

Объем продуктов по меню за 10 дней

Наименование продукта	По меню за 10 дней на 1 ребенка от 3 до 7 лет	По меню за 10 дней на 1 ребенка от 0 до 3 лет
молоко	2713,5	2336
кефир	910	700
Творог, не менее 5 %	363,8	307,8
Сметана, не более 15 %	115	111,5
Сыр твердый	62	41,6
мясо (говядина на кости)	293	293
Печень куриная	108	72
куры	506	407
рыба	165	148
сосиски говяжьи	67	-
яйцо куриное	3 шт.	3 шт.
картофель	1482	1162
овощи		
Свекла	151	110
Морковь	234	181,5
Лук	250,7	216
Огурцы	240	180
Огурцы соленые	19	11
помидоры	300	225
Капуста	701	596
Икра кабачковая	63,24	47,43
Томат-пюре	43	31,7
Фрукты сухие	90	78
яблоки	1000	1000
Соки фруктовые	800	800
Напитки витаминизированные	-	-
Хлеб ржано-пшеничный	500	400
Батон	550,25	521
крупы		
Пшено	60	48
Рис	148	127,6
Гречка	91	67
Перловка	33	28
Манка	33	27
Горох	20	12,2
Геркулес	40	24
мука пшеничная	295	246,15
макароны	123	82
масло сливочное	192,8	178,8
масло растительное	71,4	53,3
сахар	350,62	242,08
кофейный напиток	12	10
какао-порошок	6	5
чай	8	8
кондитерские изделия Зефир	100	100
дрожжи хлебопекарные	3,25	1,25
мука картофельная (крахмал)	2,88	2,48
соль пищевая поваренная	60	60
молоко сгущенное	60	30
лимонная кислота	0,92	0,82
консервы	40	26
повидло	34	24