | 0 | 21,82 | 85,46 | 13,4 | 0,6 | 0 | 0 | 0,1 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,51 | 14 | 1,56 | 0,07 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 20,9 | 19,54 | 85,5 | 602,7 | 72,73 | 4,03 | 0,2 | 0,1 | 8,8 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Ватрушка французская, ТК 100\* | 120 | 13,43 | 14,1 | 53,14 | 390,5 | 53,98 | 0,84 | 0,07 | 0,1 | 0,1 |
| Молоко кипяченое, ТК № 44 | 175 | 4,77 | 5,39 | 7,48 | 96,03 | 184,8 | 0,15 | 0,05 | 0,2 | 0,9 |
| Конфеты шоколадные помадные | 12 | 0,18 | 0,86 | 9,82 | 45,8 | 2,16 | 0,19 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 17,29 | 15,51 | 91,38 | 566,9 | 126,8 | 2,26 | 0,18 | 0,2 | 85 |
| Итого за день |  | 52,71 | 43,41 | 217,8 | 1464 | 647,7 | 7,64 | 0,55 | 0,8 | 100 |

**ПЯТЫЙ ДЕНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный с крупой рисовой, ТК № 45 | 150 | 4,9 | 6,03 | 14,42 | 130,5 | 167,5 | 0,22 | 0,05 | 0,2 | 0,8 |
| Какао с молоком, ТК № 51\* | 150 | 4,66 | 5,06 | 13,24 | 114,6 | 168,3 | 0,46 | 0,05 | 0,2 | 0,8 |
| Вафли | 10 | 0,28 | 0,33 | 7,73 | 33,46 | 1,6 | 0,15 | 0 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 9,7 | 13,09 | 47,12 | 341,6 | 256 | 1,07 | 0,12 | 0,3 | 1,2 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукты банан | 120 | 4,77 | 5,39 | 7,48 | 96,03 | 184,8 | 0,15 | 0,05 | 0,2 | 0,9 |
| Итого за прием |  | 4,77 | 5,39 | 7,48 | 96,03 | 184,8 | 0,15 | 0,05 | 0,2 | 0,9 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат "Школьный", ТК № 20 | 40 | 0,61 | 0,62 | 2,68 | 18,27 | 10,93 | 0,38 | 0,02 | 0 | 1,8 |
| Свекольник, ТК № 11\* | 150 | 1,41 | 3,38 | 9,06 | 71,53 | 23,23 | 0,8 | 0,03 | 0 | 4,2 |
| Бефстроганов из отварного мяс, ТК № 62 | 50/50 | 15,08 | 14,52 | 3,51 | 205 | 10,02 | 2,15 | 0,04 | 0,1 | 0,2 |
| Пюре гороховое, ТК № 29\* | 100 | 9,75 | 3,43 | 22,07 | 159,8 | 52,11 | 3,07 | 0,28 | 0,1 | 0 |
| Компот из смеси с/ф ТК № 205 | 180 | 0,83 | 0,04 | 23,95 | 94,83 | 22,78 | 0,48 | 0,01 | 0 | 0,1 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,51 | 14 | 1,56 | 0,07 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 29,63 | 21,94 | 62,71 | 566,1 | 109,2 | 9,53 | 0,44 | 0,3 | 5,7 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рагу овощное № 112\* | 150 | 2,54 | 7,49 | 14,91 | 136,7 | 34,59 | 1,09 | 0,08 | 0,1 | 11 |
| Чай с сахаром , ТК № 46\* | 150 | 0,09 | 0,02 | 4,56 | 17,88 | 0,13 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Пряник | 20 | 1,28 | 3,36 | 13,7 | 87,42 | 4,6 | 0,16 | 0,02 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 17,62 | 14,13 | 57,48 | 426,1 | 113,5 | 4,95 | 0,26 | 0,2 | 30 |
| Итого за день |  | 61,72 | 54,55 | 174,8 | 1430 | 663,5 | 15,7 | 0,87 | 1 | 37 |

**ШЕСТОЙ ДЕНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Макаронные изделия с тертым сыром, ТК № 32\* | 100/4/10 | 5,97 | 5,63 | 20,16 | 157 | 88,42 | 0,07 | 0 | 0 | 0 |
| Кофейный напиток на молоке № 50\* | 150 | 2,12 | 2,31 | 10,44 | 68,94 | 79,38 | 0,08 | 0,02 | 0,1 | 0,4 |
| Бутерброд с маслом ТК №1\* | 30/5 | 2,4 | 4,43 | 14,53 | 108,8 | 7,5 | 0,61 | 0,05 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 13,49 | 15,15 | 52,16 | 398,6 | 273,4 | 1,38 | 0,11 | 0,3 | 1,6 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок персиковый | 150 | 0,42 | 0 | 22,52 | 87,52 | 6,6 | 0,26 | 0,02 | 0,1 | 0,4 |
| Итого за прием |  | 4,94 | 0,08 | 6,37 | 44,64 | 194 | 0,15 | 0,05 | 0,2 | 0,5 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Щи из свежей капусты с картофелем, ТК № 33 | 150 | 1,13 | 3,13 | 5,19 | 53,16 | 22,08 | 0,43 | 0,03 | 0 | 7,1 |
| Гулящ К № 65\* | 50/50 | 14,54 | 15,66 | 3,18 | 211,7 | 10,8 | 2,2 | 0,04 | 0,1 | 0,9 |
| Картофель отварной с маслом, ТК № 23\* | 150/3 | 2,95 | 3,06 | 22,49 | 131,1 | 14,27 | 1,26 | 0,13 | 0,1 | 6,2 |
| Огурцы свежие нарезка | 15 | 0,12 | 0,02 | 0,38 | 2,04 | 3,45 | 0,09 | 0 | 0 | 1,5 |
| Компот из смеси сухофруктов, ТК № 205 | 180 | 0,83 | 0,04 | 23,95 | 94,83 | 22,78 | 0,48 | 0,01 | 0 | 0,1 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,51 | 14 | 1,56 | 0,07 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 21,83 | 25,65 | 81,78 | 643,1 | 105,9 | 6,65 | 0,33 | 0,3 | 18 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сырники с морковью со сметанным соусом, ТК № 36\* | 130/40 | 21,46 | 8,85 | 27,84 | 275,4 | 108,6 | 0,75 | 0,06 | 0,2 | 0,5 |
| Чай с молоком и сахаром, ТК № 47\* | 150,00 | 1,11 | 1,18 | 1,62 | 21,2 | 39,6 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0,2 |
| Конфеты шоколадные помадные | 15 | 0,23 | 1,08 | 12,27 | 57,25 | 2,7 | 0,24 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 24,8 | 11,3 | 73,91 | 489 | 162,1 | 1,69 | 0,13 | 0,3 | 1,1 |
| Итого за день |  | 65,06 | 52,18 | 214,2 | 1575 | 735,4 | 9,87 | 0,62 | 1,1 | 21 |

**СЕДЬМОЙ ДЕНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша молочная "Дружба", ТК № 134 | 150 | 6,08 | 8,16 | 26,65 | 204 | 150,9 | 0,63 | 0,09 | 0,2 | 0,3 |
| Чай с молоком и сахаром ,ТК № 47 | 150,00 | 1,11 | 1,18 | 1,62 | 21,2 | 39,6 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0,2 |
| Бутерброд с маслом, ТК № 1\* | 30/5 | 2,4 | 4,43 | 14,53 | 108,8 | 7,5 | 0,61 | 0,05 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 11,64 | 15,25 | 66,32 | 445,4 | 243,4 | 1,75 | 0,19 | 0,3 | 7,7 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Фрукт Груща | 120 | 0,85 | 0,16 | 16,54 | 67,77 | 11,09 | 2,19 | 0,01 | 0 | 1,4 |
| Итого за прием |  | 0,85 | 0,16 | 16,54 | 67,77 | 11,09 | 2,19 | 0,01 | 0 | 1,4 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Моркови с сахаром , ТК №62\* | 40 | 0,47 | 0,03 | 4,23 | 18,27 | 9,18 | 0,24 | 0,02 | 0 | 0,8 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями, ТК № 38 | 150 | 1,63 | 1,55 | 11,32 | 66,42 | 8,22 | 0,52 | 0,05 | 0 | 4 |
| Плов из говядины ТК № 18 | 150,00 | 14,25 | 15,38 | 28,3 | 310,7 | 8,9 | 0,64 | 0,04 | 0 | 1,4 |
| Кисель из яблок, ТК № 52\* | 160 | 0,11 | 0,1 | 22,08 | 86,78 | 6,79 | 0,56 | 0,01 | 0 | 1,1 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,51 | 14 | 1,56 | 0,07 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 18,96 | 18,9 | 72,73 | 534,5 | 117,1 | 5,25 | 0,22 | 0,2 | 30 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Рыба, тушенная в томате с овощами, ТК № 54 | 65/50 | 14,72 | 7,97 | 4,63 | 148,2 | 19,07 | 0,68 | 0,09 | 0,1 | 0,9 |
| Ватрушка с творогом, ТК № 41\* | 50 | 6,39 | 2,33 | 19,78 | 126,5 | 23,91 | 0,44 | 0,04 | 0,1 | 0 |
| Чай с лимоном и сахаром, ТК № 49\* | 150 | 0,13 | 0,03 | 4,7 | 18,64 | 1,97 | 0,04 | 0 | 0 | 0,8 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 24,13 | 15,63 | 42,31 | 405,8 | 71,64 | 1,93 | 0,23 | 0,2 | 36 |
| Итого за день |  | 55,58 | 49,93 | 197,9 | 1453 | 443,2 | 11,12 | 0,65 | 0,7 | 75 |

**ВОСЬМОЙ ДЕНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша рисовая молочная жидкая, ТК № 30\* | 120 | 4,28 | 6,44 | 20,89 | 158,3 | 124,8 | 0,3 | 0,05 | 0,2 | 0,6 |
| Кофейный напиток на молоке, ТК № 50\* | 150 | 2,12 | 2,31 | 10,44 | 68,94 | 79,38 | 0,08 | 0,02 | 0,1 | 0,4 |
| Бутерброд с сыром, ТК № 1\* | 40(30/10) | 4,70 | 2,60 | 13,20 | 97,0 | 94,01 | 0,68 | 0,04 | 0,04 | 0,03 |
| Итого за прием |  | 8,8 | 13,18 | 45,86 | 336 | 211,7 | 0,99 | 0,12 | 0,3 | 0,9 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Кипяченое молоко , ТК № 44\* | 150 | 4,09 | 4,62 | 6,42 | 82,31 | 158,4 | 0,13 | 0,04 | 0,2 | 0,8 |
| Итого за прием |  | 5,08 | 5,6 | 7 | 97,3 | 210 | 0,18 | 0,05 | 0,3 | 1,2 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свежих огурцов №9\* | 40 | 0,32 | 0,43 | 1,27 | 9,95 | 8,19 | 0,21 | 0,01 | 0 | 1,5 |
| Суп- лапша домашняя с курицей, ТК № 8\* | 150/15 | 4,97 | 5,23 | 7,9 | 99,05 | 10 | 0,51 | 0,03 | 0 | 0,4 |
| Картофельное пюре , ТК № 24\* | 110 | 3,06 | 4,63 | 20,13 | 135,7 | 35,62 | 1,04 | 0,12 | 0,1 | 10 |
| Котлеты рубленые из птицы, ТК № 22\* | 70 | 10,32 | 14,77 | 10,63 | 217,6 | 15,18 | 1,24 | 0,05 | 0,1 | 0,3 |
| Компот из смеси сухофруктов, ТК № 205 | 180 | 0,29 | 0 | 26,19 | 100,7 | 0,48 | 0,05 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,36 | 69,51 | 14 | 1,56 | 0,07 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 21,89 | 31,19 | 72,58 | 654,8 | 131,04 | 4,36 | 0,22 | 0,302204кий купрецовья | 3,56 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Омлет натуральный, ТК № 33\* | 120/6 | 10,55 | 15,64 | 1,78 | 189,8 | 63,61 | 1,55 | 0,03 | 0,2 | 0 |
| Блины, ТК № 38\* | 50/3 | 2,67 | 3,81 | 16,68 | 113 | 6,16 | 0,31 | 0,03 | 0 | 0 |
| Чай с молоком и сахаром, ТК № 47\* | 150 | 1,11 | 1,17 | 6,16 | 38,39 | 39,61 | 0,05 | 0,01 | 0 | 0,2 |
| Итого за прием |  | 17,28 | 22,4 | 48,12 | 461,4 | 142 | 5,28 | 0,16 | 0,4 | 7,5 |
| Итого за день |  | 53,05 | 72,37 | 173,6 | 1549,2 | 694,7 | 10,8 | 0,55 | 1,25 | 12,8 |

**ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный с крупой овсяной, ТК № 45 | 150 | 5,35 | 6,43 | 13,24 | 131 | 171,9 | 0,45 | 0,08 | 0,2 | 0,8 |
| Чай с молоком ,ТК № 47\* | 150,00 | 1,11 | 1,18 | 1,62 | 21,2 | 39,6 | 0,03 | 0,01 | 0 | 0,2 |
| Бутерброд с маслом и сыром, ТК № 2 | 30/5/10 | 6,71 | 9,56 | 13,24 | 167 | 165,2 | 0,64 | 0,04 | 0,1 | 0,1 |
| Итого за прием |  | 14,18 | 18,3 | 36,91 | 366,9 | 416,5 | 1,18 | 0,14 | 0,4 | 1,3 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок персиковый | 150 | 0,42 | 0 | 22,52 | 87,52 | 6,6 | 0,26 | 0,02 | 0,1 | 0,4 |
| Итого за прием |  | 0,42 | 0 | 22,52 | 87,52 | 6,6 | 0,26 | 0,02 | 0,1 | 0,4 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат "Пестрый", ТК № 21 | 40 | 0,4 | 0,37 | 3,97 | 20,04 | 9,47 | 0,5 | 0 | 0 | 0,6 |
| Суп картофельный, ТК № 7\* | 150 | 2,89 | 2,64 | 11,1 | 80,29 | 9,22 | 0,61 | 0,06 | 0 | 5,8 |
| Сосиски, сардельки отварные, ТК № 95 | 47 | 4,43 | 9,31 | 0,34 | 102,8 | 10,13 | 0,71 | 0,01 | 0 | 0 |
| Макаронные изделия отварные, ТК № 147 | 100/4 | 3,78 | 2,93 | 23,11 | 136,1 | 6,45 | 0,51 | 0,04 | 0 | 0 |
| Компот из свежих плодов № 631, сб. шк. 2004 г. | 150 | 0,11 | 0,11 | 12,89 | 50,46 | 4,52 | 0,6 | 0,01 | 0 | 1,2 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,13 | 10,5 | 1,17 | 0,05 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 0,79 | 0,1 | 4,83 | 23,8 | 2,3 | 0,2 | 0,02 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 23,04 | 16,15 | 67,95 | 510 | 49,19 | 8,5 | 0,35 | 1,4 | 16 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Щанежка наливная | 50 | 5,71 | 5,7 | 11,91 | 122,8 | 12,94 | 0,73 | 0,04 | 0,1 | 1,4 |
| Чай с лимоном и сахаром, ТК № 49\* | 150 | 0,13 | 0,03 | 4,7 | 18,64 | 1,97 | 0,04 | 0 | 0 | 0,8 |
| Мармелад желейный | 30 | 0,03 | 0 | 23,82 | 91,08 | 1,2 | 0,12 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,2 | 9,66 | 47,6 | 4,6 | 0,4 | 0,03 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 19,6 | 22,57 | 51,91 | 489 | 175,7 | 2,57 | 0,17 | 0,3 | 15 |
| Итого за день |  | 57,25 | 57,02 | 179,3 | 1453 | 647,9 | 12,5 | 0,68 | 2,1 | 33 |

**ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование изделий (блюд) | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | ЭЦ, ккал | Минеральные элементы, мг | | Витамины, мг | | |
| Ca | Fe | В1 | В2 | С |
| **Завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп молочный с крупой пшенной, ТК № 45 | 150 | 5,28 | 6,21 | 13,82 | 131,1 | 169 | 0,36 | 0,07 | 0,2 | 0,8 |
| Какао с молоком, ТК № 51\* | 4,66 | 5,06 | 13,24 | 114,6 | 168,3 | 0,46 | 0,05 | 0,2 | 0,8 | 4,66 |
| Бутерброд с маслом, ТК № 1\* | 30/5 | 2,4 | 4,43 | 14,53 | 108,8 | 7,5 | 0,61 | 0,05 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,3 | 14,49 | 71,4 | 6,9 | 0,6 | 0,05 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 12,66 | 14,26 | 45,94 | 359,4 | 351,5 | 1,73 | 0,18 | 0,4 | 2,5 |
| **Второй завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Сок виноградный | 150 | 0,42 | 0 | 22,52 | 87,52 | 6,6 | 0,26 | 0,02 | 0,1 | 0,4 |
| Итого за прием |  | 4,94 | 0,08 | 6,37 | 44,64 | 194 | 0,15 | 0,05 | 0,2 | 0,5 |
| **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Суп картофельный с бобовыми , ТК № 9\* | 150/10 | 4,44 | 2,59 | 16,95 | 110 | 18,27 | 1,29 | 0,12 | 0,1 | 2,8 |
| Суфле рыбное, ТК № 59 | 55/3 | 10,3 | 8,31 | 2,14 | 124,6 | 28,02 | 0,41 | 0,05 | 0,1 | 0,1 |
| Рагу овощное, ТК № 112 | 150 | 2,54 | 7,49 | 14,91 | 136,7 | 34,59 | 1,09 | 0,08 | 0,1 | 11 |
| Компот из свежих плодов, ТК № 205 | 150 | 0,11 | 0,11 | 12,89 | 50,46 | 4,52 | 0,6 | 0,01 | 0 | 1,2 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,13 | 10,5 | 1,17 | 0,05 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 19,38 | 18,86 | 56,91 | 473,9 | 95,9 | 4,57 | 0,31 | 0,2 | 15 |
| **Уплотненный полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Каша гречневая | 120 | 3,8 | 3,6 | 19,6 | 127 | 6,37 | 2,0 | 0,11 | 0,06 | 0,00 |
| Чай с сахаром, ТК № 46\* | 150 | 0,09 | 0,02 | 4,56 | 17,88 | 0,13 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
| Хлеб пшеничный | 15 | 1,19 | 0,15 | 7,25 | 35,7 | 3,45 | 0,3 | 0,02 | 0 | 0 |
| Печенье | 20 | 1,28 | 3,36 | 13,7 | 87,42 | 4,6 | 0,16 | 0,02 | 0 | 0 |
| Итого за прием |  | 12,5 | 22,17 | 57,78 | 480,3 | 34,66 | 2,59 | 0,16 | 0,2 | 5,3 |
| Итого за день |  | 49,47 | 55,37 | 167 | 1358 | 676,1 | 9,04 | 0,7 | 1,1 | 23 |

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ,

Дошкольные организации. 1-3 года. СанПиН 2.4.1.2660-10

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование** | **Норма** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **Факт.**  **за 10дн.** | **Среднее в день** | **Выполнение, % от нормы** |
| Пищевая ценность | | | | | | | | | | | | | | |
| Белки, г | 42 | 56,35 | 51,23 | 64,30 | 52,71 | 61,72 | 65,06 | 58,76 | 53,05 | 57,25 | 49,47 | 569,89 | 56,99 | 136 |
| в т.ч.жив., г | 29,4 | 38,01 | 32,61 | 41,41 | 21,95 | 38,92 | 44,00 | 39,46 | 39,06 | 37,92 | 31,87 | 365,21 | 36,52 | 124 |
| Жиры, г | 47 | 60,58 | 51,81 | 72,45 | 43,41 | 54,55 | 52,18 | 45,93 | 72,37 | 57,02 | 55,37 | 565,67 | 56,57 | 120 |
| в т.ч. раст., г |  | 0,03 |  | 9,76 | 9,62 | 0,12 | 0,44 | 0,37 |  | 0,06 | 3,00 | 23,39 | 2,34 |  |
| Углеводы, г | 203 | 195,18 | 188,72 | 178,29 | 217,77 | 174,80 | 214,22 | 195,77 | 173,55 | 179,30 | 167,00 | 1884,6 | 188,46 | 93 |
| Витамин В1, мг |  | 0,67 | 0,62 | 0,66 | 0,55 | 0,87 | 0,62 | 0,66 | 0,55 | 0,68 | 0,70 | 6,61 | 0,66 |  |
| Витамин В2, мг |  | 1,00 | 0,93 | 1,11 | 0,83 | 0,99 | 1,12 | 0,78 | 1,25 | 2,12 | 1,07 | 11,19 | 1,12 |  |
| Витамин С, мг |  | 22,88 | 29,84 | 90,11 | 99,68 | 37,44 | 20,67 | 50,39 | 12,76 | 32,69 | 22,81 | 420,93 | 42,09 |  |
| Витамин A (рет.экв), мг |  | 1336,56 | 2095,88 | 3343,61 | 1029,61 | 652,89 | 1325,45 | 701,61 | 2492,6 | 8104,1 | 1401,7 | 22483,90 | 2248,4 |  |
| Витамин E (ток.экв), мг |  | 7,64 | 5,77 | 4,17 | 7,44 | 5,16 | 6,18 | 7,54 | 3,33 | 8,48 | 10,80 | 66,51 | 6,65 |  |
| Ca, мг |  | 492,04 | 613,91 | 814,84 | 647,74 | 663,48 | 735,42 | 446,81 | 694,73 | 647,94 | 676,14 | 6439,89 | 643,99 |  |
| P, мг |  | 932,58 | 817,94 | 964,14 | 763,94 | 1000,09 | 971,74 | 795,03 | 938,29 | 965,33 | 877,04 | 9026,11 | 902,61 |  |
| Mg, мг |  | 254,92 | 207,87 | 232,04 | 198,42 | 244,82 | 251,29 | 223,80 | 205,01 | 195,95 | 215,39 | 2229,52 | 222,95 |  |
| Fe, мг |  | 11,52 | 10,71 | 8,78 | 7,64 | 15,70 | 9,87 | 11,48 | 10,80 | 12,50 | 9,04 | 108,24 | 10,82 |  |
| Zn, мг |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| I, мг |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Калорийность, ккал | 1400 | 1543,3 | 1418,20 | 1610,01 | 1463,98 | 1429,82 | 1575,42 | 1420,23 | 1549,2 | 1453,4 | 1358,1 | 14821,66 | 1482,2 | 106 |

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА,

Дошкольные организации. 1-3 года. СанПиН 2.4.1.2660-10

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Наименование продукта** | **Норма** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **Факт. за 10 дн.** | **Среднее в день** | **Выполнение, отклонение в г** |
| Молоко, кефир | 371,0 | 217,38 | 429,34 | 448,88 | 325,00 | 452,93 | 370,00 | 204,00 | 483,38 | 293,97 | 509,20 | 3734,08 | 373,41 | 0,06 |
| Творог | 28,5 | 109,20 |  |  | 37,71 |  | 91,00 | 15,67 |  | 30,00 |  | 283,58 | 28,36 | -0,14 |
| Сметана | 8,5 | 12,94 | 16,00 | 2,94 | 2,94 | 18,50 | 13,00 |  |  | 15,00 |  | 81,32 | 8,13 | -0,37 |
| Сыр | 3,8 |  |  | 10,00 | 8,00 |  | 10,00 |  |  | 10,00 |  | 38,00 | 3,80 |  |
| Мясо | 47,5 | 79,00 |  | 37,92 | 63,00 | 78,13 | 63,20 | 61,00 |  | 90,29 |  | 472,53 | 47,25 | -0,25 |
| Птица | 19,0 |  | 87,30 | 36,67 |  |  |  |  | 72,45 |  |  | 196,42 | 19,64 | 0,64 |
| Рыба | 30,0 |  | 23,57 | 83,00 |  | 52,80 |  | 91,80 |  |  | 49,79 | 300,96 | 30,10 | 0,10 |
| Колбасные изделия | 4,7 |  |  |  |  |  |  |  |  |  | 47,00 | 47,00 | 4,70 | 0,00 |
| Яйцо куриное | 19,0 | 7,70 | 2,64 | 27,20 | 10,29 |  | 5,20 | 8,93 | 98,72 | 11,93 | 13,84 | 186,45 | 18,64 | -0,36 |
| Картофель | 114,0 | 173,12 | 30,00 | 113,36 | 81,92 | 120,40 | 171,90 | 45,00 | 21,60 | 83,51 | 298,00 | 1138,81 | 113,88 | -0,12 |
| Овощи, зелень | 195,0 | 115,55 | 394,14 | 234,56 | 133,98 | 135,56 | 184,65 | 274,50 | 162,20 | 175,02 | 131,60 | 1941,77 | 194,18 | -0,82 |
| Фрукты свежие | 90,0 | 35,10 | 170,41 |  | 208,96 | 136,36 |  | 122,96 | 133,33 | 49,38 | 43,25 | 899,76 | 89,98 | -0,02 |
| Фрукты (плоды) сухие | 8,6 | 4,80 |  | 18,00 | 23,00 |  | 18,00 |  | 18,00 |  |  | 81,80 | 8,18 | -0,42 |
| Соки фруктовые | 95,0 | 160,0 |  | 150,0 |  | 160,0 | 150,0 | 180,0 |  | 150,0 |  | 950,0 | 95,0 | 0,00 |
| Напитки витамин. |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Хлеб ржаной | 38,0 | 40,00 | 40,00 | 40,00 | 40,00 | 40,00 | 40,00 | 40,00 | 40,00 | 30,00 | 30,00 | 380,00 | 38,00 | 0,00 |
| Хлеб пшеничный | 66,5 | 65,00 | 64,60 | 65,00 | 70,00 | 72,40 | 70,00 | 55,00 | 64,35 | 64,50 | 73,00 | 663,85 | 66,39 | -0,11 |
| Крупы, бобовые | 28,5 | 30,40 | 36,00 | 23,00 | 39,94 | 59,00 | 3,25 | 31,00 | 18,60 | 24,00 | 21,00 | 286,19 | 28,62 | 0,12 |
| Макаронные изделия | 7,6 |  |  |  |  |  | 35,38 | 6,00 |  | 36,40 |  | 77,78 | 7,78 | 0,18 |
| Мука пшеничная | 24,0 | 21,90 | 41,66 | 8,75 | 42,86 | 4,47 | 21,05 | 28,52 | 43,05 | 18,82 | 4,33 | 235,41 | 23,54 | -0,46 |
| Мука картофельная | 2,9 | 8,10 |  |  | 8,10 |  |  | 8,10 |  |  |  | 24,30 | 2,43 | -0,47 |
| Масло сливочное | 21,0 | 15,94 | 26,26 | 25,69 | 4,44 | 22,42 | 16,95 | 14,60 | 40,15 | 28,12 | 15,00 | 209,57 | 20,96 | -0,04 |
| Масло растительное | 8,6 | 6,40 | 3,36 | 16,08 | 6,25 | 2,10 | 14,75 | 11,45 | 3,25 | 6,63 | 19,00 | 89,27 | 8,93 | 0,33 |
| Кондитерские изделия | 6,7 |  | 10,0 |  | 12,0 | 10,0 | 15,0 |  |  |  | 20,0 | 67,0 | 6,70 | 0,00 |
| Чай, включая фиточай | 0,48 | 0,48 | 0,48 | 0,48 | 0,48 | 0,48 | 0,48 | 0,48 | 0,48 | 0,48 | 0,48 | 4,80 | 0,48 | 0,00 |
| Какао-порошок | 0,48 | 1,60 |  |  |  |  | 1,60 |  |  |  | 1,60 | 4,80 | 0,48 | 0,00 |
| Кофейный напиток | 0,95 |  | 1,35 | 1,35 | 1,35 | 1,35 |  | 1,35 | 1,35 | 1,35 |  | 9,45 | 0,94 | 0,01 |
| Дрожжи | 0,38 |  | 0,80 |  |  |  |  | 0,73 | 1,00 |  |  | 2,53 | 0,25 | -0,13 |
| Сахар | 35,0 | 42,10 | 34,53 | 36,83 | 49,18 | 16,56 | 37,23 | 45,50 | 34,91 | 28,00 | 27,74 | 352,59 | 35,26 | 0,26 |
| Соль  поваренная | 3,80 | 3,44 | 3,87 | 3,60 | 3,62 | 3,44 | 3,44 | 3,89 | 5,10 | 3,99 | 3,56 | 37,95 | 3,80 | 0,00 |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |