

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ»  
Комбинат школьного питания №1

А.И. Михалев

СОГЛАСОВАНО

Заведующий

МБДОУ «Детский сад  
комбинированного вида № 362»

г.о. Самара

С.В.Калинина



**Примерное 10-дневное меню  
и пищевая ценность приготовляемых блюд  
для питания детей 1,5-3 лет  
посещающих дошкольные образовательные  
учреждения  
в весенне-летний период**

(Основание: Сборник технических нормативов – Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.:ДеЛи плюс, 2016. – 640 с.)

# Примерное 10-ти дневное циклическое меню

День: 1

Сезон: осенне-летний

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептур
			Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe		
<b>ПЕРВЫЙ ЗАВТРАК</b>														
Каша "Дружба" молочная с сахаром и маслом сливочным	200/5/5	237	7,520	7,080	22,720	0,114	0,520	40,000	131,960	177,901	34,312	0,946	182	
Чай черный с сахаром	180	38	0,060	0,020	9,460	0,000	0,030	0,000	0,318	0,012	0,009	0,001	411	
Бутерброды с маслом сливочным	30/10	136	2,450	7,550	14,620	0,050	0,000	20,000	9,300	11,250	2,100	0,620	1	
<b>Всего в завтрак</b>	<b>430</b>	<b>411</b>	<b>10,030</b>	<b>14,650</b>	<b>46,800</b>	<b>0,164</b>	<b>0,550</b>	<b>60,000</b>	<b>141,578</b>	<b>189,163</b>	<b>36,421</b>	<b>1,567</b>		
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>														
Напиток (сок) фруктовый или нарезка фруктовая	100	53	0,500	0,000	12,700	0,010	4,000	0,000	7,000	7,000	4,000	1,900		
<b>Всего в завтрак</b>	<b>100</b>	<b>53</b>	<b>0,500</b>	<b>0,000</b>	<b>12,700</b>	<b>0,010</b>	<b>4,000</b>	<b>0,000</b>	<b>7,000</b>	<b>7,000</b>	<b>4,000</b>	<b>1,900</b>		
<b>ОБЕД</b>														
Икра кабачковая	30	23	0,360	1,416	2,316	0,007	2,880	0,000	13,038	11,766	4,770	0,223	54	
Суп картофельный с горохом	180	107	6,390	4,210	11,050	0,226	4,650	0,000	33,228	80,195	32,296	0,681	83	
Суфле куриное	50	190	13,210	14,190	2,450	0,132	0,030	232,200	63,741	328,396	33,331	3,281	327	
Макаронные изделия отварные с маслом	130	171	5,680	4,360	25,250	0,090	0,000	20,000	11,175	47,175	8,400	0,850	335	
Компот из свежей вишни	180	89	0,290	0,070	21,780	0,011	2,320	0,038	14,600	11,400	9,880	0,190	390	
Хлеб пшеничный	30	82	2,765	0,350	16,905	0,056	0,000	0,000	8,050	30,450	11,550	0,700	0	
Хлеб ржаной	30	63	1,980	0,360	10,020	0,027	0,000	0,000	5,400	27,600	6,000	0,870	0	
<b>Всего в обед</b>	<b>630</b>	<b>725</b>	<b>30,675</b>	<b>24,956</b>	<b>89,771</b>	<b>0,549</b>	<b>9,880</b>	<b>252,238</b>	<b>149,232</b>	<b>536,982</b>	<b>106,227</b>	<b>6,795</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>														
Булочка "Дорожная"	50	181	3,390	6,980	26,070	0,060	0,000	0,000	9,300	32,100	13,100	0,600	453	
Сок фруктовый	200	85	1,000	0,000	20,195	0,027	3,999	0,000	13,997	13,997	7,998	2,799	418	
<b>Всего в полдник</b>	<b>250</b>	<b>266</b>	<b>4,390</b>	<b>6,980</b>	<b>46,265</b>	<b>0,087</b>	<b>3,999</b>	<b>0,000</b>	<b>23,297</b>	<b>46,097</b>	<b>21,098</b>	<b>3,399</b>		
<b>УЖИН</b>														
Картофель запеченный в сметанном соусе с сыром	200	196	6,789	9,133	22,811	0,241	5,722	45,333	45,678	157,199	49,558	1,900	163	
Компот из смеси сухофруктов	200	133	0,662	0,090	32,014	0,012	0,726	0,000	32,480	23,440	17,460	0,698	394	
Хлеб пшеничный	50	118	3,958	0,501	24,198	0,080	0,000	0,000	11,523	43,587	16,533	1,002	0	
<b>Всего в ужин</b>	<b>450</b>	<b>446</b>	<b>11,409</b>	<b>9,724</b>	<b>79,023</b>	<b>0,333</b>	<b>6,448</b>	<b>45,333</b>	<b>89,681</b>	<b>224,226</b>	<b>83,551</b>	<b>3,600</b>		
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1860</b>	<b>1902</b>	<b>57,004</b>	<b>56,310</b>	<b>274,559</b>	<b>1,143</b>	<b>24,877</b>	<b>359,571</b>	<b>410,767</b>	<b>1003,467</b>	<b>251,297</b>	<b>17,261</b>		

## Примерное 10-ти дневное циклическое меню

День: 2

Сезон: осенне-летний

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)				Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептур
			Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe			
<b>ЗАВТРАК</b>															
Каша гречневая молочная с сахаром и маслом сливочным	200/5/5	294	11,080	9,620	40,850	0,240	2,180	52,000	206,034	296,325	122,466	3,529	182		
Какао с молоком и сахаром	180	107	3,670	3,190	15,820	0,024	1,430	22,000	135,960	113,200	23,900	0,500	416		
Бутерброды с маслом сливочным	30/10	136	2,450	7,550	14,620	0,050	0,000	20,000	9,300	11,250	2,100	0,620	1		
<b>Всего в завтрак</b>	<b>430</b>	<b>537</b>	<b>17,200</b>	<b>20,360</b>	<b>71,290</b>	<b>0,314</b>	<b>3,610</b>	<b>94,000</b>	<b>351,314</b>	<b>420,775</b>	<b>148,466</b>	<b>4,649</b>			
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>															
Напиток (сок) фруктовый или нарезка фруктовая	100	53	0,500	0,000	12,700	0,010	4,000	0,000	7,000	7,000	4,000	1,900			
<b>Всего в завтрак</b>	<b>100</b>	<b>53</b>	<b>0,500</b>	<b>0,000</b>	<b>12,700</b>	<b>0,010</b>	<b>4,000</b>	<b>0,000</b>	<b>7,000</b>	<b>7,000</b>	<b>4,000</b>	<b>1,900</b>			
<b>ОБЕД</b>															
Огурец свежий	20	2	0,16008	0,02001	0,34017	0,004002	0,70035	0,00	4,6023	4,8024	2,8014	0,12006	71		
Борщ со свежей капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	85	1,590	4,510	9,640	0,067	6,590	5,000	45,754	55,520	26,120	1,205	63		
Фрикадельки мясные в соусе	100	164	9,780	9,850	8,960	0,076	0,530	20,700	53,760	157,790	21,066	1,662	305		
Рис отварной	120	210	3,651	5,375	36,684	0,026	0,000	27,000	1,365	60,945	16,335	0,527	332		
Компот из смеси сухофруктов	180	102	0,400	0,020	24,990	0,004	0,360	0,000	20,412	13,860	5,400	13,860	394		
Хлеб пшеничный	30	82	2,765	0,350	16,905	0,056	0,000	0,000	8,050	30,450	11,550	0,700			
Хлеб ржаной	30	52	1,980	0,360	10,020	0,027	0,000	0,000	5,400	27,600	6,000	0,870			
<b>Всего в обед</b>	<b>660</b>	<b>697</b>	<b>20,326</b>	<b>20,485</b>	<b>107,539</b>	<b>0,260</b>	<b>8,180</b>	<b>52,700</b>	<b>139,343</b>	<b>350,967</b>	<b>89,272</b>	<b>18,944</b>			
<b>ПОЛДНИК</b>															
Бутерброд с повидлом или сулунным молоком	55	156	2,490	3,930	27,560	0,050	0,100	0,000	10,900	0,000	0,000	0,870	2		
Чай черный с сахаром	200	42	0,067	0,022	10,507	0,000	0,033	0,000	0,353	0,013	0,010	0,001	411		
<b>Всего в полдник</b>	<b>255</b>	<b>198</b>	<b>2,557</b>	<b>3,952</b>	<b>38,067</b>	<b>0,050</b>	<b>0,133</b>	<b>0,000</b>	<b>11,253</b>	<b>0,013</b>	<b>0,010</b>	<b>0,871</b>			
<b>УЖИН</b>															
Запеканка из творога	200	496	35,150	24,148	34,369	0,100	0,481	90,180	295,189	469,537	48,525	1,383	251		
Соус молочный (сливочный)	50	50	0,967	2,268	6,637	0,007	0,167	14,007	31,331	25,373	3,862	0,057	369		
Кисель из смеси свежих ягод	180	108	0,110	0,040	16,916	0,002	3,050	0,000	13,840	9,480	2,720	0,206	396		
Хлеб пшеничный	20	71	2,370	0,300	14,490	0,048	0,000	0,000	6,900	26,100	9,900	0,600	0,00		
<b>Всего в ужин</b>	<b>450</b>	<b>725</b>	<b>38,597</b>	<b>26,756</b>	<b>72,411</b>	<b>0,157</b>	<b>3,698</b>	<b>104,187</b>	<b>347,260</b>	<b>530,490</b>	<b>65,007</b>	<b>2,245</b>			
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1895</b>	<b>2210</b>	<b>79,180</b>	<b>71,553</b>	<b>302,007</b>	<b>0,790</b>	<b>19,621</b>	<b>250,987</b>	<b>856,170</b>	<b>1309,246</b>	<b>406,558</b>	<b>28,609</b>			

## Примерное 10-ти дневное циклическое меню

День: 3

Сезон: осенне-летний

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)				Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептур
			Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe			
<b>ЗАВТРАК</b>															
Каша манная молочная с сахаром и маслом сливочным	200/5/5	288	8,390	8,410	43,520	0,086	2,180	52,000	204,854	184,725	30,386	0,619	182		
Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	91	2,850	2,410	14,360	0,019	1,170	18,003	110,682	83,016	12,900	0,099	414		
Булочки с маслом сливочным	30/10	136	2,450	7,550	14,620	0,050	0,000	20,000	9,300	11,250	2,100	0,620	1		
Всего в завтрак	430	515	13,690	18,370	72,500	0,155	3,350	90,003	324,836	278,991	45,386	1,338			
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>															
Напиток (сок) фруктовый или марска фруктовая	100	53	0,500	0,000	12,700	0,010	4,000	0,000	7,000	7,000	4,000	1,900			
Всего в завтрак	100	53	0,500	0,000	12,700	0,010	4,000	0,000	7,000	7,000	4,000	1,900			
<b>ОБЕД</b>															
Салат из кукурузы	30	30	0,860	1,850	2,410	0,030	2,790	0,000	5,600	17,330	5,860	0,200	12		
Суп с рыбными консервами	180	124	6,880	6,720	11,470	0,171	7,290	21,600	29,360	128,744	35,142	0,933	95		
Капуста тушеная	150	138	3,060	5,520	11,835	0,045	25,620	0,000	88,125	61,035	31,275	1,245	143		
Котлеты рубленые из курицы	60	189	6,573	7,867	13,307	0,089	0,667	111,067	51,360	256,347	29,760	2,385	322		
Напиток из плодов шиповника	180	79	0,610	0,250	18,670	0,013	90,000	0,000	11,100	3,060	3,060	0,540	399		
Хлеб пшеничный	20	82	2,765	0,350	16,905	0,056	0,000	0,000	8,050	30,450	11,550	0,700			
Хлеб ржаной	30	52	1,980	0,360	10,020	0,027	0,000	0,000	5,400	27,600	6,000	0,870			
Всего в обед	650	694	22,728	22,917	84,617	0,431	126,367	132,667	198,995	524,566	122,647	6,873			
<b>ПОЛДНИК</b>															
Пряники	50	147	1,994	2,108	34,218	0,050	0,000	28,056	8,567	30,411	10,321	0,618	489		
Кисломолочный продукт Разженка	200	76	4,350	3,750	6,300	0,030	0,450	30,000	186,000	138,000	21,000	0,150	420		
Всего в полдник	250	223	6,344	5,858	40,518	0,080	0,450	58,056	194,567	168,411	31,321	0,768			
<b>УЖИН</b>															
Салат из горошка зеленого консервированного	30	25	0,894	1,554	1,878	0,149	3,300	0,175	11,080	68,398	15,695	0,315	10		
Омлет натуральный	100	83	9,758	12,379	1,847	0,054	0,181	227,198	72,160	158,043	11,297	1,847	229		
Чай черный с сахаром	180	38	0,060	0,020	9,460	0,000	0,030	0,000	0,318	0,012	0,009	0,001	411		
Хлеб пшеничный	30	70	2,380	0,300	14,500	0,033	0,000	0,000	6,000	19,500	4,200	0,330	0		
Фрукт сезонный	110	62	0,560	0,560	13,720	0,042	14,000	0,000	22,400	15,400	12,600	3,080	386		
Всего в ужин	450	278	13,652	14,813	41,405	0,278	17,511	227,373	111,958	261,353	43,801	5,573			
Всего за день	1880	1763	56,914	61,958	251,740	0,954	151,678	508,099	937,356	1240,321	247,155	16,452			

**Примерное 10-ти дневное циклическое меню**

День: 4

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Применение пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептур
			Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Суп молочный с макаронными изделиями с сахаром и маслом сливочным</b>	200/5/5	135	5,750	5,210	18,840	0,035	0,910	36,000	172,968	141,920	22,160	0,400	100	
<b>Чай черный с молоком и сахаром</b>	180	89	2,670	2,340	14,310	0,018	1,200	18,400	111,638	83,732	12,889	0,093	413	
<b>Бутерброды с маслом сливочным и сыром</b>	30/5/10	138	5,168	6,578	14,543	0,037	0,068	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	3	
<b>Всего в завтрак</b>	<b>435</b>	<b>362</b>	<b>13,588</b>	<b>14,128</b>	<b>47,693</b>	<b>0,110</b>	<b>2,178</b>	<b>54,400</b>	<b>284,606</b>	<b>225,652</b>	<b>35,049</b>	<b>0,493</b>		
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>														
<b>Напиток (сок) фруктовый или нарезка фруктовая</b>	100	53	0,500	0,000	12,700	0,010	4,000	0,000	7,000	7,000	4,000	1,900		
<b>Всего в завтрак</b>	<b>100</b>	<b>53</b>	<b>0,500</b>	<b>0,000</b>	<b>12,700</b>	<b>0,010</b>	<b>4,000</b>	<b>0,000</b>	<b>7,000</b>	<b>7,000</b>	<b>4,000</b>	<b>1,900</b>		
<b>ОБЕД</b>														
<b>Салат из свежих овощей с яблоками</b>	30	5,34	0,17565	0,03	1,0929	0,00495	3,3705	0	4,92	4,383	2,6175	0,19275	36	
<b>Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)</b>	180	54	1,680	4,900	7,120	0,076	11,060	7,000	48,805	54,913	24,267	1,982	73	
<b>Каши рассыпчатая перловая с маслом сливочным</b>	120	124	4,457	4,340	28,689	0,041	0,000	21,000	19,275	154,905	18,990	0,866	330	
<b>Гуляш из отварного мяса</b>	80	84	1,420	5,410	1,960	0,040	0,600	16,000	29,200	124,200	27,200	1,150	293	
<b>Компот из кураги</b>	180	102	0,390	0,020	24,390	0,018	0,360	0,000	29,100	26,280	18,900	0,576	394	
<b>Хлеб пшеничный</b>	30	82	2,765	0,350	16,905	0,056	0,000	0,000	8,050	30,450	11,550	0,700		
<b>Хлеб ржаной</b>	30	52	1,980	0,360	10,020	0,027	0,000	0,000	5,400	27,600	6,000	0,870		
<b>Всего в обед</b>	<b>650</b>	<b>504</b>	<b>12,867</b>	<b>15,410</b>	<b>90,177</b>	<b>0,262</b>	<b>15,391</b>	<b>44,000</b>	<b>144,750</b>	<b>422,731</b>	<b>109,525</b>	<b>6,336</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>														
<b>Булочка "Российская"</b>	60	193	4,220	4,810	30,310	0,070	0,010	0,000	16,400	0,000	0,000	0,740	457	
<b>Сок фруктовый</b>	200	85	1,000	0,000	20,195	0,027	3,999	0,000	13,997	13,997	7,998	2,799	418	
<b>Всего в полдник</b>	<b>260</b>	<b>278</b>	<b>5,220</b>	<b>4,810</b>	<b>50,505</b>	<b>0,097</b>	<b>4,009</b>	<b>0,000</b>	<b>30,397</b>	<b>13,997</b>	<b>7,998</b>	<b>3,539</b>		
<b>УЖИН</b>														
<b>Суфле из рыбы</b>	80	129	10,610	7,320	3,290	0,080	0,140	34,000	40,900	174,200	22,300	0,740	284	
<b>Картофель отварной с маслом сливочным</b>	150	123	2,861	7,318	21,014	0,240	21,000	21,000	21,255	117,546	45,989	1,810	136	
<b>Компот из смеси свежих ягод</b>	180	82	0,270	0,110	19,940	0,008	23,220	0,028	10,454	9,088	8,537	0,358	393	
<b>Хлеб пшеничный</b>	30	105	3,958	0,501	24,198	0,080	0,000	0,000	11,523	43,587	16,533	1,002	0,00	
<b>Всего в ужин</b>	<b>440</b>	<b>439</b>	<b>17,699</b>	<b>15,249</b>	<b>68,442</b>	<b>0,408</b>	<b>44,360</b>	<b>55,028</b>	<b>84,132</b>	<b>344,421</b>	<b>93,359</b>	<b>3,910</b>		
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1885</b>	<b>1636</b>	<b>49,874</b>	<b>49,597</b>	<b>269,517</b>	<b>0,887</b>	<b>69,938</b>	<b>100,428</b>	<b>550,885</b>	<b>1013,801</b>	<b>249,931</b>	<b>10,179</b>		

## Примерное 10-ти дневное циклическое меню

День: 5

Сезон: осенне-летний

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)				Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептур
			Б	Ж	У	В	С	А	Са	Р	Mg	Fe			
<b>В П Р А К</b>															
Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом сливочным	200/5/5	167	3,590	4,900	30,260	0,150	0,000	23,000	13,100	94,000	32,900	1,100	199		
Какао с молоком и сахаром	180	107	3,670	3,190	15,820	0,024	1,430	22,000	135,960	113,200	23,900	0,500	416		
Бутерброды с маслом сливочным	30/10	136	2,450	7,550	14,620	0,050	0,000	20,000	9,300	11,250	2,100	0,620	1		
<b>Всего в завтрак</b>	<b>430</b>	<b>410</b>	<b>9,710</b>	<b>15,640</b>	<b>60,700</b>	<b>0,224</b>	<b>1,430</b>	<b>65,000</b>	<b>158,360</b>	<b>218,450</b>	<b>58,900</b>	<b>2,220</b>			
<b>В П О Д Н И К</b>															
Напиток (сок) фруктовый или нарезка фруктовая	100	53	0,500	0,000	12,700	0,010	4,000	0,000	7,000	7,000	4,000	1,900			
<b>Всего в завтрак</b>	<b>100</b>	<b>53</b>	<b>0,500</b>	<b>0,000</b>	<b>12,700</b>	<b>0,010</b>	<b>4,000</b>	<b>0,000</b>	<b>7,000</b>	<b>7,000</b>	<b>4,000</b>	<b>1,900</b>			
<b>О Б Е Д</b>															
Салат из соленых огурцов с луком	30	18	0,258	1,53	0,78	0,013	1,668	0	12,58	11,308	5,234	0,257	20		
Суп из овощей	180	56	0,870	1,850	5,318	0,058	8,300	0,000	27,880	39,420	16,600	0,620	99		
Плов из птицы	160	236	9,250	11,780	22,760	0,142	0,410	147,900	43,840	359,790	41,540	3,386	321		
Компот из яблок с вишней	180	88	0,140	0,140	21,490	0,012	1,550	0,000	7,078	4,495	3,677	0,899	390		
Хлеб пшеничный	30	82	2,765	0,350	16,905	0,056	0,000	0,000	8,050	30,450	11,550	0,700			
Хлеб ржаной	30	52	1,980	0,360	10,020	0,027	0,000	0,000	5,400	27,600	6,000	0,870			
<b>Всего в обед</b>	<b>610</b>	<b>532</b>	<b>15,263</b>	<b>16,010</b>	<b>77,273</b>	<b>0,308</b>	<b>11,928</b>	<b>147,900</b>	<b>104,828</b>	<b>473,063</b>	<b>84,601</b>	<b>6,732</b>			
<b>П О Л Д Н И К</b>															
Булочка "Школьная"	60	172	5,010	1,920	33,570	0,090	0,000	0,000	13,500	46,100	19,400	0,880	455		
Кисломолочный продукт Кефир	200	100	5,799	4,999	7,998	0,080	1,400	0,000	239,940	179,955	27,993	0,200	420		
<b>Всего в полдник</b>	<b>260</b>	<b>272</b>	<b>10,809</b>	<b>6,919</b>	<b>41,568</b>	<b>0,170</b>	<b>1,400</b>	<b>0,000</b>	<b>253,440</b>	<b>226,055</b>	<b>47,393</b>	<b>1,080</b>			
<b>У Ж И Н</b>															
Пудинг из творога	200	410	20,28	21,47	48,55	0,13	0,39	136,00	259,80	381,40	45,80	1,94	249		
Соус молочный (сладкий)	50	50	0,97	2,27	6,64	0,01	0,17	14,01	31,33	25,37	3,86	0,06	369		
Чай черный с сахаром и лимоном	180	41	0,12	0,02	10,20	0,00	2,63	0,00	3,52	1,77	0,97	0,05	412		
Хлеб пшеничный	30	71	2,370	0,300	14,490	0,048	0,000	0,000	6,900	26,100	9,900	0,600	0,00		
<b>Всего в ужин</b>	<b>460</b>	<b>572</b>	<b>23,737</b>	<b>24,054</b>	<b>79,872</b>	<b>0,187</b>	<b>3,182</b>	<b>150,007</b>	<b>301,549</b>	<b>434,645</b>	<b>60,531</b>	<b>2,646</b>			
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1860</b>	<b>1839</b>	<b>60,019</b>	<b>62,623</b>	<b>272,113</b>	<b>0,899</b>	<b>21,940</b>	<b>362,907</b>	<b>845,177</b>	<b>1389,213</b>	<b>255,425</b>	<b>14,578</b>			

# Примерное 10-ти дневное циклическое меню

День: 6

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)				Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептур
			Б	Ж	У	VI	C	A	Ca	P	Mg	Fe			
<b>ЗАВТРАК</b>															
Каша рисовая, молочная с сахаром и маслом сливочным	200/5/5	288	7,960	8,410	41,040	0,025	2,180	52,000	199,574	213,325	25,986	0,619	182		
Чай черный с сахаром	180	38	0,060	0,020	9,460	0,000	0,030	0,000	0,318	0,012	0,009	0,001	411		
Бутерброды с маслом сливочным	30/10	136	2,450	7,550	14,620	0,050	0,000	20,000	9,300	11,250	2,100	0,620	1		
<b>Всего в завтрак</b>	<b>430</b>	<b>462</b>	<b>10,470</b>	<b>15,980</b>	<b>65,120</b>	<b>0,075</b>	<b>2,210</b>	<b>72,000</b>	<b>209,192</b>	<b>224,587</b>	<b>28,095</b>	<b>1,240</b>			
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>															
Напиток (сок) фруктовый или нарезка фруктовая	100	53	0,500	0,000	12,700	0,010	4,000	0,000	7,000	7,000	4,000	1,900			
<b>Всего в завтрак</b>	<b>100</b>	<b>53</b>	<b>0,500</b>	<b>0,000</b>	<b>12,700</b>	<b>0,010</b>	<b>4,000</b>	<b>0,000</b>	<b>7,000</b>	<b>7,000</b>	<b>4,000</b>	<b>1,900</b>			
<b>ОБЕД</b>															
Салат из моркови	30	16	0,374	0,029	3,484	0,017	7,986	0,00	7,986	16,11	10,989	0,214	42		
Суп картофельный с крупой пшеницей	180	55	0,860	1,030	10,230	0,128	5,280	0,000	20,132	66,828	26,480	0,994	86		
Щицели рубленые	80	165	11,427	9,427	12,853	0,068	0,120	25,067	34,000	178,520	22,267	1,791	299		
Пюре гороховое	130	110	12,360	1,590	12,360	0,649	0,000	20,000	65,280	164,220	63,360	0,010	199		
Компот из смеси свежей ягоды	180	82	0,270	0,110	17,940	0,008	23,220	0,028	10,454	9,088	8,537	0,358	393		
Хлеб пшеничный	30	82	2,765	0,350	16,905	0,056	0,000	0,000	8,050	30,450	11,550	0,700			
Хлеб ржаной	30	52	1,980	0,360	10,020	0,027	0,000	0,000	5,400	27,600	6,000	0,870			
<b>Всего в обед</b>	<b>660</b>	<b>562</b>	<b>30,036</b>	<b>12,896</b>	<b>83,792</b>	<b>0,953</b>	<b>36,606</b>	<b>45,095</b>	<b>151,302</b>	<b>492,816</b>	<b>149,183</b>	<b>4,937</b>			
<b>ПОЛДНИК</b>															
Булочка "Дорожная"	50	181	3,390	6,980	26,070	0,060	0,000	0,000	9,300	32,100	13,100	0,600	453		
Сок фруктовый	200	136	0,600	0,400	32,592	0,040	3,999	0,000	39,990	23,994	17,996	0,800	418		
<b>Всего в полдник</b>	<b>250</b>	<b>317</b>	<b>3,990</b>	<b>7,380</b>	<b>58,662</b>	<b>0,100</b>	<b>3,999</b>	<b>0,000</b>	<b>49,290</b>	<b>56,094</b>	<b>31,096</b>	<b>1,400</b>			
<b>УЖИН</b>															
Рагу из овощей (с соусом томатным)	200/5	220	3,029	14,548	19,098	0,093	11,467	41,000	43,513	81,735	36,768	1,296	148		
Яйцо вареное	20	32	2,550	2,300	0,150	0,035	0,000	125,000	27,500	96,000	6,000	1,250	227		
Компот из смеси сухофруктов	200	133	0,662	0,090	32,014	0,012	0,726	0,000	32,480	23,440	17,460	0,698	394		
Хлеб пшеничный	50	118	3,958	0,501	24,198	0,080	0,000	0,000	11,523	43,587	16,533	1,002	0		
<b>Всего в ужин</b>	<b>475</b>	<b>502</b>	<b>10,199</b>	<b>17,439</b>	<b>75,460</b>	<b>0,220</b>	<b>12,193</b>	<b>166,000</b>	<b>115,016</b>	<b>244,762</b>	<b>76,761</b>	<b>4,246</b>			
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1915</b>	<b>1896</b>	<b>55,194</b>	<b>53,695</b>	<b>295,734</b>	<b>1,358</b>	<b>59,008</b>	<b>283,095</b>	<b>531,800</b>	<b>1025,259</b>	<b>289,154</b>	<b>13,723</b>			

# Примерное 10-ти дневное циклическое меню

День: 7

Сезон: осенне-летний

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)					Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					№ рецептур
			Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe						
<b>ЗАВТРАК</b>																		
Каша пшеничная молочная с сахаром и маслом сливочным	200/5/5	304	10,300	8,570	46,330	0,175	2,180	52,000	216,054	285,325	52,466	2,529	182					
Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	91	2,850	2,410	14,360	0,019	1,170	18,003	110,682	83,016	12,900	0,099	414					
Бутерброды с маслом сливочным и сыром	30/5/10	138	5,168	6,578	14,543	0,037	0,068	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	3					
<b>Всего в завтрак</b>	<b>435</b>	<b>533</b>	<b>18,318</b>	<b>17,558</b>	<b>75,233</b>	<b>0,231</b>	<b>3,418</b>	<b>70,003</b>	<b>326,736</b>	<b>368,341</b>	<b>65,366</b>	<b>2,628</b>						
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>																		
Напиток (сок) фруктовый или нарезка фруктовая	100	53	0,500	0,000	12,700	0,010	4,000	0,000	7,000	7,000	4,000	1,900						
<b>Всего в завтрак</b>	<b>100</b>	<b>53</b>	<b>0,500</b>	<b>0,000</b>	<b>12,700</b>	<b>0,010</b>	<b>4,000</b>	<b>0,000</b>	<b>7,000</b>	<b>7,000</b>	<b>4,000</b>	<b>1,900</b>						
<b>ОБЕД</b>																		
Огурец свежий	20	2	0,160	0,170	0,340	0,004	0,700	0,000	4,602	4,802	2,801	0,120	71					
Борщ со свежей капустой и картофелем (со сметаной и зеленью)	180	85	1,590	4,510	9,640	0,067	6,590	5,000	45,754	55,520	26,120	1,205	63					
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	130	143	4,764	3,657	22,855	0,075	0,000	16,774	9,373	39,566	7,045	0,713	335					
Оладьи из печени	55	164	9,340	11,280	3,820	0,130	47,630	3963,000	12,010	136,510	9,220	7,010	0					
Соус сметанный	30	24	0,529	1,499	2,107	0,008	0,401	10,140	8,772	8,814	2,937	0,119	373					
Напиток из плодов шиповника	180	79	0,610	0,250	18,670	0,013	90,000	0,000	11,100	3,060	3,060	0,540	399					
Хлеб пшеничный	35	82	2,765	0,350	16,905	0,056	0,000	0,000	8,050	30,450	11,550	0,700						
Хлеб ржаной	30	52	1,980	0,360	10,020	0,027	0,000	0,000	5,400	27,600	6,000	0,870						
<b>Всего в обед</b>	<b>660</b>	<b>632</b>	<b>21,738</b>	<b>22,076</b>	<b>84,357</b>	<b>0,380</b>	<b>145,321</b>	<b>3994,914</b>	<b>105,061</b>	<b>306,323</b>	<b>68,734</b>	<b>11,277</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>																		
Булочка домашняя	50	179	3,640	6,260	26,960	0,015	0,000	0,024	23,132	58,181	8,289	0,798	452					
Чай черный с сахаром	200	42	0,067	0,022	10,507	0,000	0,033	0,000	0,353	0,013	0,010	0,001	411					
<b>Всего в полдник</b>	<b>250</b>	<b>221</b>	<b>3,707</b>	<b>6,282</b>	<b>37,467</b>	<b>0,015</b>	<b>0,033</b>	<b>0,024</b>	<b>23,485</b>	<b>58,194</b>	<b>8,299</b>	<b>0,799</b>						
<b>УЖИН</b>																		
Пудинг из творога	200	383	20,710	16,140	36,500	0,097	0,290	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	249					
Соус молочный (сладкий)	50	30	0,580	1,360	3,980	0,004	0,100	8,400	18,789	15,216	2,316	0,034	369					
Кисель из вишни	180	108	0,110	0,040	16,916	0,002	3,050	0,000	13,840	9,480	2,720	0,206	396					
Хлеб пшеничный	30	71	2,370	0,300	14,490	0,048	0,000	0,000	6,900	26,100	9,900	0,600	0					
<b>Всего в ужин</b>	<b>460</b>	<b>592</b>	<b>23,770</b>	<b>17,840</b>	<b>71,886</b>	<b>0,151</b>	<b>3,440</b>	<b>8,400</b>	<b>39,529</b>	<b>50,796</b>	<b>14,936</b>	<b>0,840</b>						
<b>Всего за день</b>	<b>1905</b>	<b>2031</b>	<b>68,033</b>	<b>63,756</b>	<b>281,643</b>	<b>0,787</b>	<b>156,013</b>	<b>4073,341</b>	<b>501,811</b>	<b>790,654</b>	<b>161,335</b>	<b>17,444</b>						



# Примерное 10-ти дневное циклическое меню

День: 8

Сезон: осенне-летний

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				№ рецептур
			Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>													
Какао с молоком и сахаром	200/5/5	288	9,390	8,410	43,520	0,086	2,180	52,000	204,854	184,725	30,386	0,619	182
Какао с молоком и сахаром	180	107	3,670	3,190	15,820	0,024	1,430	22,000	135,960	113,200	23,900	0,500	416
Бутерброды с маслом сливочным	30/10	136	2,450	7,550	14,620	0,050	0,000	20,000	9,300	11,250	2,100	0,620	1
<b>Всего в завтрак</b>	<b>430</b>	<b>531</b>	<b>15,510</b>	<b>19,150</b>	<b>73,960</b>	<b>0,160</b>	<b>3,610</b>	<b>94,000</b>	<b>350,114</b>	<b>309,175</b>	<b>56,386</b>	<b>1,739</b>	
<b>ОБЕД</b>													
Напиток (сок) фруктовый или нарезка фруктовая	100	53	0,500	0,000	12,700	0,010	4,000	0,000	7,000	7,000	4,000	1,900	
<b>Всего в обед</b>	<b>100</b>	<b>53</b>	<b>0,500</b>	<b>0,000</b>	<b>12,700</b>	<b>0,010</b>	<b>4,000</b>	<b>0,000</b>	<b>7,000</b>	<b>7,000</b>	<b>4,000</b>	<b>1,900</b>	
<b>УЖИН</b>													
Салат из свеклы	30	28,2	0,426	1,824	2,508	0,007	2,85	0	13,498	15,722	8,026	0,511	34
Суп картофельный с мучными клецками	180	105	1,846	3,674	9,034	0,084	4,600	16,840	26,720	57,780	20,280	0,000	91
Пшеница тушеная в соусе с овощами	160	169	13,180	11,410	2,280	0,375	0,015	66,000	55,950	161,250	21,900	1,635	318
Компот из кураги	180	102	0,390	0,020	21,390	0,018	0,360	0,000	29,100	26,280	18,900	0,576	394
Хлеб пшеничный	35	82	2,765	0,350	16,905	0,056	0,000	0,000	8,050	30,450	11,550	0,700	
Хлеб ржаной	30	52	1,980	0,360	10,020	0,027	0,000	0,000	5,400	27,600	6,000	0,870	0
<b>Всего в ужин</b>	<b>615</b>	<b>538</b>	<b>20,587</b>	<b>17,638</b>	<b>62,137</b>	<b>0,567</b>	<b>7,825</b>	<b>82,840</b>	<b>138,718</b>	<b>319,082</b>	<b>86,656</b>	<b>4,292</b>	
<b>ПОСЛЕУЖИНА</b>													
Фрукт сезонный	140	62	0,560	0,560	13,720	0,042	14,000	0,000	22,400	15,400	12,600	3,080	386
Булочка "Школьная"	50	172	5,010	1,920	33,570	0,090	0,000	0,000	13,500	46,100	19,400	0,880	455
Кисломолочный продукт Снежок	150	59	2,100	1,875	8,250	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	420
<b>Всего в полдник</b>	<b>340</b>	<b>292</b>	<b>7,670</b>	<b>4,355</b>	<b>55,540</b>	<b>0,132</b>	<b>14,000</b>	<b>0,000</b>	<b>35,900</b>	<b>61,500</b>	<b>32,000</b>	<b>3,960</b>	
<b>УЖИН</b>													
Фрикадельки рыбные тушеные с томатным соусом	60/20	58	7,010	0,870	5,430	0,060	0,460	3,000	17,600	104,100	17,700	0,530	277
Рис отварной	150	210	3,651	5,375	36,684	0,026	0,000	27,000	1,365	60,945	16,335	0,527	332
Чай черный с сахаром	200	42	0,067	0,022	10,507	0,000	0,033	0,000	0,353	0,013	0,010	0,001	411
Хлеб пшеничный	30	70	2,380	0,300	14,500	0,033	0,000	0,000	6,000	19,500	4,200	0,330	
<b>Всего в ужин</b>	<b>460</b>	<b>380</b>	<b>13,108</b>	<b>6,567</b>	<b>67,121</b>	<b>0,119</b>	<b>0,493</b>	<b>30,000</b>	<b>25,318</b>	<b>184,558</b>	<b>38,245</b>	<b>1,388</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1945</b>	<b>1794</b>	<b>57,375</b>	<b>47,710</b>	<b>273,458</b>	<b>0,988</b>	<b>29,928</b>	<b>306,840</b>	<b>557,050</b>	<b>381,315</b>	<b>217,287</b>	<b>13,779</b>	

## Примерное 10-ти дневное циклическое меню

День: 9

Сезон: весенне-летний

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Энергетическая ценность (ккал)	Выход блюда (г)	Пищевые вещества (г)			Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				№ рецептур
			Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>													
Каши молочная "Геркулес" с сахаром и маслом сливочным	265	200/5/5	9,420	10,490	33,290	0,169	2,530	57,000	242,944	275,035	67,246	1,164	199
Чай черный с молоком и сахаром	89	180	2,670	2,340	14,310	0,018	1,200	18,400	111,638	83,732	12,889	0,093	413
Бутерброды с маслом сливочным	136	30/10	2,450	7,550	14,620	0,050	0,000	20,000	9,300	11,250	2,100	0,620	1
<b>Всего в завтрак</b>	<b>490</b>	<b>430</b>	<b>14,540</b>	<b>20,380</b>	<b>62,220</b>	<b>0,237</b>	<b>3,730</b>	<b>95,400</b>	<b>363,882</b>	<b>370,017</b>	<b>82,235</b>	<b>1,877</b>	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>													
Напиток (сок) фруктовый или нарезка фруктовая	53	100	0,500	0,000	12,700	0,010	4,000	0,000	7,000	7,000	4,000	1,900	
<b>Всего в завтрак</b>	<b>53</b>	<b>100</b>	<b>0,500</b>	<b>0,000</b>	<b>12,700</b>	<b>0,010</b>	<b>4,000</b>	<b>0,000</b>	<b>7,000</b>	<b>7,000</b>	<b>4,000</b>	<b>1,900</b>	
<b>ОБЕД</b>													
Винегрет	28	30	0,408	1,854	2,532	0,024	3,078	0,000	11,791	17,344	7,798	0,338	46
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной и зеленью)	54	180	1,680	4,900	7,120	0,076	11,060	7,000	48,805	54,913	24,267	1,982	73
Тертая мясная в соусе	159	100	8,180	9,400	10,340	0,071	0,460	32,000	45,175	175,640	21,461	1,847	304
Каши гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	201	120	7,010	4,278	30,523	0,262	0,000	17,333	14,354	182,328	121,404	4,083	330
Компот из смеси сухофруктов	102	180	0,400	0,020	24,990	0,004	0,360	0,000	20,412	13,860	5,400	13,860	394
Хлеб пшеничный	82	35	2,765	0,350	16,905	0,056	0,000	0,000	8,050	30,450	11,550	0,700	
Хлеб ржаной	52	30	1,980	0,360	10,020	0,027	0,000	0,000	5,400	27,600	6,000	0,870	
<b>Всего в обед</b>	<b>678</b>	<b>675</b>	<b>22,423</b>	<b>21,162</b>	<b>102,430</b>	<b>0,520</b>	<b>14,958</b>	<b>56,333</b>	<b>153,987</b>	<b>502,135</b>	<b>197,880</b>	<b>23,680</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>													
Печенье	174	50	3,240	6,160	25,840	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0
Сок фруктовый	85	200	1,000	0,000	20,195	0,027	3,999	0,000	13,997	13,997	7,998	2,799	418
<b>Всего в полдник</b>	<b>259</b>	<b>250</b>	<b>4,240</b>	<b>6,160</b>	<b>46,035</b>	<b>0,027</b>	<b>3,999</b>	<b>0,000</b>	<b>13,997</b>	<b>13,997</b>	<b>7,998</b>	<b>2,799</b>	
<b>УЖИН</b>													
Запеканка из творога	496	200	35,150	24,148	34,369	0,100	0,481	90,180	295,189	469,537	48,525	1,383	251
Суп молочный (сладкий)	50	50	0,967	2,268	6,637	0,007	0,167	14,007	31,331	25,373	3,862	0,057	369
Компот из яблок с вишней	88	180	0,140	0,140	21,490	0,012	1,550	0,000	7,078	4,495	3,677	0,899	390
Хлеб пшеничный	71	30	2,370	0,300	14,490	0,048	0,000	0,000	6,900	26,100	9,900	0,600	0
<b>Всего в ужин</b>	<b>704</b>	<b>460</b>	<b>38,627</b>	<b>26,856</b>	<b>76,985</b>	<b>0,167</b>	<b>2,198</b>	<b>104,187</b>	<b>340,498</b>	<b>525,505</b>	<b>65,964</b>	<b>2,938</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>2185</b>	<b>1915</b>	<b>80,330</b>	<b>74,558</b>	<b>300,370</b>	<b>0,961</b>	<b>28,885</b>	<b>255,920</b>	<b>879,363</b>	<b>1418,653</b>	<b>358,077</b>	<b>33,195</b>	

**Примерное 10-ти дневное циклическое меню**

День: 10

Сезон: осенне-летний

Возрастная категория: 1,5-3 лет

Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Пищевые вещества (г)				Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептур
			Б	Ж	У	В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe			
<b>ЗАВТРАК</b>															
Каша ячневая молочная с сахаром и маслом сливочным	200/5/5	279	9,260	8,540	41,250	0,143	2,180	52,000	212,774	298,245	44,466	0,971	182		
Кофейный напиток с молоком и сахаром	180	91	2,850	2,410	14,360	0,019	1,170	18,003	110,682	83,016	12,900	0,099	414		
Бутерброды с маслом сливочным	30/10	136	2,450	7,550	14,620	0,050	0,000	20,000	9,300	11,250	2,100	0,620	1		
<b>Всего в завтрак</b>	<b>430</b>	<b>506</b>	<b>14,560</b>	<b>18,500</b>	<b>70,230</b>	<b>0,212</b>	<b>3,350</b>	<b>90,003</b>	<b>332,756</b>	<b>392,511</b>	<b>59,466</b>	<b>1,690</b>			
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>															
Напиток (сок) фруктовый или нарезка фруктов	100	53	0,500	0,000	12,700	0,010	4,000	0,000	7,000	7,000	4,000	1,900			
<b>Всего в завтрак</b>	<b>100</b>	<b>53</b>	<b>0,500</b>	<b>0,000</b>	<b>12,700</b>	<b>0,010</b>	<b>4,000</b>	<b>0,000</b>	<b>7,000</b>	<b>7,000</b>	<b>4,000</b>	<b>1,900</b>			
<b>ОБЕД</b>															
Салат из горюшка зеленого консервированного	30	25	0,894	1,554	1,878	0,149	3,300	0,175	11,080	68,398	15,695	0,315	10		
Рассольник "Ленинградский" (с перловой крупой со сметаной)	180	75	1,023	3,260	10,264	0,050	5,370	5,000	17,510	73,950	26,606	0,680	79		
Рыба запеченная в оклете	80	141	19,050	5,450	3,860	0,176	0,480	0,000	66,600	0,000	0,000	1,580	263		
Шюре картофельное	130	124	2,085	3,250	17,258	0,210	18,160	25,740	47,037	122,322	42,648	1,573	339		
Компот из смеси свежей ягоды	180	82	0,270	0,110	19,940	0,008	23,220	0,028	10,454	9,088	8,537	0,358	393		
Хлеб пшеничный	35	82	2,765	0,350	16,905	0,056	0,000	0,000	8,050	30,450	11,550	0,700			
Хлеб ржаной	30	52	1,980	0,360	10,020	0,027	0,000	0,000	5,400	27,600	6,000	0,870			
<b>Всего в обед</b>	<b>665</b>	<b>581</b>	<b>28,067</b>	<b>14,334</b>	<b>80,125</b>	<b>0,676</b>	<b>50,530</b>	<b>30,943</b>	<b>166,131</b>	<b>331,808</b>	<b>111,036</b>	<b>6,076</b>			
<b>ПОЛДНИК</b>															
Булочка "Российская"	60	193	4,220	4,810	33,310	0,070	0,010	0,000	16,400	0,000	0,000	0,740	457		
Кисломолочный продукт Варенец	200	101	5,799	4,999	8,398	0,040	0,600	39,990	247,938	183,954	27,993	0,200	420		
<b>Всего в полдник</b>	<b>260</b>	<b>294</b>	<b>10,019</b>	<b>9,809</b>	<b>41,708</b>	<b>0,110</b>	<b>0,610</b>	<b>39,990</b>	<b>264,338</b>	<b>183,954</b>	<b>27,993</b>	<b>0,940</b>			
<b>УЖИН</b>															
Макаронны отварные, с сыром	200	291	12,38	13,34	30,27	0,07	0,19	95,98	139,43	146,63	33,19	1,52	220		
Чай черный с сахаром и лимоном	200	57	4,51	1,14	7,71	0,01	3,67	0,01	112,55	185,54	99,08	18,42	412		
Хлеб пшеничный	50	118	3,96	0,50	24,20	0,08	0,00	0,00	11,52	43,59	16,53	1,00	0,00		
Всего в ужин	450	465	20,851	14,984	62,181	0,157	3,857	95,986	263,505	375,757	148,805	20,942			
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1905</b>	<b>1900</b>	<b>73,997</b>	<b>57,627</b>	<b>266,944</b>	<b>1,165</b>	<b>62,346</b>	<b>256,922</b>	<b>1033,730</b>	<b>1291,030</b>	<b>351,300</b>	<b>31,548</b>			
<b>ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>	<b>18965</b>	<b>19155</b>	<b>637,919</b>	<b>599,387</b>	<b>2786,086</b>	<b>9,932</b>	<b>624,434</b>	<b>6709,011</b>	<b>6984,129</b>	<b>11332,959</b>	<b>2687,694</b>	<b>202,266</b>			
Среднее значение за период	1897	1915	64	60	279	1	62	671	698	1133	269	20			