

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий Детским садом № 36 «Искорка»

_____ Маселко О.В.

_____ 2023 г

**ОСНОВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
НА ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД 2022 - 2023 гг**

для детей от 3 до 7 лет

**Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 36» «Искорка» г. Феодосии Республики Крым»**

детский сад 10,5 часов пребывания



(1)	(), 300				()	
1:						
	80,0	5,30	3,92	26,45	172,20	205
	40,0	3,17	6,38	6,03	99,30	3
	0,5	3,90	3,60	0,21	47,70	213
	180,0	0,16	0,03	6,12	22,31	392
	: 300,50	12,53	13,93	38,81	341,51	
2:						
	75,0	0,39	0,07	7,47	34,37	399
	37,0	0,44	0,06	44,12	180,25	
	: 112,00	0,83	0,13	51,59	214,62	
:						
()	45,0	0,58	2,27	2,67	35,35	
	200,0	4,60	5,60	15,30	131,00	81
	150,0	12,90	14,02	24,20	276,00	273
	200,0	0,25	0,04	10,22	43,19	376
	35,0	1,56	0,19	9,42	46,70	
-	38,0	3,90	1,52	19,50	119,10	
	: 668,00	23,79	23,64	81,31	651,34	
:						
	90,0	20,06	13,32	47,90	383,67	229
	180,0	0,16	0,03	6,12	22,31	393
	60,0	3,19	2,80	4,50	60,32	469
	: 330,00	23,41	16,15	58,52	466,30	
:	1410,50	60,56	53,85	230,23	1673,77	

(2)	() , 300				()	
1:						
	200,0	4,92	7,39	18,10	159,60	94
	40,0	3,17	6,38	6,03	99,30	3
	200,0	4,07	3,63	13,04	96,90	395
	440,0	12,16	17,40	37,17	355,80	
2:						
	75,0	0,37	0,07	7,47	34,37	399
	100,0	1,35	0,45	18,96	86,60	368
	175,0	1,72	0,52	26,43	120,97	
:						
	200,0	2,30	8,10	11,50	135,90	58
/	55,0	15,80	14,10	2,15	200,00	282/305
	80,0	3,45	3,05	18,33	116,28	313
	200,0	0,25	0,04	10,22	43,19	376
-	38,0	3,90	1,52	19,50	119,10	
	573,0	25,70	26,81	61,70	614,47	
:						
	50,0	6,40	2,13	33,50	57,60	255
	100,0	1,86	2,40	15,08	92,10	318
	40,0	0,08	0,05	0,54	2,62	
	180,0	0,16	0,03	6,12	22,31	393
	35,0	1,56	0,19	9,42	46,70	
	405,0	10,06	4,80	64,66	221,33	
	1593,0	49,64	49,53	189,96	1312,57	

(3)	(), 300			()	
1:					
	200,0	4,06	4,80	14,88	136,60 92
	40,0	3,17	6,38	6,03	99,30 3
	200,0	4,07	3,63	13,04	96,90 395
	440,0	11,30	14,81	33,95	332,80
2:					
	100,0	1,35	0,45	18,96	86,60 368
	75,0	0,37	0,07	7,47	34,37 399
	175,0	1,72	0,52	26,43	120,97
:					
	200,0	3,11	9,60	16,80	173,00 56
	52,0	10,70	10,30	3,43	151,90 305
/	80,0	2,59	3,13	22,04	130,10 314
	200,0	0,25	0,04	10,22	43,19 376
	35,0	1,56	0,19	9,42	46,70
	60,0	0,66	3,40	3,80	54,20 18
-	38,0	3,90	1,52	19,50	119,10
	665,0	22,77	28,18	85,21	718,19
:					
	90,0	20,06	13,32	47,90	383,67 231
	200,0	3,23	2,99	12,90	94,50 401
	290,0	23,29	16,31	60,80	478,17
:	1570,0	59,08	59,82	206,39	1650,13

(4)	(), 300				()	
1:						
« »	200,0	6,12	6,78	28,80	199,20	180
	40,0	3,17	6,38	6,03	99,31	3
	200,0	4,07	3,63	13,04	96,90	395
:	440,0	13,36	16,79	47,87	395,41	
2:						
	100,0	1,35	0,45	18,96	86,60	368
	75,0	0,37	0,07	7,47	34,37	399
:	175,0	1,72	0,52	26,43	120,97	
:						
	60,0	1,05	2,08	4,81	39,20	18
	200,0	2,18	3,85	12,08	95,90	82
	60,0	10,14	11,98	1,72	157,30	288
	100,0	2,52	15,27	15,60	95,49	321
	200,0	0,25	0,04	10,22	43,19	376
	35,0	1,56	0,19	9,42	46,70	
:	655,0	17,70	33,41	53,85	477,78	
:						
	55,0	6,40	2,13	33,50	57,63	261
	150,0	1,72	2,04	11,40	74,30	45
-	38,0	3,90	1,52	19,50	119,10	
	180,0	0,16	0,03	6,12	22,31	393
:	423,0	12,18	5,72	70,52	273,34	
:	1693,0	44,96	56,44	198,67	1267,50	

(5)	(), 300				()	
1:						
	200,0	6,50	8,24	25,02	199,21	94
	40,0	3,17	6,38	6,03	99,30	3
	200,0	6,07	5,33	16,78	129,80	397
:	440,0	15,74	19,95	47,83	428,31	
2:						
	37,0	0,44	0,06	44,12	80,25	
	75,0	0,37	0,07	7,47	34,37	399
:	112,0	0,81	0,13	51,59	114,62	
:						
	200,0	6,35	7,48	12,44	14,79	87
(/)	150,0	12,67	16,21	14,63	254,40	298
	200,0	0,25	0,04	10,22	43,19	376
	35,0	1,56	0,19	9,42	46,70	
:	585,0	20,83	23,92	46,71	359,08	
:						
	85,0	1,25	6,08	6,86	86,67	215
	180,0	0,16	0,03	6,12	22,31	393
()	45,0	0,70	2,75	3,23	42,78	
-	40,0	3,90	1,52	19,50	119,10	
	60,0	3,19	2,80	4,50	60,32	469
:	410,0	9,20	13,18	40,21	331,18	
:	1547,0	46,58	57,18	186,34	1233,19	

(6)	(), 300				()	
1:						
	80,0	3,45	3,05	18,33	116,28	313
	30,0	1,04	3,76	6,14	67,65	1
(.)	45,0	0,70	2,75	3,23	42,78	
	180,0	0,16	0,03	6,12	22,31	393
:	335,0	5,35	9,59	33,82	249,02	
2:						
	75,0	0,37	0,07	7,47	34,37	399
	37,0	0,44	0,06	44,12	180,25	
:	112,0	0,81	0,13	51,59	214,62	
:						
	40,0	0,95	0,16	23,24	18,46	
	200,0	18,12	7,31	9,53	112,01	67
- (/)	150,0	10,70	12,90	16,90	231,16	276
	200,0	0,25	0,04	10,22	43,19	376
	35,0	1,56	0,19	9,42	46,70	
-	38,0	3,90	1,52	19,50	119,10	
:	663,0	35,48	22,12	88,81	570,62	
:						
	90,0	10,50	8,42	20,15	196,80	212
	180,0	0,16	0,03	6,12	22,31	393
:	270,0	10,66	8,45	26,27	219,11	
:	1380,0	52,30	40,29	200,49	1253,37	

(7)	(), 300				()	
1:						
	200,0	4,06	4,80	14,88	130,60	94
	40,0	3,17	6,38	6,03	99,30	3
	200,0	4,07	3,63	13,04	96,90	395
	440,0	11,30	14,81	33,95	326,80	
2:						
	75,0	0,37	0,07	7,47	34,37	399
	100,0	1,35	0,45	18,96	86,60	368
	175,0	1,72	0,52	26,43	120,97	
:						
	60,0	1,05	2,08	4,81	39,20	18
	200,0	4,10	5,80	15,34	130,59	85
	55,0	7,07	10,30	11,72	130,02	278
	80,0	3,16	1,90	17,60	106,90	313
	200,0	0,25	0,04	10,22	43,19	376
	35,0	1,56	0,19	9,42	46,70	
	630,0	17,19	20,31	69,11	496,60	
:						
	52,0	6,40	2,13	33,50	57,60	261
	100,0	2,40	2,20	14,75	90,70	321
	40,0	0,08	0,05	0,53	2,57	
-	38,0	3,90	1,52	19,50	119,00	
	180,0	0,16	0,03	6,12	22,30	393
	410,0	12,94	5,93	74,40	292,17	
:	1655,0	43,15	41,57	203,89	1236,54	

(8)	(), 300				()	
1:						
	200,0	4,92	7,39	18,10	159,60	93
	30,0	1,04	3,76	6,14	67,65	1
	200,0	4,07	3,63	13,04	36,90	395
	430,0	10,03	14,78	37,28	264,15	
2:						
	100,0	1,35	0,45	18,96	86,60	368
	75,0	0,37	0,07	7,47	34,37	399
	175,0	1,72	0,52	26,43	120,97	
:						
	200,0	1,79	5,90	9,22	95,31	71
	55,0	10,78	10,30	3,43	151,90	305
	60,0	0,66	3,40	3,80	54,20	54
	80,0	3,90	2,70	19,80	127,30	205
	200,0	0,25	0,04	10,22	43,20	376
	35,0	1,56	0,19	9,42	46,70	
-	38,0	3,90	1,52	19,50	119,10	
	668,0	22,84	24,05	75,39	637,71	
:						
	80,0	10,50	8,40	20,12	196,80	235
	200,0	10,68	5,40	22,68	173,90	401
	60,0	3,19	2,80	4,50	60,32	469
	340,0	24,37	16,60	47,30	431,02	
:	1613,0	58,96	55,95	186,40	1453,85	

(9)	(), 300				()	
1:						
	85,0	1,25	6,08	6,86	86,67	215
	40,0	0,95	0,16	23,24	18,46	
	40,0	3,17	6,38	6,03	99,30	3
	200,0	4,07	3,63	13,04	96,90	395
	: 365,0	9,44	16,25	49,17	301,33	
2:						
	75,0	0,37	0,07	7,47	34,37	399
	100,0	1,35	0,45	18,96	86,60	368
	: 175,0	1,72	0,52	26,43	120,97	
:						
/	200,0	1,60	2,40	14,80	91,22	80
	100,0	2,52	15,27	12,50	95,49	321
(/)	55,0	10,14	11,98	1,72	157,30	279
	40,0	0,08	0,05	0,53	2,57	
	200,0	0,25	0,04	10,22	43,19	376
	38,0	3,90	1,52	19,50	119,10	
	: 633,0	18,49	31,26	59,27	508,87	
:						
	55,0	9,50	4,60	2,90	91,11	255
	100,0	1,46	4,83	6,80	75,22	335
-	35,0	1,56	0,19	9,42	46,70	
	180,0	0,16	0,03	6,12	22,31	393
	: 370,0	12,68	9,65	25,24	235,34	
	: 1543,0	42,33	57,68	160,11	1166,51	

(10)	(), 300				()	
1:						
	200,0	4,80	6,05	19,30	150,40	95
	30,0	1,04	3,76	6,14	67,65	1
	200,0	4,07	3,63	13,04	96,90	395
	430,0	9,91	13,44	38,48	314,95	
2:						
	37,0	0,44	0,06	44,12	180,25	
	75,0	0,37	0,07	7,47	34,37	399
	112,0	0,81	0,13	51,59	214,62	
:						
	200,0	2,10	8,15	11,50	135,90	76
	55,0	15,80	14,10	2,15	200,00	282
	80,0	13,20	11,70	3,18	172,00	315
	40,0	0,90	0,15	0,54	17,38	
	200,0	0,25	0,04	10,22	43,19	376
-	38,0	3,90	1,52	19,50	119,10	
	35,0	1,59	0,19	9,42	46,70	
	648,0	37,74	35,85	56,51	734,27	
:						
	200,0	6,07	5,33	16,78	129,81	397
/	70,0	8,07	5,38	54,90	302,30	469
	270,0	14,14	10,71	71,68	432,11	
:	1460,0	62,60	60,13	218,26	1695,95	