

Утверждено приказом заведующего №19 от 26.01.21г
Примерное двухнедельное меню для детей от 3-7 лет с 12 час. пребыванием на зимний период
период

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетиче ская ценность(к кал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 1								
ЗАВТРАК :	КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА"	200	4.92	5.88	26.39	177.33	1.29	№84
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4.5	3.7	19.6	127.1	0.8	№126
	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2.3	2.9	22.3	125.1	0	№509
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		11.72	12.48	68.29	429.53	2.09	
10:00	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК СНЕЖОК	180	4.86	4.5	19.44	143.2	1.62	№5
ОБЕД :	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0.71	3.04	4.18	46.95	4.75	№11
	СУП КАРТ.С ФАСОЛЬЮ,МЯСОМ	250	12.1	8.9	17.5	161.6	4.8	№32
	БЕФСТРОГОНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	11.9	11	4.4	175	0.3	№298
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8.6	7.3	36.9	240.6	0	№353
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0	31.4	124	0.13	№50
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.5	0.31	15.7	75.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		36.41	30.55	110.08	823.65	9.98	
УПЛОТНЁННЫЙ	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	150	3.4	6.8	13.2	128.6	11.3	№331
ПОЛДНИК :	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.7	0.02	10.5	42.1	0.033	№392
	БАТОН	30	3.2	0.3	21	99.4	1.1	№480
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1.6	0	22.1	100.8	10.5	№458
	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0.2	18.4	82.8	1.6	№407
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		9.9	7.32	85.2	455.7	24.533	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ		62.89	54.85	283.73	1852.08	38.223	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 3								
ЗАВТРАК :	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	200	5.29	5.73	26.35	174.7	1.29	№172
	КОФ. НАП С МОЛОКОМ	200	4.5	3.7	19.6	127.1	0.03	№395
	Б/Д С МАСЛОМ	20/7	2.3	6	15.1	124	0	№15
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		12.09	15.43	61.05	425.8	1.32	
ОБЕД :	ГОРОШЕК ЗЕЛН. КОНСЕР. ОТВАР.	60	1.8	0.2	3.8	23.3	2.4	№7
	СУП КАРТ.С РЫБОЙ И СМЕТ.	250	6.05	3.55	12.19	119	11.2	№84
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	27.1	20.7	18.8	370	6.5	№274
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0	31.4	124	0.13	№50
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.5	0.31	15.7	75.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		38.05	24.76	81.89	711.8	20.23	
УПЛОТНЁННЫЙ								
ПОЛДНИК :	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛОКОМ	150/25	26.3	16.2	22.3	332.5	0.3	№366
	БАТОН	40	3.04	0.3	20.1	94.7	0	№480
ПОЛДНИК :	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.7	0.02	10.5	42.1	0.033	№392
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1.6	0	22.1	100.8	10.5	№458
	ПРЯНИК	50	3	2.4	37.5	183	0	№510
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		34.64	18.92	112.5	753.1	10.833	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ		84.78	59.11	255.44	1890.7	32.383	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 2								
ЗАВТРАК :	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	200	8.98	9.37	35.51	262.68	1.32	№222
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4.08	3.5	17.6	118.9	1.6	№125
	Б/Д С МАСЛОМ	30/5	2.4	7.5	15.2	137.1	0	№1
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		15.46	20.37	68.31	518.68	2.92	
ОБЕД :	САЛАТ ИЗ СВЕЖ.ОГУРЦОВ(сол)	50	0.4	6.05	1.3	61.2	5.2	№36
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250	5.9	6.2	11.6	127.2	11	№34
	РЫБА ПО - ПОЛЬСКИ	80	10.7	9.42	35.05	159	9	№471
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	5.1	19.7	133.4	10.1	№759
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0	31.4	124	0.13	№50
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.5	0.31	15.7	75.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		23.2	27.08	114.75	680.3	35.43	
УПЛОТНЁННЫЙ								
ПОЛДНИК :	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	7.76	4.72	52.3	284	0	№466
ПОЛДНИК :	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.7	0.02	10.5	42.1	0.033	№392
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1.6	0	22.1	100.8	10.5	№458
	КЕФИР	150	4.4	3.8	6	79.5	1.05	№401
	БАТОН	40	3.04	0.3	20.1	94.7	0	№480
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		17.5	8.84	111	602	11.583	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ		56.16	56.29	294.06	1800.98	49.933	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 4								
ЗАВТРАК :	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	200	4.9	5.5	22.17	165.3	1.29	№177
ПОЛДНИК :	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1.3	0	10	39	0.03	№400
	Б/Д С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/15/5	5.6	9.5	13.02	161.3	0	№3
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		11.8	15	45.19	365.6	1.32	
10:00	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК СНЕЖОК	180	4.86	4.5	19.44	143.2	1.62	№5
ОБЕД :	КУКУРУЗА ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ	60	1.8	0.2	3.8	23.3	2.4	№7
	БУЛЬОН КУР.С ГРЕНКАМИ	250/10	12.7	4.5	15.8	160.4	10.5	№31
	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	75	9.4	6.5	2.1	132	0.4	№277
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130	3.1	3.7	33.1	178.1	0	№316
	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0.75	0.1	15.15	63.3	3	№407
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.5	0.31	15.7	75.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		30.25	15.31	85.65	632.6	16.3	
УПЛОТНЁННЫЙ	САЛАТ ИЗ ВАРЕННЫХ ОВОЩ.	200	3	20.2	12.6	189	20.5	К/К
ПОЛДНИК :	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0.8	0	22.2	89.4	0.07	№383
	БАТОН	30	2.3	0.2	15.1	71	0	480
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1.6	0	22.1	100.8	10.5	№458
	ПРЯНИКИ	30	1.8	1.4	22.5	109.8	0	№510
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.5	6	8.6	108	1	№4
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		15	27.8	103.1	668	32.07	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ:		60.71	69.71	251.13	1861.1	60.71	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетич еская ценность(к	Витамин С (мг)	№ рецептур ы
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 5								
ЗАВТРАК :	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	200	6.07	8.18	27.32	207.24	1.32	№179
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4.08	3.5	17.6	118.9	1.6	№397
	Б/Д С МАСЛОМ	35/7	2.6	7.6	17.5	146	0	№15
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		12.75	19.28	62.42	472.14	2.92	
ОБЕД :	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТ. МАСЛОМ	60	0.8	7.9	4.2	90.1	2.1	№56
	ЩИ ИЗ СВ.КАПУСТЫ	250	8.2	9.2	8.3	155.2	12.3	№36
	ЗАПЕКАНКА КАРТ. С МЯСОМ	200	13.3	12.2	33.7	311.7	22.7	№291
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0.5	1.9	1.8	26.2	0.07	№535
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0	31.4	124	0.13	№50
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.5	0.31	15.7	75.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		25.9	31.51	95.1	782.7	37.3	
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК:	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	110	7.3	7.9	4.3	113.5	2.2	№31
	БАТОН	30	2.3	0.2	15.1	71	0	№480
	СОК	200	1	0.2	8.4	82.8	1.6	№407
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1.6	0	22.1	100.8	10.5	№458
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5.5	6	8.6	108	1	№400
	ПЕЧЕНЬЕ	50	3	2.4	37.5	183	0	№510
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		20.7	16.7	96	659	5.3	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ:		59.35	67.49	253.52	1913.84	45.52	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 6								
ЗАВТРАК :	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	200	8.98	9.37	35.51	262.68	1.32	№177
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	4.5	3.7	19.6	127.1	0.8	№126
	ВАФЛИ	30	0.8	1.02	23.2	106.2	0	№508
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		14.28	14.09	78.31	495.98	2.12	
10:00	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК СНЕЖОК	180	4.86	4.5	19.44	143.2	1.62	№5
ОБЕД :	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕН. ГОР.	50	0.83	2.08	4.09	38.55	4.9	№12
	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ СО СМЕТ.	250	8.8	9.4	16.6	150.9	0	№30
	МАКАРОННИК С МЯСОМ(ЗАПЕЧ.)	200	14.3	15.8	26.2	309	7.9	№627
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0	31.4	124	0.13	№50
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.38	19.1	91.8	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		32.43	32.16	116.83	857.45	14.55	
УПЛОТНЕННЫЙ								
ПОЛДНИК :	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	5.1	19.7	133.4	10.1	№321
	САЛАТ ИЗ СВ. КАПУСТЫ	60	0.96	6.06	4.44	76.2	16.8	№45
ПОЛДНИК :	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.7	0.02	10.5	42.1	0.033	№392
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1.6	0	22.1	100.8	10.5	№458
	БАТОН	30	3.2	0.3	21	99.4	1.1	№480
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		9.56	11.48	77.74	451.9	38.533	
	ИТОГО ЗА 6 ДЕНЬ:		61.13	62.23	292.32	1948.53	56.823	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 8								
ЗАВТРАК :	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	200/5	5.05	5.65	23.37	161.33	1.29	№91
	КОФ. НАП. С МОЛОКОМ	200	4.5	3.7	19.6	127.1	0.03	№395
	Б/Д С МАСЛОМ	35/7	2.6	7.6	17.5	146	0	№43
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		12.15	16.95	60.47	434.43	1.32	
ОБЕД :	САЛАТ ИЗ СВЕЖ.ОГУРЦОВ(сол)	50	0.4	6.05	1.3	61.2	5.2	№36
	СУП КАРТ.С МАК. ИЗД.	250	3.5	0.5	14.5	85.6	3	№28
	ЁЖИКИ МЯСНЫЕ	60	7.83	11.56	8.07	167.64	1.2	№174
	СВЕКЛА ТУШЕНАЯ	130	2.1	3.9	10.6	89.1	1.6	№41
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0	31.4	124	0.13	№50
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.38	19.1	91.8	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		17.07	22.39	72.57	567.54	4.8	
УПЛОТНЁННЫЙ	СЫРНИКИ С МОЛОКОМ СГУЩ.	150/20	15.3	18.6	40.2	326	0.43	№286
ПОЛДНИК :	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.7	0.02	10.5	42.1	0.033	№392
	БАТОН	40	3.04	0.3	20.1	94.7	0	№480
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1.6	0	22.1	100.8	10.5	№458
	КЕФИР	180	5.22	4.5	7.2	95.4	1.26	№401
	ПРЯНИК	50	3	2.4	37.5	183	0	№510
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		28.86	25.42	137.6	842	12.193	
	ИТОГО ЗА 7 ДЕНЬ:		58.08	64.76	270.64	1843.97	18.313	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетиче- ская ценность(кк ал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 7								
ЗАВТРАК :	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	200/5	7	7.9	24.7	141	1.29	№42
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4.08	3.5	17.6	118.9	1.6	№125
	Б/Д С МАСЛОМ	30/10	2.4	7.5	15.2	137.1	0	№15
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		13.48	18.9	57.5	397	2.89	
10:00	ЙОГУРТ 2,5 ЖИРНОСТИ	125	3.5	3.1	5.6	70.6	0.9	№463
ОБЕД :	КУКУРУЗА ОТВ. С РАСТ. МАСЛОМ	60	1.8	0.2	3.8	23.3	2.4	№7
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ПШЕНОМ	250	8.9	10	12.5	140.7	10.2	№14
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	65	16.6	6.9	14.6	181.5	0.4	№248
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	5.1	19.7	133.4	10.1	№759
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0	31.4	124	0.13	№50
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	45	3.04	0.38	19.1	91.8	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		33.64	22.58	87.6	659.4	24.7	
УПЛОТНЕННЫЙ	КАПУСТА ТУШ. С МЯСОМ	200	19.7	15	13.65	269	4.72	№336
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.7	0.02	10.5	42.1	0.033	№392
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1.6	0	22.1	100.8	10.5	№458
	БАТОН	40	3.04	0.3	20.1	94.7	0	№480
	ПРЯНИК	50	3	2.4	37.5	183	0	№510
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		28.04	17.72	103.85	689.6	15.253	
	ИТОГО ЗА 8 ДЕНЬ:		78.66	62.3	254.55	1816.6	43.743	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 9								
ЗАВТРАК :	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ "ТЕРКУЛЕС"	200	4.9	5.5	22.17	165.3	1.29	№38
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1.3	0	10	39	0.03	№400
	Б/Д С МАСЛОМ И СЫРОМ	25/25/7	7.9	14.3	13.04	214.5	0.6	№3
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		14.1	19.8	45.21	418.8	1.92	
ОБЕД :	САЛАТ ИЗ СВ. ОГУРЦОВ(сол)	50	0.4	0.65	1.3	61.2	5.2	№36
	СУП РИСОВЫЙ ВЕСЕННИЙ	250	2.4	4.7	9.8	90.9	4.25	№30
	КОТЛЕТА ИЗ КУРЫ	75	16.03	11.3	15.6	219	0.6	№314
	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3.4	6.8	13.2	128.6	11.3	№77
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0	31.4	124	0.13	№50
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	45	3.04	0.38	19.1	91.8	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		25.87	23.83	90.4	715.5	21.48	
УПЛОТНЁННЫЙ	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	38.42	5.49	207.62	1034	0	№204
ПОЛДНИК :	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0.8	0	22.2	89.4	0.07	№383
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1.42	0	16.5	64.5	90	№458
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5.5	6	8.6	108	1	№4
	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30	2.3	2.9	22.3	125.1	0	№509
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		48.44	14.39	277.22	1421	91.07	
	ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ:		88.41	58.02	412.83	2555.3	114.47	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(кка)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 10								
ЗАВТРАК :	КАША РИСОВАЯ	200/5	5.15	8.32	28.51	209.88	1.32	№177
	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4.08	3.5	17.6	118.9	1.6	№397
	Б/Д С МАСЛОМ	35/7	2.6	7.6	17.5	146	0	№15
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		11.83	19.42	63.61	474.78	2.92	
10:00	ЙОГУРТ 2,5 жирности	125	3.5	3.1	5.6	70.6	0.9	
ОБЕД :	ОГУРЕЦ СВ.(ПОРЦ)(сол)	40	0.4	0	1.1	6	2.8	№70
	БОРЩ С КАП.СВ.И КАРТ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	250	4.14	6.94	18.79	99.21	7.8	№5
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	9.78	11.66	16.41	210	7.37	№284
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	6.5	33.8	210.3	0	№273
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0	31.4	124	0.13	№50
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.04	0.38	19.1	91.8	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		23.06	25.78	108.2	689.51	21.77	
УПЛОТНЕННЫЙ								
ПОЛДНИК :	САЛАТ РЫБНЫЙ	150	3.31	8.74	19.2	168.66	43.38	№15
	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.7	0.02	10.5	42.1	0.033	№392
	БАТОН	40	3.2	0.3	21	99.4	0	№480
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1.6	0	22.1	100.8	10.5	№458
	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0.75	0.1	15.15	63.3	3	№407
	ПРЯНИК	50	3	2.4	37.5	183	0	№510
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		12.56	11.56	125.45	657.26	53.913	
	ИТОГО ЗА 10 ДЕНЬ:		50.95	59.86	302.86	1892.15	79.503	

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ ЭНЕРГИИ И ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ																		

Наименование	Норма	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	ФАКТ ЗА 10 ДНЕЙ	СРЕДНЕЕ В ДЕНЬ	Содерж.Б,Ж,У в меню за период в % от калорийности		
ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ																
БЕЛКИ,г	54	62.49	56.16	84.38	60.71	59.95	60.73	54.52	78.66	88.01	50.95	656.56	65.656	6.5656		
ЖИРЫ,г	60	54.85	56.29	59.11	69.71	67.49	62.23	61.56	62.3	58.02	59.86	611.42	61.142	6.1142		
УГЛЕВОДЫ,г	261	270.61	294.06	241.94	251.13	241.12	279.92	229.84	254.55	399.32	302.86	2765.35	279.535	27.6535		
ЭНЕРГИЯ (ккал)	1800	1800.3	1800.98	1855.4	1861.1	1862	1896.73	1844	1816.6	2520	1892.15	19149.3	1914.93	191.493		
ВИТАМИН С,мг	50	41.893	49.931	33.853	60.71	49.19	60.493	18.313	43.743	115.94	79.503	553.569	55.3569	5.54		

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3-7 ЛЕТ

Наименование продукта	Норма											Факт за 10 дн.	Среднее в день	Выполнение, отклонение, г
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
МОЛОКО И КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ	450	423	433	335	474	430	436	339	409	438	334	4051	405.1	
ТВОРОГ	40		148	60				152				360	36	
СМЕТАНА	11	23	27	10	10	10	10	10				100	10	
СЫР ТВ.	6	20				15				15		500	5	
МЯСО	55	90	40	16	16	79	79	40			61	500	50	
ПТИЦА	24				100					120		220	22	
РЫБА	37		56	134		50			90			330	33	
КОЛЬ.ИЗД.	6.2						62					62	6.2	
ЯЙЦО КУРИНОЕ	1	12	30	22		56	10	30	15	12	33	220	22	
КАРТОФЕЛЬ	140	130	125	111	128	130	126	125	130	125	130	1260	126	
ОВОЩИ.ЗЕЛЕНЬ	220	260	180	200	250	230	250	300	200	240	208	2318	231.8	2.2
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	7	40	185	157	157		185	40	190	42	1003	100.3	
ФРУКТЫ СУХИЕ	11		16	16				16	16	20	16	100	10	
СОКИ	100	150			150		150		150	150	150	900	90	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧ.	50	45	45	45	45	45	45	45	45	45	45	450	45	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	72	74	35	120	40	60	72	72	64	124	72	733	73	
КРУПЫ, БОБОВЫЕ	43	40	40	40	40	40	40	40	35	35	40	390	39	
МАКАРОННЫЕ ИЗД.	12						45		35	30		110	11	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	29	15	20	80				60		60	25	260	26	
КРАХМАЛ	3		13					14				27	2.7	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	21	23	16	25	20	26	20	17	24	14	20	205	20.5	15
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	11	10	10	10	10	10	9	11	9	13	8	100	10	
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД.	20	30		30		30	30		30		30	180	15	
ЧАЙ	0.6	0.5		1	0.5	0.5	0.5			1	1	5	0.5	
КАКАО	0.6		1			1			3			5	0.5	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	1.2	2			2		2	2			2	10	1	
ДРОЖЖИ	0.5			3						2		5	0.5	
САХАР	30	30	40	50	35	50	40	45	50	40	40	420	42	
СОЛЬ	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	50	5	