

ЦИКЛИЧНОЕ Цикличное МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,0	7,6	12,2	133,9	0,83	0,06	0,12	0,05	0,08	110,61	103,44	22,30	0,48	184,93	9,00	0,00	0,01	189	2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	1,8	14,7	12,0	187,4	0,00	0,03	0,02	0,12	0,26	6,41	18,18	2,99	0,26	23,71	0,00	0,00	0,00	1	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,0	0,0	9,7	38,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,65	0,00	1,22	0,00	0,71	0,00	0,00	0,00	430	2008
Итого за прием пищи:	420	5,8	22,3	33,9	360,0	0,83	0,09	0,14	0,17	0,34	122,67	121,62	26,51	0,74	209,35	9,00	0,00	0,01		
II Завтрак																				
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	5,80	18,00	4,00	0,42	22,00	0,00	0,00	0,00		2008
СОК	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	120	2,0	2,1	24,8	126,4	2,00	0,03	0,01	0,00	0,00	12,80	25,00	8,00	1,82	22,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																				
ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	180	1,6	7,7	6,2	101,3	9,85	0,03	0,04	0,19	0,11	43,81	34,06	15,02	0,73	198,79	3,52	0,00	0,01	83	2008
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	150	8,3	9,7	33,5	254,7	1,97	0,05	0,07	0,33	0,08	17,41	109,76	31,72	1,08	193,89	3,74	0,01	0,06	304	2012
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	50	0,7	4,8	4,0	61,8	1,86	0,01	0,02	0,00	0,00	17,30	18,51	9,33	0,60	134,23	3,26	0,00	0,01	33	2012
КИСЕЛЬ	180	0,0	0,0	26,4	105,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,43	3,91	1,73	0,00	0,81	0,00	0,00	0,00	411	2008
ХЛЕБ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	58,05	0,00	0,00	0,01		2008
Итого за прием пищи:	605	14,0	22,5	92,7	630,1	13,68	0,16	0,15	0,52	0,19	99,30	204,04	72,65	3,31	585,77	10,52	0,01	0,09		
Полдник																				
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	60/5	13,1	16,4	5,8	226,8	0,16	0,03	0,15	0,05	0,04	108,69	135,03	14,52	0,32	101,85	1,74	0,02	0,02	231	2012
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	250	5,6	20,9	16,6	278,5	0,98	0,05	0,21	0,11	0,28	199,62	140,15	22,40	0,24	280,20	16,91	0,00	0,00	112	2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,0	0,0	14,7	59,8	0,86	0,00	0,00	0,00	0,00	7,68	1,07	1,80	0,05	9,66	0,00	0,00	0,00	431	2008
ХЛЕБ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008
Итого за прием пищи:	572	22,5	37,6	62,2	683,5	2,00	0,16	0,39	0,16	0,32	327,49	318,25	55,22	1,61	456,21	18,65	0,02	0,03		
Всего за день:		44,3	84,5	213,6	1 800,0	18,51	0,44	0,69	0,85	0,85	562,26	668,91	162,38	7,48	1 273,33	38,17	0,03	0,13		

2 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША "ДРУЖБА"	180	4,3	7,3	16,7	150,5	0,52	0,06	0,11	0,04	0,07	108,80	100,73	21,37	0,39	171,90	9,47	0,00	0,01	190	2008	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35/5	1,1	5,2	17,7	120,5	6,00	0,02	0,01	0,03	0,09	6,40	11,83	3,80	0,22	33,95	0,00	0,00	0,00	2	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	10,1	89,0	0,57	0,03	0,12	0,02	0,00	117,83	90,99	20,69	0,48	191,17	9,90	0,00	0,00	397	2012	
Итого за прием пищи:	400	9,0	16,2	44,5	360,0	7,09	0,11	0,24	0,09	0,16	233,03	203,55	45,86	1,09	397,02	19,37	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,20	7,20	2,00	0,30	28,00	0,00	0,00	0,00		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	100/10	0,0	0,0	4,8	19,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,23	0,00	0,70	0,00	0,38	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	130	0,6	0,7	20,3	90,0	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	6,43	7,20	2,70	0,30	28,38	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б	180	1,8	2,1	13,9	81,8	6,95	0,08	0,05	0,15	0,00	17,75	49,88	21,36	0,86	489,99	4,65	0,00	0,03	77	2012	
РЫБА ТУШЕНАЯ	70	6,2	8,0	0,0	96,4	0,16	0,03	0,02	0,00	0,00	10,94	75,64	10,97	0,19	135,40	53,73	0,01	0,25	242	2012	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	5,9	6,3	37,8	231,8	0,00	0,07	0,02	0,03	0,11	10,15	44,29	7,95	1,00	68,95	0,83	0,01	0,01	317	2012	
САЛАТ МОРКОВНЫЙ С ЗЕЛ. ГОРОШ.	50	0,7	6,4	3,4	74,1	1,08	0,02	0,03	0,96	0,00	23,90	25,82	17,06	0,46	99,01	2,40	0,00	0,02	41	2012	
КОМПОТ	180	0,0	0,0	12,5	49,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,63	0,00	1,64	0,00	0,94	0,00	0,00	0,01	376	2012	
ХЛЕБ	45	3,1	0,3	20,3	95,9	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,32	34,02	13,37	0,81	52,25	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	655	17,7	23,1	87,9	629,9	8,19	0,26	0,14	1,14	0,11	79,69	229,65	72,35	3,32	846,54	61,61	0,02	0,33			
Полдник																					
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	250	8,5	25,6	25,9	364,1	0,53	0,09	0,25	0,13	0,33	236,63	209,53	57,31	1,34	392,01	20,37	0,00	0,00	94	2012	
ЙОГУРТ	200	10,0	6,4	17,0	174,0	1,20	0,06	0,30	0,05	0,00	238,00	192,00	28,00	0,20	280,00	18,00	0,00	0,04		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,0	0,0	15,9	63,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,76	0,00	1,22	0,00	0,90	0,00	0,00	0,00	430	2008	
ХЛЕБ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	700	22,3	32,3	83,9	720,0	1,73	0,23	0,58	0,18	0,33	491,89	443,53	103,03	2,54	737,41	38,37	0,00	0,05			
Всего за день:		49,6	72,3	236,6	1 799,9	17,01	0,61	0,97	1,41	0,60	811,04	883,93	223,94	7,25	2 009,35	119,35	0,02	0,39			

3 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,1	7,4	27,7	202,3	0,42	0,13	0,10	0,04	0,08	96,87	130,79	35,49	1,02	190,17	8,74	0,00	0,01	184	2008	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	2,1	7,4	13,9	130,6	0,00	0,03	0,02	0,06	0,12	6,09	19,07	3,51	0,29	26,04	0,00	0,00	0,00	1	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,0	0,0	6,8	27,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,59	0,00	1,22	0,00	0,62	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	420	8,2	14,8	48,4	360,0	0,42	0,16	0,12	0,10	0,20	108,55	149,86	40,22	1,31	216,83	8,74	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	5,80	18,00	4,00	0,42	22,00	0,00	0,00	0,00		2008	
СОК	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
Итого за прием пищи:	120	2,0	2,1	24,8	126,4	2,00	0,03	0,01	0,00	0,00	12,80	25,00	8,00	1,82	22,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	180	1,7	6,9	7,9	101,2	6,35	0,04	0,05	0,21	0,00	37,34	39,06	19,09	0,89	280,36	5,22	0,00	0,02	57	2012	
КУРИНОЕ МЯСО С ПОДЛИВОЙ	70	5,7	9,9	4,3	129,4	0,85	0,03	0,04	0,26	0,00	14,21	51,68	10,29	0,60	101,70	2,66	0,01	0,04	302	2012	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	5,8	18,5	137,9	9,00	0,11	0,09	0,03	0,09	31,50	73,20	25,26	1,03	661,01	7,32	0,00	0,03	321	2012	
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	50	0,5	6,2	1,8	65,3	3,34	0,02	0,02	0,03	0,00	8,32	15,48	7,28	0,43	104,78	1,19	0,00	0,00		2012	
КИСЕЛЬ	180	0,0	0,0	25,4	101,5	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,39	3,89	1,73	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	411	2008	
ХЛЕБ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	650	13,7	29,0	78,0	630,0	19,54	0,26	0,22	0,53	0,09	110,96	216,91	76,85	3,75	1 200,23	16,39	0,01	0,10			
Полдник																					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,8	9,5	38,9	260,3	0,00	0,06	0,03	0,00	0,02	11,34	39,95	7,25	0,45	62,37	0,89	0,01	0,01	469	2012	
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	250	6,2	17,6	21,2	269,6	0,98	0,06	0,21	0,09	0,22	197,04	153,46	27,09	0,28	288,28	17,04	0,00	0,01	90	2012	
КОМПОТ	200	0,0	0,0	15,5	61,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,51	0,00	1,83	0,00	1,09	0,00	0,00	0,01	376	2012	
ХЛЕБ	45	3,0	0,4	19,1	91,8	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	8,10	39,15	8,55	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	555	14,0	27,5	94,7	683,6	0,98	0,20	0,28	0,09	0,24	224,99	232,56	44,72	2,53	412,94	20,45	0,01	0,03			
Всего за день:		37,9	73,4	245,9	1 800,0	22,94	0,65	0,63	0,72	0,53	457,30	624,33	169,79	9,41	1 852,00	45,58	0,02	0,14			

4 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША МАННАЯ	180	4,6	4,9	26,1	165,8	0,21	0,05	0,06	0,02	0,06	52,76	56,16	11,09	0,35	104,67	3,64	0,00	0,01	416	2012	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/5	2,9	6,4	10,3	111,0	0,02	0,02	0,02	0,05	0,08	49,28	37,95	4,28	0,26	24,43	0,00	0,00	0,00	1	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	3,4	9,6	83,2	0,52	0,03	0,11	0,02	0,00	108,04	83,79	19,66	0,48	176,60	9,00	0,00	0,00	397	2012	
Итого за прием пищи:	400	10,8	14,7	46,0	360,0	0,75	0,10	0,19	0,09	0,14	210,08	177,90	35,03	1,09	305,70	12,64	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,20	7,20	2,00	0,30	28,00	0,00	0,00	0,00		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	100/10	0,0	0,0	4,8	19,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,23	0,00	0,70	0,00	0,38	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	130	0,6	0,7	20,3	90,0	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	6,43	7,20	2,70	0,30	28,38	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
СУП ИЗ КРАСНОЙ ФАСОЛИ НА М/Б	180	7,5	3,6	19,2	141,7	6,26	0,15	0,07	0,04	0,05	65,89	164,70	40,17	2,13	509,79	1,20	0,01	0,03	104	2008	
ПЛОВ С МЯСОМ	150	13,0	12,9	25,4	270,0	0,40	0,05	0,08	0,16	0,00	12,93	141,18	29,13	1,70	251,23	5,27	0,00	0,05	265	2008	
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ	60	0,9	5,9	2,6	67,5	8,74	0,01	0,02	0,00	0,00	24,05	16,81	7,67	0,49	97,87	1,60	0,00	0,01		2012	
КОМПОТ	180	0,0	0,0	14,0	56,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,66	0,00	1,64	0,00	0,98	0,00	0,00	0,01	376	2012	
ХЛЕБ	40	3,1	0,2	20,1	94,7	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,20	33,60	13,20	0,80	51,60	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	610	24,5	22,6	81,3	630,0	15,40	0,27	0,19	0,20	0,05	119,73	356,29	91,81	5,12	911,47	8,07	0,01	0,11			
Полдник																					
БАНАН	200	2,1	0,7	29,4	134,4	14,00	0,06	0,07	0,04	0,00	11,20	39,20	58,80	0,84	487,20	0,00	0,00	0,00		2008	
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С ТВОРОГОМ	200/30	22,6	28,3	17,2	418,7	0,23	0,06	0,25	0,15	0,45	166,20	226,48	24,26	0,70	162,31	1,43	0,03	0,04		2012	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,0	0,0	18,9	76,9	0,86	0,00	0,00	0,00	0,00	7,76	1,07	1,80	0,05	9,79	0,00	0,00	0,00	431	2008	
Итого за прием пищи:	637	24,7	29,0	65,5	630,0	15,09	0,12	0,32	0,19	0,45	185,16	266,75	84,86	1,59	659,30	1,43	0,03	0,04			
Всего за день:		60,6	67,0	213,1	1 710,0	31,24	0,50	0,71	0,48	0,64	521,40	808,14	214,40	8,10	1 904,85	22,14	0,04	0,16			

5 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,2	6,2	25,2	182,0	0,52	0,09	0,13	0,03	0,05	118,35	143,69	28,22	1,30	216,04	9,00	0,02	0,00	189	2008	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	1,9	9,0	12,9	140,3	0,00	0,03	0,02	0,07	0,15	5,95	18,15	3,25	0,27	24,50	0,00	0,00	0,00	1	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,0	0,0	9,5	37,9	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,64	0,00	1,22	0,00	0,70	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	420	8,1	15,2	47,6	360,2	0,52	0,12	0,15	0,10	0,20	129,94	161,84	32,69	1,57	241,24	9,00	0,02	0,00			
II Завтрак																					
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	5,80	18,00	4,00	0,42	22,00	0,00	0,00	0,00		2008	
СОК	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
Итого за прием пищи:	120	2,0	2,1	24,8	126,4	2,00	0,03	0,01	0,00	0,00	12,80	25,00	8,00	1,82	22,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
РАССОЛЬНИК ПЕРЛОВОЙ НА К/Б	180	1,6	4,0	12,0	90,5	4,91	0,06	0,04	0,13	0,00	21,34	48,09	18,09	0,74	351,34	3,24	0,00	0,02	73	2012	
КУРИНОЕ ФИЛЕ С ПОДЛИВОЙ	60	5,0	7,1	3,3	96,9	1,79	0,03	0,04	0,11	0,00	9,22	47,29	9,40	0,57	162,72	2,74	0,00	0,03	308	2008	
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	4,7	33,3	204,7	0,00	0,19	0,10	0,02	0,05	19,11	162,33	109,07	3,82	228,91	1,98	0,00	0,01	181	2008	
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	50	0,5	2,2	1,8	29,5	3,34	0,02	0,02	0,03	0,00	8,32	15,40	7,28	0,43	104,78	1,19	0,00	0,00		2012	
КИСЕЛЬ	180	0,1	0,1	25,1	101,7	1,80	0,01	0,00	0,00	0,00	4,50	7,20	1,80	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	411	2008	
ХЛЕБ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	58,05	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	645	18,0	18,4	98,1	629,9	11,84	0,38	0,22	0,29	0,05	72,84	318,11	160,49	6,82	905,80	9,15	0,00	0,07			
Полдник																					
ОЛАДЫ СО СМЕТАНОЙ	60	3,2	13,5	23,1	227,1	0,02	0,04	0,03	0,05	0,12	19,72	32,63	5,31	0,31	54,90	2,13	0,01	0,01	449	2012	
СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	5,4	12,2	18,5	206,9	0,68	0,05	0,15	0,07	0,15	139,79	107,65	17,62	0,41	211,28	11,94	0,00	0,00	112	2008	
КОМПОТ	200	0,6	0,1	31,7	131,0	0,00	0,02	0,00	0,01	0,00	21,00	23,00	16,00	0,70	0,00	0,00	0,00	0,00	402	2008	
ХЛЕБ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	510	13,0	26,1	98,4	683,4	0,70	0,19	0,21	0,13	0,27	192,01	205,28	55,43	2,42	330,68	14,07	0,01	0,02			
Всего за день:			41,1	61,8	268,9	1 799,9	15,06	0,72	0,59	0,52	0,52	407,59	710,23	256,61	12,63	1 499,72	32,22	0,03	0,09		

6 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША "ДРУЖБА"	180	4,1	6,4	16,2	139,0	0,48	0,05	0,11	0,03	0,06	100,93	95,41	20,46	0,38	161,22	8,83	0,00	0,01	190	2008	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35/5	1,7	4,8	18,9	124,3	4,12	0,03	0,01	0,04	0,08	7,05	16,90	4,30	0,28	35,41	0,00	0,00	0,00	2	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3,7	12,0	96,7	0,57	0,03	0,12	0,02	0,00	117,87	90,99	20,69	0,48	191,23	9,90	0,00	0,00	397	2012	
Итого за прием пищи:	400	9,4	14,9	47,1	360,0	5,17	0,11	0,24	0,09	0,14	225,85	203,30	45,45	1,14	387,86	18,73	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,4	70,6	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,19	7,18	2,00	0,30	27,93	0,00	0,00	0,00		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	100/10	0,0	0,0	4,8	19,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,23	0,00	0,70	0,00	0,38	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	130	0,6	0,7	20,2	90,0	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	6,42	7,18	2,70	0,30	28,31	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
ЩИ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б	180	1,6	3,3	6,8	64,5	8,72	0,04	0,04	0,20	0,00	36,41	35,01	16,16	0,70	244,01	3,84	0,00	0,02	67	2012	
КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	70	10,7	9,7	11,6	176,1	0,10	0,05	0,08	0,01	0,03	27,75	112,75	18,11	1,63	212,24	4,97	0,00	0,02	305	2012	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	4,6	30,1	180,5	0,00	0,06	0,02	0,02	0,08	8,03	35,21	6,34	0,80	54,87	0,66	0,01	0,01	209	2008	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	50	0,6	3,5	3,2	46,9	1,51	0,01	0,01	0,00	0,00	14,51	15,06	7,57	0,49	108,31	2,63	0,00	0,01	48	2008	
КОМПОТ	180	0,0	0,0	13,8	55,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,91	0,00	1,70	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	402	2008	
ХЛЕБ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	58,05	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	655	21,0	21,4	88,1	629,9	10,33	0,23	0,17	0,23	0,11	104,96	235,83	64,73	4,52	678,48	12,10	0,01	0,07			
Полдник																					
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ	60	9,6	14,5	58,8	403,1	1,79	0,13	0,07	0,01	0,11	25,36	91,16	18,23	1,12	238,27	3,39	0,02	0,02	454	2012	
СУП МОЛОЧНЫЙ ГРЕЧНЕВЫЙ	200	5,3	8,5	13,4	152,8	0,78	0,07	0,18	0,04	0,07	157,85	132,65	33,40	0,69	253,77	13,79	0,00	0,00	90	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62,0	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,00	10,00	5,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	431	2008	
ХЛЕБ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	517	18,5	23,5	108,6	719,9	5,57	0,29	0,29	0,05	0,18	200,21	277,31	66,13	4,81	560,04	19,98	0,02	0,02			
Всего за день:		49,5	60,5	264,0	1 799,8	21,07	0,64	0,71	0,37	0,43	537,44	723,62	179,01	10,77	1 654,69	50,81	0,03	0,10			

7 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,1	5,3	25,1	173,3	0,50	0,09	0,13	0,03	0,04	114,35	140,57	27,95	1,30	209,56	8,59	0,02	0,00	189	2008	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	1,9	9,0	12,9	140,3	0,00	0,03	0,02	0,07	0,15	5,95	18,15	3,25	0,27	24,50	0,00	0,00	0,00	1	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,0	0,0	11,6	46,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,68	0,00	1,22	0,00	0,77	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	420	8,0	14,3	49,6	360,0	0,50	0,12	0,15	0,10	0,19	125,98	158,72	32,42	1,57	234,83	8,59	0,02	0,00			
II Завтрак																					
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	5,80	18,00	4,00	0,42	22,00	0,00	0,00	0,00		2008	
СОК	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
Итого за прием пищи:	120	2,0	2,1	24,8	126,4	2,00	0,03	0,01	0,00	0,00	12,80	25,00	8,00	1,82	22,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
СУП С ВЕРМИШЕЛЮ НА К/Б	200	2,2	4,3	15,1	108,6	4,11	0,06	0,04	0,19	0,08	19,13	39,40	16,14	0,75	292,28	3,01	0,00	0,02	101	2008	
КУРИНОЕ МЯСО С ПОДЛИВОЙ	70	5,7	9,8	4,3	128,6	0,85	0,03	0,04	0,26	0,00	14,22	51,72	10,29	0,60	101,76	2,66	0,01	0,04	302	2012	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	5,0	18,5	130,7	9,00	0,11	0,09	0,03	0,08	31,07	72,98	25,24	1,03	660,85	7,32	0,00	0,03	321	2012	
ВИНЕГРЕТ	50	0,7	3,2	4,1	48,1	2,05	0,02	0,02	0,15	0,00	12,06	20,23	9,33	0,43	141,91	1,92	0,00	0,01	45	2012	
КИСЕЛЬ	180	0,0	0,0	26,8	107,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,42	3,89	1,73	0,00	0,83	0,00	0,00	0,00	411	2008	
ХЛЕБ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	58,05	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	675	14,7	22,6	91,4	629,9	16,01	0,29	0,21	0,63	0,16	97,25	226,02	77,58	3,71	1 255,68	14,91	0,01	0,11			
Полдник																					
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,5	9,4	38,1	254,9	0,00	0,06	0,02	0,00	0,02	10,87	37,64	6,82	0,42	58,77	0,85	0,01	0,01	469	2012	
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	4,8	14,3	14,2	206,2	0,78	0,04	0,17	0,08	0,18	157,92	120,65	20,94	0,22	228,97	13,61	0,00	0,00	90	2012	
КОМПОТ	200	0,5	0,2	27,3	115,8	4,00	0,02	0,02	0,01	0,00	33,11	14,75	15,27	0,97	215,09	1,60	0,00	0,01	372	2012	
ХЛЕБ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	58,05	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	505	13,2	24,2	102,2	683,5	4,78	0,19	0,23	0,09	0,20	212,25	210,84	57,88	2,51	560,88	16,06	0,01	0,03			
Всего за день:			37,9	63,2	268,0	1 799,8	23,29	0,63	0,60	0,82	0,55	448,28	620,58	175,88	9,61	2 073,39	39,56	0,04	0,14		

8 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,2	4,9	22,9	161,4	0,39	0,13	0,14	0,02	0,03	89,49	145,58	70,07	2,22	238,42	7,86	0,00	0,01	184	2008	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35/5	3,3	6,9	8,3	108,7	0,06	0,02	0,04	0,06	0,07	83,57	56,71	5,26	0,26	23,39	0,00	0,00	0,00	3	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	3,3	11,5	89,9	0,51	0,03	0,11	0,02	0,00	106,34	82,57	19,47	0,47	174,18	8,85	0,00	0,00	397	2012	
Итого за прием пищи:	400	12,7	15,1	42,7	360,0	0,96	0,18	0,29	0,10	0,10	279,40	284,86	94,80	2,95	435,99	16,71	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,20	7,20	2,00	0,30	28,00	0,00	0,00	0,00		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	100/10	0,0	0,0	4,8	19,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,23	0,00	0,70	0,00	0,38	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	130	0,6	0,7	20,3	90,0	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	6,43	7,20	2,70	0,30	28,38	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
РАССОЛЬНИК ПЕРЛОВОЙ НА М/Б	200	2,5	4,4	18,3	123,7	7,44	0,09	0,07	0,25	0,08	28,59	72,55	27,77	1,10	539,71	4,89	0,00	0,03	91	2008	
ПЛОВ С МЯСОМ	150	14,2	15,3	25,4	295,9	0,40	0,05	0,09	0,16	0,00	13,43	150,95	30,27	1,84	272,35	5,73	0,00	0,05	265	2008	
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ. ГОРОШ.	50	0,9	3,0	3,7	45,7	1,30	0,03	0,03	0,96	0,00	25,20	28,84	18,10	0,50	104,36	2,40	0,00	0,02	41	2012	
КОМПОТ	180	0,0	0,0	14,5	58,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,92	0,00	1,70	0,00	1,02	0,00	0,00	0,00	402	2008	
ХЛЕБ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	58,05	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	625	21,0	23,0	84,5	630,0	9,14	0,24	0,21	1,37	0,08	85,49	290,14	92,69	4,34	975,49	13,02	0,00	0,11			
Полдник																					
ЯБЛОКИ	100	0,4	0,4	9,5	45,6	4,00	0,02	0,02	0,00	0,00	14,40	9,90	7,20	1,98	278,00	2,00	0,00	0,01	423	2008	
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ С ТВОРОГОМ	200/30	25,6	32,1	29,2	512,4	0,25	0,07	0,29	0,18	0,56	183,95	255,20	27,49	0,86	187,29	2,11	0,04	0,04		2012	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	185/15/7	0,1	0,0	17,6	72,0	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	8,31	1,39	1,97	0,06	12,36	0,00	0,00	0,00	431	2008	
Итого за прием пищи:	537	26,1	32,5	56,3	630,0	5,37	0,09	0,31	0,18	0,56	206,66	266,49	36,66	2,90	477,65	4,11	0,04	0,05			
Всего за день:		60,4	71,3	203,8	1 710,0	15,47	0,52	0,82	1,65	0,74	577,98	848,69	226,85	10,49	1 917,51	33,84	0,04	0,17			

9 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША КУКУРУЗНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,3	7,9	13,8	144,7	0,90	0,06	0,13	0,05	0,08	120,01	111,68	23,91	0,51	200,31	9,81	0,00	0,01	189	2008	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/5	1,9	10,6	12,9	155,3	0,00	0,03	0,02	0,09	0,18	6,19	18,53	3,25	0,27	24,80	0,00	0,00	0,00	1	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15,0	60,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	420	6,4	18,6	41,7	360,0	0,90	0,09	0,15	0,14	0,26	131,20	138,21	31,16	1,78	225,11	9,81	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	5,80	18,00	4,00	0,42	22,00	0,00	0,00	0,00		2008	
СОК	100	0,5	0,1	9,9	43,0	2,00	0,01	0,00	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
Итого за прием пищи:	120	2,0	2,1	24,8	126,4	2,00	0,03	0,01	0,00	0,00	12,80	25,00	8,00	1,82	22,00	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
СУП ГОРОХОВЫЙ НА К/Б	180	4,1	4,4	13,5	110,2	3,31	0,13	0,05	0,17	0,08	27,17	56,43	23,47	1,38	337,92	3,11	0,00	0,02	99	2008	
ПТИЦА ТУШЕНАЯ	70	6,3	7,0	1,7	94,7	0,25	0,02	0,04	0,02	0,00	10,13	48,62	5,71	0,46	73,44	2,50	0,01	0,04	301	2012	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	4,6	30,1	180,5	0,00	0,06	0,02	0,02	0,08	8,03	35,21	6,34	0,80	54,87	0,66	0,01	0,01	209	2008	
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ	60	0,6	2,8	2,1	36,3	9,60	0,03	0,02	0,05	0,00	10,55	19,53	9,30	0,55	120,15	1,36	0,00	0,01	23	2008	
КИСЕЛЬ	180	0,1	0,1	25,1	101,7	1,80	0,01	0,00	0,00	0,00	4,50	7,20	1,80	0,36	0,00	0,00	0,00	0,00	411	2008	
ХЛЕБ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	58,05	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	665	19,2	19,2	95,1	630,0	14,96	0,32	0,15	0,26	0,16	70,73	204,79	61,47	4,45	644,43	7,63	0,02	0,09			
Полдник																					
БЛИНЧИКИ С ДЖЕМОМ	70/10	3,6	16,1	45,9	340,1	4,65	0,04	0,04	0,10	0,40	18,73	35,37	8,58	0,51	82,86	1,41	0,01	0,01	447	2012	
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,5	0,3	60,9	0,00	0,02	0,12	0,08	0,88	18,70	61,44	3,84	0,80	56,00	8,00	0,01	0,02	213	2012	
КОМПОТ	180	0,6	0,3	29,6	127,0	5,13	0,02	0,02	0,01	0,00	37,00	18,77	18,27	1,28	277,99	2,07	0,00	0,01	372	2012	
ХЛЕБ	50	3,3	0,4	21,2	102,0	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	350	12,4	21,3	97,0	630,0	9,78	0,17	0,22	0,19	1,28	83,43	159,08	40,19	4,59	484,85	14,28	0,02	0,04			
Всего за день:			40,0	61,2	258,6	1 746,4	27,64	0,61	0,53	0,59	1,70	298,16	527,08	140,82	12,64	1 376,39	31,72	0,04	0,14		

10 день																					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША МАННАЯ	180	5,1	4,2	24,7	156,9	0,36	0,05	0,09	0,02	0,03	81,51	74,76	13,87	0,34	143,66	6,30	0,00	0,01	416	2012	
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35/5	1,7	4,7	17,4	118,0	3,60	0,02	0,01	0,04	0,08	6,57	16,04	3,99	0,27	32,67	0,00	0,00	0,00	2	2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,3	2,7	11,6	85,1	0,52	0,03	0,11	0,02	0,00	108,08	83,79	19,66	0,48	176,66	9,00	0,00	0,00	397	2012	
Итого за прием пищи:	400	10,1	11,6	53,7	360,0	4,48	0,10	0,21	0,08	0,11	196,16	174,59	37,52	1,09	352,99	15,30	0,00	0,01			
II Завтрак																					
ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,20	7,20	2,00	0,30	28,00	0,00	0,00	0,00		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	100/10	0,0	0,0	4,8	19,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,23	0,00	0,70	0,00	0,38	0,00	0,00	0,00	430	2008	
Итого за прием пищи:	130	0,6	0,7	20,3	90,0	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	6,43	7,20	2,70	0,30	28,38	0,00	0,00	0,00			
Обед																					
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ НА М/Б	180	1,6	3,0	8,5	68,2	7,31	0,03	0,04	0,20	0,00	35,87	36,26	18,79	0,90	265,37	4,69	0,00	0,02	56	2012	
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С ПОДЛИВОЙ	70	8,9	11,4	7,1	166,2	0,51	0,03	0,06	0,02	0,08	8,66	84,06	12,47	1,16	176,76	3,70	0,00	0,03	287	2012	
ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	6,3	33,3	219,2	0,00	0,19	0,11	0,02	0,08	19,31	162,63	109,07	3,82	229,21	1,98	0,00	0,01	181	2008	
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЗЕЛ. ГОРОШ.	50	0,7	2,1	3,2	35,0	1,04	0,02	0,03	0,90	0,00	22,74	24,58	16,21	0,44	94,01	2,27	0,00	0,02	41	2012	
КОМПОТ	180	0,0	0,0	8,7	34,8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,82	0,00	1,70	0,00	0,84	0,00	0,00	0,00	402	2008	
ХЛЕБ	45	3,4	0,3	22,6	106,6	0,00	0,07	0,02	0,00	0,00	10,35	37,80	14,85	0,90	58,05	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	655	22,0	23,1	83,4	630,0	8,86	0,34	0,26	1,14	0,16	104,75	345,33	173,09	7,22	824,24	12,64	0,00	0,09			
Полдник																					
ЙОГУРТ	250	12,5	8,0	21,3	217,5	1,50	0,08	0,38	0,07	0,00	297,50	240,00	35,00	0,25	350,00	22,50	0,00	0,05		2008	
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	250	6,7	18,1	26,9	298,9	0,99	0,06	0,22	0,10	0,23	200,65	165,27	30,87	0,35	299,47	17,37	0,00	0,01	94	2012	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,0	0,0	21,3	85,1	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,86	0,00	1,22	0,00	1,07	0,00	0,00	0,00	430	2008	
ХЛЕБ	50	3,8	0,3	25,1	118,4	0,00	0,08	0,03	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	1,00	64,50	0,00	0,00	0,01		2008	
Итого за прием пищи:	750	23,0	26,4	94,6	719,9	2,49	0,22	0,63	0,17	0,23	515,51	447,27	83,59	1,60	715,04	39,87	0,00	0,07			
Всего за день:		55,7	61,8	252,0	1 799,9	15,83	0,67	1,11	1,39	0,50	822,85	974,39	296,90	10,21	1 920,65	67,81	0,00	0,17			

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	477,0	677,0	2 424,5	17 765,7	208,06	5,99	7,36	8,80	7,06	5 444,30	7 389,90	2 046,58	98,59	17 481,88	481,20	0,29	1,63
Среднее значение за период	47,7	67,7	242,5	1 776,6	20,81	0,60	0,74	0,88	0,71	544,43	738,99	204,66	9,86	1 748,19	48,12	0,03	0,16
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	10,7	34,3	55,0														

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Сад 12 часов	410	125	644	563