

| 4 день | | | | | | | | | |
|-----------------------------|----------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--|--|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 2016 | 254 | Пудинг из творога с яблоками | 75 | 8,69 | 7,45 | 20,32 | 179,17 | | |
| 2010 | 190 | Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба") с маслом сливочным | 160 | 5,10 | 8,56 | 25,40 | 225,00 | | |
| ТК | ТК № 208 | Чай с сахаром | 180 | 0,18 | 0,00 | 5,77 | 23,78 | | |
| ТК | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 1,57 | 0,61 | 14,87 | 87,92 | | |
| ТК | ТК № 199 | Йогурт 2,5% жирности | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 | | |
| Итого за прием пищи: | | | 565 | 19,04 | 19,75 | 72,00 | 586,51 | | |
| 5 день | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 2010 | 3 | Бутерброд с сыром | 40 | 8,70 | 8,40 | 14,58 | 117,00 | | |
| ТК | ТК №215 | Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 4,93 | 6,53 | 23,85 | 265,00 | | |
| ТК | ТК № 207 | Кофейный напиток | 180 | 2,04 | 1,12 | 11,41 | 64,28 | | |
| ТК | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 1,57 | 0,61 | 14,87 | 87,92 | | |
| ТК | ТК № 203 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 | | |
| Итого за прием пищи: | | | 505 | 17,64 | 16,96 | 75,01 | 581,20 | | |
| 6 день | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 2010 | 3 | Бутерброд с сыром | 40 | 8,70 | 8,40 | 14,58 | 117,00 | | |
| 2010 | 189 | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 1,98 | 4,60 | 24,50 | 225,00 | | |
| ТК | ТК № 206 | Какао с молоком | 180 | 3,48 | 2,79 | 10,08 | 80,55 | | |
| ТК | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 1,57 | 0,61 | 14,87 | 87,92 | | |
| ТК | ТК № 199 | Йогурт 2,5% жирности | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 | | |
| Итого за прием пищи: | | | 530 | 19,23 | 19,53 | 69,67 | 581,11 | | |

| 7 день | | | | | | | | | |
|-----------------------------|------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|--|--|---------------|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 2010 | 213 | Яйцо вареное | 40 | 4,58 | 2,38 | 0,30 | | | 63,00 |
| 2010 | 210 | Макароны с сыром | 160 | 8,80 | 13,71 | 37,50 | | | 318,00 |
| ТК | ТК № 209 | Чай с вареньем | 180 | 0,20 | 0,00 | 14,70 | | | 58,30 |
| ТК | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 25 | 1,57 | 0,61 | 14,87 | | | 87,92 |
| ТК | ТК № 205 | Фрукты свежие | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | | | 43,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 505 | 16,05 | 16,90 | 75,47 | | | 570,22 |
| 8 день | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| ТК | ТК №177 | Бутерброд с джемом | 40 | 1,62 | 0,60 | 24,86 | | | 109,20 |
| ТК | ТК № 186 | Каша "Парская" молочная с маслом сливочным | 160 | 10,40 | 13,80 | 22,10 | | | 255,00 |
| ТК | ТК № 207 | Кофейный напиток | 180 | 2,04 | 1,12 | 11,41 | | | 64,28 |
| ТК | ТК № 199 | Йогурт 2,5% жирности | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | | | 70,64 |
| ТК | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 25 | 1,57 | 0,61 | 14,87 | | | 87,92 |
| Итого за прием пищи: | | | 530 | 19,13 | 19,26 | 78,88 | | | 587,04 |
| 9 день | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 2010 | 3 | Бутерброд с сыром | 40 | 8,70 | 8,40 | 14,58 | | | 117,00 |
| ТК | ТК № 216 | Каша овсяная с яблоками молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 4,80 | 7,30 | 30,02 | | | 265,00 |
| ТК | ТК № 208/1 | Чай с сахаром и лимоном | 185 | 0,25 | 0,01 | 5,56 | | | 26,13 |
| ТК | ТК № 200 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | | | 47,00 |
| ТК | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 25 | 1,57 | 0,61 | 14,87 | | | 87,92 |
| Итого за прием пищи: | | | 510 | 15,72 | 16,72 | 74,83 | | | 543,05 |

| 10 день | | | | | | | | | |
|-----------------------------|----------|--|-----|-------|-------|-------|--------|--|--|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 2016 | 254 | Пудинг из творога с яблоками | 75 | 8,69 | 7,45 | 20,32 | 179,17 | | |
| 2010 | 189 | Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным | 160 | 5,20 | 7,10 | 26,70 | 224,00 | | |
| ТК | ТК № 208 | Чай с сахаром | 180 | 0,18 | 0,00 | 5,77 | 23,78 | | |
| ТК | ТК № 199 | Йогурт 2,5% жирности | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 | | |
| ТК | ТК № 197 | Батон нарезной обогащенный микроэлементами | 25 | 1,57 | 0,61 | 14,87 | 87,92 | | |
| Итого за прием пищи: | | | 565 | 19,14 | 18,29 | 73,30 | 585,51 | | |
| Итого за 10 дней: | | | | 182,6 | 184,8 | 751,4 | 5780,2 | | |
| Среднее значение за период: | | | | 18,3 | 18,5 | 75,1 | 578,0 | | |

Допускаются отклонения в случаях сбоев поставки в наименованиях по фруктам, овощам и напиткам:

При составлении меню использована следующая литература:

1. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб.: Речь, 2010г.
2. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, под ред. Могильного М.П., Тугельяна В.А. - М.:Делта плюс, 2016г.