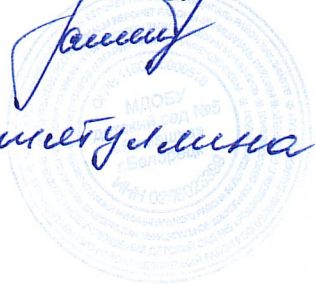


Завершающий с/е № 5

Согласовано:

Тамисегулина

Тамисегулина О.Ю



**Примерное 2-х недельное меню
для пребывающих в дошкольной
организации с четырёхразовым питанием
на весенний период. (1-3 год)**

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,18	6,86	29,45	204,73	184	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	14	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	2,70	2,88	20,07	119,20	396	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,25	12,55	60,00		
Итого за прием пищи:	360	10,82	14,12	62,11	421,33		
II Завтрак							
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	150	4,35	4,80	6,00	88,50	435	2008
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	1,50	1,96	14,88	83,40		
Итого за прием пищи:	170	5,85	6,76	20,88	171,90		
Обед							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ВАРЁНОЙ	30	0,25	0,06	4,29	17,80	41	2012
СВЕКОЛЬНИК	150	1,04	4,08	7,24	70,36	56	2012
КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)	50	11,13	5,63	3,13	107,50	319	2008
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	1,69	9,78	11,46	141,11	143	2011
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,08	0,08	19,80	81,00	438	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	530	17,04	20,01	64,44	506,56		
Полдник							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	110	14,53	7,85	22,91	232,18	234	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,15	0,08	11,25	45,00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	300	17,53	8,31	52,68	365,97		
Всего за день:		51,24	49,20	200,11	1465,76		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
КАША МАННАЯ	150	4,45	4,16	25,85	162,64	416	2012
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	15	2011
КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,79	1,67	6,42	49,96	382	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	360	10,09	8,98	42,31	297,00		
II Завтрак							
МОЛОКО	150	4,35	4,80	7,05	90,00	435	2008
Итого за прием пищи:	150	4,35	4,80	7,05	90,00		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,40	1,25	2,80	24,21	45	2012
СУП С КРУПОЙ ПШЁННОЙ	150	1,47	1,91	8,94	59,39	115	2011
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	50	4,09	3,78	5,81	76,64	298	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,66	3,40	27,88	152,34	323	2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,11	0,30	13,55	58,35	349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	530	11,58	11,02	77,50	459,72		
Полдник							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,65	15,93	1,82	189,32	214	2008
кондитерские изделия	20	1,50	1,96	14,88	83,40		
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,16	0,08	12,15	48,60	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	310	14,16	18,35	47,37	410,11		
Всего за день:		40,18	43,15	174,23	1256,83		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,42	6,18	23,95	172,86	189	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	14	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,11	0,01	4,70	20,77	393	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	355	7,09	10,52	38,73	279,03		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,60	0,60	14,70	70,50	747	2008
Итого за прием пищи:	150	0,60	0,60	14,70	70,50		
Обед							
САЛАТ "СТЕПНОЙ"	30	1,08	3,06	2,34	41,10	30	2008
БОРЩ	150	0,77	1,56	6,06	40,56	56	2012
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	12,42	3,63	29,66	203,87	304	2012
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,52	0,22	18,23	76,94	441	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	520	17,64	8,85	74,81	451,26		
Полдник							
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	130	8,99	9,29	26,67	235,12	206	2012
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	1,50	1,96	14,88	83,40		
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,15	0,08	11,25	45,00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	340	13,49	11,71	71,32	452,31		
Всего за день:		38,82	31,68	199,56	1253,10		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНОЙ	150	3,80	4,35	14,56	115,85	94	2012
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	213	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,19	0,10	14,55	58,20	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	390	10,62	9,25	39,45	285,05		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,15	17,85	78,00	399	2012
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	17,85	78,00		
Обед							
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	30	2,40	3,03	4,56	55,20	50	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,82	1,81	12,41	74,48	103	2011
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	7,90	7,60	7,50	129,96	239	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,54	4,06	16,89	116,91	321	2012
КИСЕЛЬ	150	0,07	0,07	20,84	84,41	411	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	530	17,58	16,95	80,72	549,75		
Полдник							
ОЛАДЫ С СГУЩЁНЫМ МОЛОКОМ	100	6,80	6,00	39,35	239,58	444	2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,11	0,30	13,55	58,35	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	290	9,76	6,68	71,42	386,72		
Всего за день:		38,71	33,03	209,44	1299,52		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША "ДРУЖБА"	200	6,18	9,98	26,73	223,44	190	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	15	2011
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	2,70	2,88	20,07	119,20	396	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,30	15,05	72,00		
Итого за прием пищи:	420	13,49	16,11	61,85	451,04		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,60	0,60	14,70	70,50	747	2008
Итого за прием пищи:	150	0,60	0,60	14,70	70,50		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	30	1,29	2,81	2,10	40,08	31	2012
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,30	3,22	10,16	75,90	76	2012
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	50	9,01	9,25	6,16	152,91	268	2011
ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	110	11,83	4,26	24,73	188,27	199	2011
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,07	0,07	19,72	80,68	438	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	530	26,35	19,99	81,39	626,63		
Полдник							
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	100	17,77	9,06	18,23	237,41	231	2012
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,16	0,08	12,15	48,60	430	2008
кондитерские изделия	20	1,50	1,96	14,88	83,40		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	310	22,28	11,48	63,78	458,20		
Всего за день:		62,72	48,18	221,72	1606,37		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
КАША МАННАЯ	150	4,45	4,16	25,85	162,64	416	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,79	1,67	6,42	49,96	382	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	14	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	355	7,80	10,16	42,35	298,00		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,15	17,85	78,00	399	2012
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	17,85	78,00		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	30	0,34	1,54	3,47	29,78	35	2012
СУП С КРУПОЙ ПШЁННОЙ	150	1,47	1,91	8,94	59,39	115	2011
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,89	6,81	17,87	207,79	259	2011
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0,11	0,30	13,55	58,35	349	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	520	22,66	10,94	62,35	444,10		
Полдник							
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	7,11	5,27	1,04	93,14	255	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,00	3,43	22,78	138,52	209	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,09	0,01	3,92	17,30	393	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	350	14,05	9,09	46,26	337,75		
Всего за день:		45,26	30,34	168,81	1157,85		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	130	3,77	4,33	12,00	105,70	93	2012
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	213	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	13,50	54,00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	370	10,58	9,22	35,84	270,70		
II Завтрак							
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ	150	4,35	4,80	6,00	88,50	435	2008
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	20	1,50	1,96	14,88	83,40		
Итого за прием пищи:	170	5,85	6,76	20,88	171,90		
Обед							
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ВАРЁНОЙ	30	0,25	0,06	4,29	17,80	41	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150	1,44	1,78	11,90	70,33	77	2012
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	50	9,01	9,25	6,16	152,91	268	2011
КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,32	3,83	23,47	141,17	181	2008
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,07	0,07	19,72	80,68	438	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	530	16,94	15,37	84,06	551,68		
Полдник							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	130	5,74	5,99	22,70	167,94	184	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	15	2011
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,52	0,22	18,23	76,94	441	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	330	11,43	9,54	59,45	370,07		
Всего за день:		44,80	40,89	200,23	1364,35		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	6,18	6,86	29,45	204,73	184	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	15	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,19	0,10	14,55	58,20	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	360	10,22	10,11	54,04	347,33		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	150	0,60	0,60	14,70	70,50	747	2008
Итого за прием пищи:	150	0,60	0,60	14,70	70,50		
Обед							
ИКРА МОРКОВНАЯ	30	1,26	2,43	3,03	39,00	56	2008
СУП С БОБОВЫМИ	150	3,35	1,82	13,11	83,27	119	2011
ПТИЦА ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	150	13,28	4,83	13,01	151,56	274	2012
КИСЕЛЬ	150	0,07	0,07	20,84	84,41	411	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	520	20,81	9,53	68,51	447,03		
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	130	13,97	9,91	35,50	297,55	238	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,15	0,08	11,25	45,00	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	320	16,97	10,37	65,27	431,34		
Всего за день:		48,60	30,61	202,52	1296,20		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г			
Завтрак							
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,26	6,00	28,73	186,73	184	2008
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	14	2011
КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,79	1,67	6,42	49,96	382	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	355	7,61	12,00	45,23	322,09		
II Завтрак							
кондитерские изделия	20	1,50	1,96	14,88	83,40		
МОЛОКО	150	4,48	0,15	5,98	46,31	435	2008
Итого за прием пищи:	170	5,98	2,11	20,86	129,71		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	30	0,40	1,25	2,80	24,21	45	2012
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	0,89	1,78	5,89	41,98	88	2011
ФРИКАСЕ	50	7,60	1,78	2,40	57,06	599	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,00	3,43	22,78	138,52	209	2008
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,52	0,22	18,23	76,94	441	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	530	16,26	8,84	70,62	427,50		
Полдник							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	10,67	17,60	2,01	209,20	214	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,16	0,08	12,15	48,60	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	300	13,68	18,06	32,68	346,59		
Всего за день:		43,53	41,01	169,39	1225,89		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г			
Завтрак							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	150	6,00	7,64	24,86	192,53	184	2008
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,32	2,95	0,00	36,40	15	2011
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,19	0,10	14,55	58,20	430	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	360	10,04	10,89	49,45	335,13		
II Завтрак							
СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,15	17,85	78,00	399	2012
Итого за прием пищи:	150	0,75	0,15	17,85	78,00		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	30	1,29	2,81	2,10	40,08	31	2012
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,82	1,81	12,41	74,48	103	2011
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	7,90	7,60	7,50	129,96	239	2008
СЛОЖНЫЙ ГАРНИР:КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С КАПУСТОЙ ТУШЁНОЙ	130	2,53	7,27	16,14	140,50	128	2011
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,07	0,07	19,72	80,68	438	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
Итого за прием пищи:	550	16,46	19,94	76,39	554,49		
Полдник							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,36	5,01	13,86	121,97	93	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,15	0,08	11,25	45,00	430	2008
кондитерские изделия	20	1,50	1,96	14,88	83,40		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,20	10,04	48,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79		2008
Итого за прием пищи:	360	8,86	7,43	58,51	339,16		
Всего за день:		36,11	38,41	202,20	1306,78		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Итого за весь период	449,97	386,50	1948,21	13232,65
Среднее значение за период	45,00	38,65	194,82	1323,27
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13.60	26.29	60.11	

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Категория питающихся	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
1-3 год	369	156	529	321