Примерное меню для организации питания детей в дошкольном учреждении

с полным пребыванием от 3 до 7 лет

УТВЕРЖДАЮ

ИП Бочкарёва О.А.

от «1» сентября 2026 г

День: понедельник

Неделя:первая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса пор-ции	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные вещества (мг)				
			всего	всего			B1,мг	C,мг	A,мг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	%
	Завтрак 8.00-8.30														
284	Каша овсяная молочная "Геркулес" с маслом	150	5.16	6.48	13.89	134.66	0.02	0.12	27.27	0.14	16.09	55.64	30.54	0.82	
	Масло сливочное 72% жирности	21	0.80	7.15	0.13	37.33	0.01	0	45	0.1	2.4	3	0.04	0.01	
	Сыр голландский порционно	6	3.12	3.19	0.43	42.68	0.01	0.34	48	0.04	120.6	64.8	6	0.12	
958	Кофейный напиток на молоке	180	2.80	3.00	24.20	128.20	0.02	0.6	12	0.06	80	67.2	21.4	0.4	
	Батон нарезной	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.8			0.65	11.5	44.5	17	1	
	Итого за прием	407.00	15.88	20.32	63.20	461.87	0.86	1.06	132.27	0.99	230.59	235.14	74.98	2.35	
	Распределение каллорийности в %														25.6%
	2 Завтрак														
	Яблоки свежие	100	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	4	0	0.2	14	14	8	2.8	
	Итого за прием	100.00	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	4.00	0.00	0.20	14.00	14.00	8.00	2.80	
	Распределение каллорийности в %														5.1%
	Обед 12.00-13.00														
	Салат из свеклы	50	0.40	0.06	0.85	6.50	0.01	2.5	2.5	0.05	11.5	12	7	0.3	
187	Щи из свежей капусты, с картофелем, говядиной и сметаной	200	2.20	4.20	9.80	83.20	0.07	16	1000	0.2	54	62.4	27.6	0.96	
582	Фрикадельки мясные в со	70	10.16	8.36	3.32	203.28	0.24	6.08	2880	0.4	6.96	274.16	18.4	8.08	
690	Макароны отварные с овощами	120	5.20	5.72	27.56	185.90	0.06	0.91	0	2.73	23.4	39.39	15.34	1.04	
864	Компот из смеси сухофруктов	180.00	0.60	0.00	29.00	111.20	0.006	0.4	200		25.2	39.6	19.4	0.6	
	Хлеб сельский	60	1.98	0.36	10.02	51.90	0.06	0	0.3	0.42	10.5	1.17	14.1	1.17	
	Итого за прием	680.00	20.54	18.70	80.55	641.98	0.45	25.89	4082.8	3.80	131.56	428.72	101.84	12.15	
	Распределение каллорийности в %														35.6%
	Полдник 15.00-15.30														
	Печенье детское	48	7.80	11.64	11.76	180.12	0.06	0.54	0	0	137.92	0	0	0.79	
958	Кисломолочный продукт(ряженка)	200	0.40	0.10	21.60	83.40		0.18			9.2	14.8	7.8	1.6	
	Итого за прием	248.00	8.20	11.74	33.36	263.52	0.06	0.72	0.00	0.00	147.12	14.80	7.80	2.39	
	Распределение каллорийности в %														14.6%
	Ужин16.30-17.00														
81	Салат из квашеной капусты	50	1.00	2.40	4.55	33.00	0.03	7.7	1550	1.1	21.3	28.05	15.65	0.65	
486	Рыба тушеная с овощами	70	11.78	3.03	6.96	83.63	0.08	7.53	736.35	1.47	24.54	8.84	21.03	0.74	
694	Картофельное пюре	150	3.15	6.90	12.75	122.55	0.12	13.2	30	2.25	58.35	89.7	25.5	0.9	
882	Кисель фруктовый	180	0.00	0.00	14.00	52.60	0	0	0	0	0.2	0	0	0	
	Хлеб сельский	30	1.98	0.36	10.02	51.90	0.06	0	0.3	0.42	10.5	1.17	14.1	1.17	
	Итого за прием	480.00	17.91	12.69	48.28	343.68	0.29	28.43	2316.65	5.24	114.89	127.76	76.28	3.46	
	Распределение каллорийности в %														19.1%
	Итого за день	1815.00	63.53	63.65	245.59	1803.05	1.68	60.10	6531.72	10.23	638.16	820.42	268.90	23.15	

Распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи.

		Б	Ж	У	Ккал	Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин	Итого в %			
	Суточная потребность (приложение №7) таблица 1	54.00	60.00	261.00	1800.00									
	Факт	63.53	63.65	245.59	1803.05	461.87	92.00	641.98	263.52	343.68				
		1.0	1.0	3.9										
	%					25.6%	5.1%	35.6%	14.6%	19.1%	100.0%			
	Норма Min.					450	90	630	270	450				
	Норма Max.					360	90	540	180	360				
	Отклонение от нормы в % (допустимо ± 5 %)					2.64	2.22	1.90	-2.40	-23.63				

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

		Завтрак	Обед	Полдник	Ужин	
	Объем СанПиН 2.3/2.4.4282-26	400.00	600.00	250.00	450.00	
	Факт	407.00	680.00	248.00	480.00	

День: вторник

Неделя:первая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса пор-ции	Белки, г	Жиры, г	Углев о-ды, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные вещества (мг)				%
			всего	всего			B1,мг	C,мг	A,мг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	
	Завтрак 8.00-8.30														
284	Каша пшенная молочная	150	5.15	5.80	11.15	118.09	0.01	0.11	27.27	0.14	16.09	55.64	30.54	0.81	
	Масло сливочное 72%	21	5.60	9.00	5.10	123.00	0.06	13.9	300	1.7	23.8	85.1	18.9	1.3	
958	Чай с сахаром с молоком	180	0.40	0.10	21.60	83.40		0.18			9.2	14.8	7.8	1.6	
	Батон нарезной	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.08			0.65	11.5	44.5	17	1	
	Итого за прием	401.00	15.15	15.40	62.40	443.49	0.15	14.19	327.27	2.49	60.59	200.04	74.24	4.71	
	Распределение каллорийности в %														23.2%
	2 Завтрак														
	Банан	100	1.50	0.50	21.00	92.00	0.4	10	20	0	8	20	15	2.87	
	Итого за прием	100	1.50	0.50	21.00	92.00	0.40	10.00	20.00	0.00	8.00	20.00	15.00	2.87	
	Распределение каллорийности в %														4.8%
	Обед 12.00-13.00														
79	Огурец свежий порционный	50	1.20	3.80	6.50	66.00	0.02	3.3	0	1.7	19.5	14.5	9	3.3	
206	Суп картофельный с горохом с говядиной	200	6.75	6.00	27.00	183.25	0.2	8.75	1250	1	49.25	173.25	48.25	3.5	
601	Плов из говядины	130	6.15	10.95	27.45	226.05	0.05	0.6	750	3.3	2.04	92.4	31.8	1.2	
867	Компот из изюма	180.00	0.60	0.00	29.00	111.20	0.006	0.4	200	0	25.2	39.6	19.4	0.6	
	Хлеб пшеничный	50	2.37	0.30	14.49	70.50	0.05	0	0	0.39	6.9	26.1	9.9	0.6	
	Итого за прием	610.00	17.07	21.05	104.44	657.00	0.33	13.05	2200.00	6.39	102.89	345.85	118.35	9.20	
	Распределение каллорийности в %														34.4%
	Полдник 15.00-15.30														
	Кефир 2,5%	200	5.00	3.20	8.50	87.00	0.03	0.6	22	0	119	91	14	0.1	
	Ватрушка с повидлом	50	4.97	7.10	25.50	191.57	0.18	0.01	72	1.58	58.96	108.43	13.18	0.79	
	Итого за прием	250.00	9.97	10.30	34.00	278.57	0.21	0.61	94.00	1.58	177.96	199.43	27.18	0.89	
	Распределение каллорийности в %														14.6%
	Ужин 16.30-17.00														
	Капуста тушеная	130	1.60	1.00	3.25	20.00	0.05	5	25	10	31	10.5	0	61.2	
608	Тефтели из говядины	80	11.10	16.97	17.99	259.35	0.91	0.32	57.8	1.9	29.8	183.5	62.88	2.7	
859	Компот из яблок	180.00	0.16	0.04	22.00	89.00	0.006	4.6	8	0.04	6.6	4	2.4	0.12	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	14.49	70.50	0.05	0	0	0.39	6.9	26.1	9.9	0.6	
	Итого за прием	420.00	15.23	18.31	57.73	438.85	1.02	9.92	90.80	12.33	74.30	224.10	75.18	64.62	
	Распределение каллорийности в %														23.0%
	Итого за день	1781.00	58.92	65.56	279.57	1909.91	2.10	47.77	2732.07	22.79	423.74	989.42	309.95	82.29	

Распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи.

		Б	Ж	У	Ккал	Завтрак	2 завтр	Обед	Полдни	Ужин	Итого в %			
	Суточная потребность (приложение №7) таблица 1	54.00	60.00	261.00	1800.00									
	Факт	58.92	65.56	279.57	1909.91	443.49	92.00	657.00	278.57	438.85				
		1.0	1.1	4.7										
	%					23.2%	4.8%	34.4%	14.6%	23.0%	100.0%			
	Норма Min.					450	90	630	270	450				
	Норма Max.					360	90	540	180	360				
	Отклонение от нормы в % (допустимо ± 5 %)					-1.45	2.22	4.29	3.17	-2.48				

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

		Завтра	Обед	Полдни	Ужин	
	Объем СанПиН 2.3/2.4.4282-26	400.00	600.00	250.00	450.00	
	Факт	401.00	610.00	250.00	420.00	

День: среда

Неделя:первая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса пор-ции	Белки, г	Жиры, г	Углев о-ды, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные вещества (мг)				
			всего	всего			B1,мг	C,мг	A,мг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	%
	Завтрак 8.00-8.30														
443	Омлет	150	17.06	23.83	3.87	297.92	0.19	0.27	272.72	6.6	254.5	549.7	47.22	6.03	
	Масло сливочное 72% жирности	21	0.80	7.15	0.13	37.33	0.01	0	45	0.1	2.4	3	0.04	0.01	
	Сыр голландский порционно	6	3.12	3.19	0.43	42.68	0.01	0.34	48	0.04	120.6	64.8	6	0.12	
882	Кисель фруктовый	180	0.00	0.00	14.00	52.60	0	0	0	0	0.2	0	0	0	
	Хлеб пшеничный	50	3.95	0.50	24.15	117.50	0.08	0	0	0.65	11.5	43.5	16.5	1	
	Итого за прием	407.00	24.93	34.67	42.58	548.03	0.29	0.61	365.72	7.39	389.20	661.00	69.76	7.16	
	Распределение каллорийности в %														27.4%
	2 Завтрак														
	Груши свежие	100	5.00	3.20	8.50	87.00	0.03	0.6	22	0	119	91	14	0.1	
	Итого за прием	100.00	5.00	3.20	8.50	87.00	0.03	0.60	22.00	0.00	119.00	91.00	14.00	0.10	
	Распределение каллорийности в %														4.4%
	Обед 12.00-13.00														
	Салат из свежей моркови	50	0.24	0.03	0.51	3.90	0.006	1.5	1.5	0.03	6.9	7.2	4.2	0.18	
170	Борщ из свежей капусты, с картофелем, говядиной и сметаной	180	9.50	7.25	13.50	154.00	0.08	12	1000	0.25	42.75	128.75	35	2.5	
643	Куры тушеные в соусе	70	10.50	10.05	3.30	148.80	0.075	0.09	36	0	34.47	190.8	26.01	2.7	
682	Рис отварной с маслом	130	5.04	1.21	50.53	224.42	0.09	5.52	517.5	1.73	352.25	0	61.24	2.07	
862	Компот из черной смороди	180	0.00	0.00	14.00	52.60	0	0	0	0	0.2	0	0	0	
	Хлеб сельский	50	1.98	0.36	10.02	51.90	0.05	0	0.3	0.42	10.5	1.17	14.1	1.17	
	Итого за прием	660.00	27.26	18.90	91.86	635.62	0.30	19.11	1555.30	2.43	447.07	327.92	140.55	8.62	
	Распределение каллорийности в %														31.8%
	Полдник 15.00-15.30														
	Печенье овсяное	50	3.50	10.00	19.00	150.00	0.012	0.18	24	0.33	19.77	25.17	0.6	0.21	
	Кефир 3,2% жирности	200	5.80	6.40	8.00	110.00	0.04	0.6	40	0	248	184	28	0.2	
	Итого за прием	250.00	9.30	16.40	27.00	260.00	0.05	0.78	64.00	0.33	267.77	209.17	28.60	0.41	
	Распределение каллорийности в %														13.0%
	Ужин16.30-17.00														
	Помидоры свежие порционно	50	0.55	0.10	1.90	12.00	0.03	1.25	66.5	0.35	7	13	10	0.45	
597	Говядина тушеная с черносливом	80	14.84	9.10	1.36	134.24	0.06	0.61	352	0.7	16.54	249.74	30.27	3.69	
414	Макаронны отварные с маслом	130	4.65	11.25	14.10	169.74	0.05	0	120	0.9	17.33	50.79	5.85	0.75	
1009	Компот из клюквы	180	0.10	0.04	21.20	80.60	0.004	1.4	4	0	3.4	2.2	1.6	0.18	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	14.49	70.50	0.05	0	0	0.39	6.9	26.1	9.9	0.6	
	Итого за прием	470.00	22.51	20.79	53.05	467.08	0.19	3.26	542.50	2.34	51.17	341.83	57.62	5.67	
	Распределение каллорийности в %														23.4%
	Итого за день	1887.00	89.00	93.96	222.99	1997.73	0.87	24.36	2549.52	12.49	1274.21	1630.92	310.53	21.96	

Распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи.

		Б	Ж	У	Ккал	Завтрак	2 завтр	Обед	Полдни	Ужин	Итого в %			
	Суточная потребность (приложение №7) таблица 1	54.00	60.00	261.00	1800.00									
	Факт	89.00	93.96	222.99	1997.73	548.03	87.00	635.62	260.00	467.08				
		1.0	1.1	2.5										
	%					27.4%	4.4%	31.8%	13.0%	23.4%	100.0%			
	Норма Min.					450	90	630	270	450				
	Норма Max.					360	90	540	180	360				
	Отклонение от нормы в % (допустимо ± 5 %)					21.78	-3.33	0.89	-3.70	3.80				

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

		Завтра	Обед	Полдни	Ужин	
	Объем СанПиН 2.3/2.4.4282-26	400.00	600.00	250.00	450.00	
	Факт	407.00	660.00	250.00	470.00	

День: четверг

Неделя:первая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса пор-ции	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные вещества (мг)				
			всего	всего			B1,мг	C,мг	A,мг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	%
	Завтрак 8.00-8.30														
384	Каша ячневая молочная с маслом	150	1.60	0.40	52.80	165.20	0.02	0.4	40	0.2	23.6	81.6	44.8	1.2	
	Масло сливочное 72% жирности	21	1.20	10.73	0.20	48.53	0.02		67.5	0.15	3.6	4.5	0.06	0.02	
	Сыр голландский порционно	6	3.12	3.19	0.43	42.68	0.01	0.34	48	0.04	120.6	64.8	6	0.12	
942	Чай с сахаром с лимоном	180	0.40	0.10	21.20	82.20	0.006	5.6	2	0.06	14.4	17.2	9.2	1.6	
	Батон нарезной	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.08	0	0	0.65	11.5	44.5	17	1	
	Итого за прием	407.00	10.32	14.92	99.18	457.61	0.14	6.34	157.50	1.10	173.70	212.60	77.06	3.94	
	Распределение каллорийности в %														27.0%
	2 Завтрак														
	Яблоки свежие	120	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	4	0	0.2	14	14	8	2.8	
	Итого за прием	120.00	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	4.00	0.00	0.20	14.00	14.00	8.00	2.80	
	Распределение каллорийности в %														5.4%
	Обед 12.00-13.00														
	Салат из картофеля с зеленым горошком	60	0.60	0.08	1.27	9.75	0.015	3.75	3.75	0.075	17.25	18	10.5	0.45	
197	Уха ростовская	180	17.00	4.40	8.80	140.20	0.08	7.8	200	0.8	26.4	112.6	21.8	0.8	
645	Плов с цыплятами	130	19.00	19.40	32.20	293.00	0.01	0.93	51.4	0	33	306	60.9	3.74	
864	Компот из смеси сухофруктов	180.00	0.60	0.00	29.00	111.20	0.006	0.4	200		25.2	39.6	19.4	0.6	
	Хлеб сельский	60	3.30	0.60	16.70	86.50	0.09	0	0.5	0.7	17.5	1.95	23.5	1.95	
	Итого за прием	610.00	40.50	24.48	87.97	640.65	0.20	12.88	455.65	1.58	119.35	478.15	136.10	7.54	
	Распределение каллорийности в %														37.8%
	Полдник 15.00-15.30														
	Напиток "Снежок"	190	5.40	5.00	21.60	158.00	0.06	1.8	44	0	242	0	30	0.2	
	Оладьи (2 шт*30гр)	60	1.25	3.75	22.00	106.00	0	0	0	0	2.5	2.5	2.5	0.7	
	Итого за прием	250.00	6.65	8.75	43.60	264.00	0.06	1.80	44.00	0.00	244.50	2.50	32.50	0.90	
	Распределение каллорийности в %														15.6%
	Ужин16.00-16.30														
	Огурец солёный порционный	50	0.73	0.20	2.80	24.00	0.06	1.5	133	0.7	14	26	20	0.9	
596	Азу из говядины	180	14.88	19.60	11.60	284.18	0.1	9.65	43.95	3.54	32.22	189.66	38.5	3.23	
1009	Компот из вишни	180	0.10	0.04	21.20	80.60	0.004	1.4	4	0	3.4	2.2	1.6	0.18	
	Хлеб пшеничный	40	3.95	0.50	24.15	117.50	0.08	0	0	0.65	11.5	43.5	16.5	1	
	Итого за прием	450.00	19.66	20.34	59.75	506.28	0.24	12.55	180.95	4.89	61.12	261.36	76.60	5.31	
	Итого за день	1837.00	62.42	68.69	275.10	1696.54	0.50	25.02	657.15	3.53	563.05	750.75	270.16	16.18	0.14

Распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи.

		Б	Ж	У	Ккал	Завтрак	2 завтра	Обед	Полдни	Ужин	Итого в %			
	Суточная потребность (приложение №7) таблица 1	54.00	60.00	261.00	1800.00									
	Факт	62.42	68.69	275.10	1696.54	457.61	92.00	640.65	264.00	117.50				
		1.0	1.1	4.4										
	%					27.0%	5.4%	37.8%	15.6%	14.3%	100.0%			
	Норма Min.					450	90	630	270	450				
	Норма Max.					360	90	540	180	360				
	Отклонение от нормы в % (допустимо ± 5 %)					1.69	2.22	1.69	-2.22	-73.89				

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

		Завтра	Обед	Полдни	Ужин	
	Объем СанПиН 2.3/2.4.4282-26	400.00	600.00	250.00	450.00	
	Факт	407.00	610.00	250.00	450.00	

День: пятница

Неделя:первая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса пор-ции	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные вещества (мг)				%
			всего	всего			B1,мг	C,мг	A,мг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	
	Завтрак 8.00-8.30														
384	Каша кукурузная молочная с маслом	150	4.20	4.05	11.55	96.90	0.03	0.45	30	0	121.05	100.95	15.15	0.3	
	Масло сливочное 72% жирности	21	0.80	7.15	0.13	37.33	0.01	0	45	0.1	2.4	3	0.04	0.01	
959	Какао на молоке	180	5.80	5.80	34.40	205.60	0.06	1.6	40	0.4	172.2	178.4	24.8	1	
	Батон нарезной	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.08	0	0	0.65	11.5	44.5	17	1	
	Итого за прием	401.00	14.80	17.50	70.63	458.83	0.18	2.05	115.00	1.15	307.15	326.85	56.99	2.31	
	Распределение каллорийности в %														24.1%
	2 Завтрак														
	Банан	100	1.50	0.50	21.00	92.00	0.4	10	20	0	8	20	15	2.87	
	Итого за прием	100.00	1.50	0.50	21.00	92.00	0.40	10.00	20.00	0.00	8.00	20.00	15.00	2.87	
	Распределение каллорийности в %														4.8%
	Обед 12.00-13.00														
81	Салат из квашеной капусты	50	1.00	2.40	4.55	33.00	0.025	7.7	1550	1.1	21.3	28.05	15.65	0.65	
218	Суп лапша с курицей	180	2.88	5.76	14.16	114.72	0.04	1.92	1200	0.72	19.44	38.16	9.84	0.48	
486	Рыба тушеная с овощами	70	12.96	3.33	7.65	92.02	0.09	8.28	810	1.62	27	133.47	23.13	0.81	
694	Картофельное пюре	130	4.20	9.20	17.00	163.40	0.16	17.6	40	3	77.8	119.6	34	1.2	
868	Компот из кураги	180.00	0.60	0.00	29.00	111.20	0.006	0.4	200		25.2	39.6	19.4	0.6	
	Хлеб сельский	50	3.30	0.60	16.70	86.50	0.09	0	0.5	0.7	17.5	1.95	23.5	1.95	
	Итого за прием	660.00	24.94	21.29	89.06	600.84	0.41	35.90	3800.50	7.14	188.24	360.83	125.52	5.69	
	Распределение каллорийности в %														31.6%
	Полдник 15.00-15.30														
	Булочка с изюмом	50	3.32	2.48	40.96	193.54	0.04	0.14	70	1.76	5.8	26.1	4.7	0.42	
	Молоко кипяченое	200	5.00	3.20	8.50	87.00	0.03	0.6	22	0	119	91	14	0.1	
	Итого за прием	250.00	8.32	5.68	49.46	280.54	0.07	0.74	92.00	1.76	124.80	117.10	18.70	0.52	
	Распределение каллорийности в %														14.8%
	Ужин16.30-17.00														
	Салат из вежей капусты с яблоком и морковью	50	0.36	0.06	1.26	8.00	0.02	0.83	44.3	0.23	4.66	8.66	6.66	0.3	
608	Котлета мясная	70	5.05	9.70	1.65	113.70	0.1	0.2	35	0.25	13.8	59.6	8.05	0.75	
384	Каша гречневая вязкая с маслом	130	6.48	3.96	30.78	177.66	0.18	0	3.6	3.06	15.12	147.42	100.98	3.42	
1008	Компот лимонный	180	0.16	0.04	22.00	83.40	0.006	4.6	8	0.04	6.6	4	2.4	0.12	
	Хлеб сельский	30	3.30	0.60	16.70	86.50	0.09	0	0.5	0.7	17.5	1.95	23.5	1.95	
	Итого за прием	460.00	15.35	14.36	72.39	469.26	0.40	5.63	91.40	4.28	57.68	221.63	141.59	6.54	
	Распределение каллорийности в %														24.7%
	Итого за день	1771.00	64.91	59.33	302.54	1901.47	1.46	54.32	4118.90	14.33	685.87	1046.41	357.80	17.93	

		Б	Ж	У	Ккал	Завтрак	2 завтр	Обед	Полдни	Ужин	Итого в %			
	Суточная потребность (приложение №7) таблица 1	54.00	60.00	261.00	1800.00									
	Факт	64.91	59.33	302.54	1901.47	458.83	92.00	600.84	280.54	469.26				
		1.0	0.9	4.7										
	%					24.1%	4.8%	31.6%	14.8%	24.7%	100.0%			
	Норма Min.					450	90	630	270	450				
	Норма Max.					360	90	540	180	360				
	Отклонение от нормы в % (допустимо ± 5 %)					1.96	2.22	-4.63	3.90	4.28				

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

		Завтра	Обед	Полдни	Ужин	
	Объем СанПиН 2.3/2.4.4282-26	400.00	600.00	250.00	450.00	
	Факт	401.00	660.00	250.00	460.00	

День: понедельник

Неделя:вторая

Возрастная категория: от3 до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса пор-ции	Белки, г	Жиры, г	Углев о-ды, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные вещества (мг)				
			всего	всего			B1,мг	C,мг	A,мг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	%
	Завтрак 8.00-8.30														
284	Каша молочная "Дружба"	150	6.90	7.50	7.65	184.50	0.024	0.18	51.22	0.22	208.6	150.52	40.12	1.44	
	Масло сливочное 72% жирности	21	1.20	10.73	0.20	48.53	0.02		67.5	0.15	3.6	4.5	0.06	0.02	
	Сыр голландский порционно	6	3.12	3.19	0.43	42.68	0.01	0.34	48	0.04	120.6	64.8	6	0.12	
	Батон нарезной	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.08			0.65	11.5	44.5	17	1	
958	Чай с молоком	180	0.40	0.10	21.60	83.40		0.18			9.2	14.8	7.8	1.6	
	Итого за прием	407.00	15.22	21.92	32.83	394.71	0.13	0.52	166.72	1.06	344.30	264.32	63.18	2.58	
	Распределение каллорийности в %														20.7%
	2 Завтрак														
	Груши свежие	100	5.00	3.20	8.50	87.00	0.03	0.6	22	0	119	91	14	0.1	
	Итого за прием	100.00	5.00	3.20	8.50	87.00	0.03	0.60	22.00	0.00	119.00	91.00	14.00	0.10	
	Распределение каллорийности в %														4.6%
	Обед 12.00-13.00														
78	Салат из овощей с морской капустой	60	0.67	1.16	3.78	32.25	0.04	7.57	2850	1.12	26.02	31.27	23.02	0.82	
201	Суп картофельный с вермишелью и говядиной	200	6.48	5.76	24.32	175.92	0.19	8.4	1200	0.96	47.28	166.32	46.32	3.36	
591	Гуляш из говядины	80	24.90	22.00	7.70	150.00	0.1	7.6	0	0.9	22.6	256.4	38.3	3.3	
384	Каша гречневая	200	6.48	3.96	30.78	177.66	0.18	0	3.6	3.06	15.12	147.42	100.98	3.42	
868	Компот из кураги, чернослива	200	0.80	0.04	24.20	94.80	0.014	0.6	400		24	22.2	14.2	0.6	
	Хлеб сельский	60	3.30	0.60	16.70	86.50	0.09	0	0.5	0.7	17.5	1.95	23.5	1.95	
	Итого за прием	600.00	42.63	33.52	107.48	717.13	0.61	24.17	4454.10	6.74	152.52	625.56	246.32	13.45	
	Распределение каллорийности в %														37.6%
	Полдник 15.00-15.30														
	Катык	200	0.50	0.00	12.70	55.00	0.02	4	217	0.8	20	2	10	0.2	
	Вафли (2 шт.)	60	3.32	2.48	40.96	203.54	0.04	0.14	70	1.76	5.8	26.1	4.7	0.42	
	Итого за прием	260.00	3.82	2.48	53.66	258.54	0.06	4.14	287.00	2.56	25.80	28.10	14.70	0.62	
	Распределение каллорийности в %														13.6%
	Ужин16.30-17.00														
	Помидоры свежие порционно	50	0.55	0.10	1.90	12.00	0.03	1.25	66.5	0.35	7	13	10	0.45	
680	Запеканка картофельная с мясом	150	8.28	5.06	39.33	229.01	0.23	0	4.6	3.91	19.32	188.37	129.03	4.37	
1009	Компот из облепихи	180	0.16	0.04	11.00	89.00	0.006	4.6	8	0.04	6.6	4	2.4	0.12	
	Батон нарезной	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.08			0.65	11.5	44.5	17	1	
	Итого за прием	430.00	13.0	5.7	76.8	449.0	0.3	5.9	79.1	5.0	44.4	249.9	158.4	5.9	
	Распределение каллорийности в %														23.6%
	Итого за день	1697.00	79.66	66.82	279.25	1906.39	1.18	35.28	5008.92	15.31	686.04	1258.85	496.63	22.69	

Распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи.

	Б	Ж	У	Ккал	Завтрак	2 завтр	Обед	Полдни	Ужин	Итого в %			
Суточная потребность (приложение №7) таблица 1	54.00	60.00	261.00	1800.00									
Факт	79.66	66.82	279.25	1906.39	394.71	87.00	717.13	258.54	449.01				
	1.0	0.8	3.5										
%					20.7%	4.6%	37.6%	13.6%	23.6%	100.0%			
Норма Min.					450	90	630	270	450				
Норма Max.					360	90	540	180	360				
Отклонение от нормы в % (допустимо ± 5 %)					-12.29	-3.33	13.83	-4.24	-0.22				

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

	Завтрак	Обед	Полдни	Ужин	
Объем СанПиН 2.3/2.4.4282-26	400.00	600.00	250.00	450.00	
Факт	407.00	600.00	260.00	430.00	

День: вторник

Неделя:вторая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса пор-ции	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные вещества (мг)				
			всего	всего			B1,мг	C,мг	A,мг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	%
	Завтрак 8.00-8.30														
469	Сырники из творога	150	11.70	17.46	17.64	270.18	0.09	0.36	0	0	206.87	0	0	1.18	
	Масло сливочное 72% жирности	21	0.80	7.15	0.13	37.33	0.01	0	45	0.1	2.4	3	0.04	0.01	
882	Кисель фруктовый	180	0.00	0.00	14.00	52.60	0	0	0	0	0.2	0	0	0	
	Батон нарезной	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.08			0.65	11.5	44.5	17	1	
	Итого за прием	401.00	16.50	25.11	56.32	479.11	0.18	0.36	45.00	0.75	220.97	47.50	17.04	2.19	
	Распределение каллорийности в %														25.6%
	2 Завтрак														
	Яблоки свежие	120	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	4	0	0.2	14	14	8	2.8	
	Итого за прием	120.00	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	4.00	0.00	0.20	14.00	14.00	8.00	2.80	
	Распределение каллорийности в %														4.9%
	Обед 12.00-13.00														
	Зеленый горошек порционно	50	0.40	0.05	1.25	7.00	4.38	33.34	66.5	0.35	7	13	10	0.45	
187	Щи из свежей капусты, с картофелем, говядиной и сметаной	200	2.75	5.25	12.25	104.00	0.08	20	1250	0.25	67.5	78	34.5	1.2	
591	Жаркое по-домашнему	150	24.90	22.00	7.70	326.00	0.1	7.6	0	0.9	22.6	256.4	38.3	3.3	
867	Компот из изюма	200	0.60	0.00	29.00	111.20	0.006	0.4	200	0	25.2	39.6	19.4	0.6	
	Хлеб сельский	50	3.30	0.60	16.70	86.50	0.09	0	0.5	0.7	17.5	1.95	23.5	1.95	
	Итого за прием	650.00	31.95	27.90	66.90	634.70	4.66	61.34	1517.00	2.20	139.80	388.95	125.70	7.50	
	Распределение каллорийности в %														34.0%
	Полдник 15.00-15.30														
	Пирожное песочное с фруктовой начинкой	50	2.04	7.40	25.32	169.72	0.04	0	40	0	6.8	20	1.2	0.32	
	Кефир 2,5%	200	5.00	3.20	8.50	87.00	0.03	0.6	22	0	119	91	14	0.1	
	Итого за прием	250.00	7.04	10.60	33.82	256.72	0.07	0.60	62.00	0.00	125.80	111.00	15.20	0.42	
	Распределение каллорийности в %														13.7%
	Ужин16.30-17.00														
	Салат из свеклы	50	0.40	0.05	1.25	7.00	4.38	33.34	66.5	0.35	7	13	10	0.45	
642	Рагу из птицы	150	8.28	5.06	39.33	229.01	0.23	0	4.6	3.91	19.32	188.37	129.03	4.37	
1008	Компот из апельсинов	180	0.16	0.04	22.00	83.40	0.006	4.6	8	0.04	6.6	4	2.4	0.12	
	Хлеб сельский	40	3.30	0.60	16.70	86.50	0.09	0	0.5	0.7	17.5	1.95	23.5	1.95	
	Итого за прием	420.00	12.14	5.75	79.28	405.91	4.71	37.94	79.60	5.00	50.42	207.32	164.93	6.89	
	Распределение каллорийности в %														21.7%
	Итого за день	1721.00	39.98	42.26	206.32	1868.44	5.07	42.90	187.10	6.65	428.69	381.77	228.67	14.25	

Распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи.

	Б	Ж	У	Ккал	Завтрак	2 завтрак	Обед	Полдник	Ужин	Итого в %			
Суточная потребность (приложение №7) таблица 1	54.00	60.00	261.00	1800.00	417.6	86.4	619.2	262.8					
Факт	39.98	42.26	206.32	0.00	479.11	92.00	634.70	256.72	405.91				
	1.0	1.1	5.2										
%					25.6%	4.9%	34.0%	13.7%	21.7%	100.0%			
Норма Min.					450	90	630	270	450				
Норма Max.					360	90	540	180	360				
Отклонение от нормы в % (допустимо ± 5 %)					6.47	2.22	0.75	-4.92	-9.80				

	Завтра	Обед	Полдни	Ужин	
Объем СанПиН 2.3/2.4.4282-26	400.00	600.00	250.00	450.00	
Факт	401.00	650.00	250.00	420.00	

День: среда

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса пор-ции	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные вещества (мг)				
			всего	всего			B1,мг	C,мг	A,мг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	%
	Завтрак 8.00-8.30														
284	Каша овсяная молочная "Геркулес" с маслом	150	5.16	6.48	13.89	134.66	0.02	0.12	27.27	0.14	16.09	55.64	30.54	0.82	
	Масло сливочное 72% жирности	21	0.80	7.15	0.13	37.33	0.01	0	45	0.1	2.4	3	0.04	0.01	
	Сыр голландский порционно	6	3.12	3.19	0.43	42.68	0.01	0.34	48	0.04	120.6	64.8	6	0.12	
958	Кофейный напиток на молоке	180	2.80	3.00	24.20	128.20	0.02	0.6	12	0.06	80	67.2	21.4	0.4	
	Батон нарезной	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.8			0.65	11.5	44.5	17	1	
	Итого за прием	407.00	15.88	20.32	63.20	461.87	0.86	1.06	132.27	0.99	230.59	235.14	74.98	2.35	
	Распределение каллорийности в %														25.6%
	2 Завтрак														
	Груша свежая	100	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	4	0	0.2	14	14	8	2.8	
	Итого за прием	100.00	1.00	0.20	20.20	92.00	0.02	4.00	0.00	0.20	14.00	14.00	8.00	2.80	
	Распределение каллорийности в %														5.1%
	Обед 12.00-13.00														
	Винегрет	50	0.40	0.06	0.85	6.50	0.01	2.5	2.5	0.05	11.5	12	7	0.3	
187	Щи из свежей капусты, с картофелем, говядиной и сметаной	180	2.20	4.20	9.80	83.20	0.07	16	1000	0.2	54	62.4	27.6	0.96	
582	Котлета из курицы	70	10.16	8.36	3.32	203.28	0.24	6.08	2880	0.4	6.96	274.16	18.4	8.08	
690	Макароны отварные с овощами	130	5.20	5.72	27.56	185.90	0.06	0.91	0	2.73	23.4	39.39	15.34	1.04	
864	Компот из смеси сухофруктов	180.00	0.60	0.00	29.00	111.20	0.006	0.4	200		25.2	39.6	19.4	0.6	
	Хлеб сельский	40	1.98	0.36	10.02	51.90	0.06	0	0.3	0.42	10.5	1.17	14.1	1.17	
	Итого за прием	650.00	20.54	18.70	80.55	641.98	0.45	25.89	4082.8	3.80	131.56	428.72	101.84	12.15	
	Распределение каллорийности в %														35.6%
	Полдник 15.00-15.30														
	Печенье детское	50	7.80	11.64	11.76	180.12	0.06	0.54	0	0	137.92	0	0	0.79	
958	Кисломолочный продукт(ряженка)	200	0.40	0.10	21.60	83.40		0.18			9.2	14.8	7.8	1.6	
	Итого за прием	250.00	8.20	11.74	33.36	263.52	0.06	0.72	0.00	0.00	147.12	14.80	7.80	2.39	
	Распределение каллорийности в %														14.6%
	Ужин16.30-17.00														
81	Салат из квашеной капусты	50	1.00	2.40	4.55	33.00	0.03	7.7	1550	1.1	21.3	28.05	15.65	0.65	
486	Рыба тушеная с овощами	70	11.78	3.03	6.96	83.63	0.08	7.53	736.35	1.47	24.54	8.84	21.03	0.74	
694	Картофельное пюре	130	3.15	6.90	12.75	122.55	0.12	13.2	30	2.25	58.35	89.7	25.5	0.9	
882	Кисель фруктовый	180	0.00	0.00	14.00	52.60	0	0	0	0	0.2	0	0	0	
	Хлеб сельский	30	1.98	0.36	10.02	51.90	0.06	0	0.3	0.42	10.5	1.17	14.1	1.17	
	Итого за прием	460.00	17.91	12.69	48.28	343.68	0.29	28.43	2316.65	5.24	114.89	127.76	76.28	3.46	
	Распределение каллорийности в %														19.1%
	Итого за день	1815.00	63.53	63.65	245.59	1803.05	1.68	60.10	6531.72	10.23	638.16	820.42	268.90	23.15	

Распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи.

		Б	Ж	У	Ккал	Завтрак	2 завтра	Обед	Полдни	Ужин	Итого в %			
	Суточная потребность (приложение №7) таблица 1	54.00	60.00	261.00	1800.00									
	Факт	63.53	63.65	245.59	1803.05	461.87	92.00	641.98	263.52	343.68				
		1.0	1.0	3.9										
	%					25.6%	5.1%	35.6%	14.6%	19.1%	100.0%			
	Норма Min.					450	90	630	270	450				
	Норма Max.					360	90	540	180	360				
	Отклонение от нормы в % (допустимо ± 5 %)					2.64	2.22	1.90	-2.40	-23.63				

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

		Завтрак	Обед	Полдни	Ужин	
	Объем СанПиН 2.3/2.4.4282-26	400.00	600.00	250.00	450.00	
	Факт	407.00	650.00	250.00	460.00	

День: четверг

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные вещества (мг)				%
			всего	всего			B1,мг	C,мг	A,мг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	
	Завтрак 8.00-8.30														
284	Запеканка творожная	150	5.15	5.80	11.15	118.09	0.01	0.11	27.27	0.14	16.09	55.64	30.54	0.81	
	Масло сливочное 72%	21	5.60	9.00	5.10	123.00	0.06	13.9	300	1.7	23.8	85.1	18.9	1.3	
958	Чай с сахаром с молоком	180	0.40	0.10	21.60	83.40		0.18			9.2	14.8	7.8	1.6	
	Батон нарезной	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.08			0.65	11.5	44.5	17	1	
	Итого за прием	401.00	15.15	15.40	62.40	443.49	0.15	14.19	327.27	2.49	60.59	200.04	74.24	4.71	
	Распределение каллорийности в %														23.2%
	2 Завтрак														
	Банан	100	1.50	0.50	21.00	92.00	0.4	10	20	0	8	20	15	2.87	
	Итого за прием	100	1.50	0.50	21.00	92.00	0.40	10.00	20.00	0.00	8.00	20.00	15.00	2.87	
	Распределение каллорийности в %														4.8%
	Обед 12.00-13.00														
79	Огурец свежий порционный	50	1.20	3.80	6.50	66.00	0.02	3.3	0	1.7	19.5	14.5	9	3.3	
206	Суп рассольник ленинградский со сметаной и говядиной	200	6.75	6.00	27.00	183.25	0.2	8.75	1250	1	49.25	173.25	48.25	3.5	
601	Гречневая каша рассыпч	130	6.15	10.95	27.45	226.05	0.05	0.6	750	3.3	2.04	92.4	31.8	1.2	
	Гуляш из говядины	70	7.60	2.47	164.80	0.04	0.8	0.1	0.2	35	3.79	59.6	8.05	0.18	
867	Компот из изюма	180.00	0.60	0.00	29.00	111.20	0.006	0.4	200	0	25.2	39.6	19.4	0.6	
	Хлеб пшеничный	50	2.37	0.30	14.49	70.50	0.05	0	0	0.39	6.9	26.1	9.9	0.6	
	Итого за прием	610.00	24.67	23.52	269.24	657.04	1.13	13.15	2200.20	41.39	106.68	405.45	126.40	9.38	
	Распределение каллорийности в %														34.4%
	Полдник 15.00-15.30														
	Кефир 2,5%	200	5.00	3.20	8.50	87.00	0.03	0.6	22	0	119	91	14	0.1	
	Ватрушка с повидлом	50	4.97	7.10	25.50	191.57	0.18	0.01	72	1.58	58.96	108.43	13.18	0.79	
	Итого за прием	250.00	9.97	10.30	34.00	278.57	0.21	0.61	94.00	1.58	177.96	199.43	27.18	0.89	
	Распределение каллорийности в %														14.6%
	Ужин16.30-17.00														
	Капуста тушеная	130	1.60	1.00	3.25	20.00	0.05	5	25	10	31	10.5	0	61.2	
608	Тефтели из говядины	80	11.10	16.97	17.99	259.35	0.91	0.32	57.8	1.9	29.8	183.5	62.88	2.7	
859	Компот из яблок	180.00	0.16	0.04	22.00	89.00	0.006	4.6	8	0.04	6.6	4	2.4	0.12	
	Хлеб пшеничный	30	2.37	0.30	14.49	70.50	0.05	0	0	0.39	6.9	26.1	9.9	0.6	
	Итого за прием	420.00	15.23	18.31	57.73	438.85	1.02	9.92	90.80	12.33	74.30	224.10	75.18	64.62	
	Распределение каллорийности в %														23.0%
	Итого за день	1781.00	66.52	68.03	444.37	1909.95	2.90	47.87	2732.27	57.79	427.53	1049.02	318.00	82.47	

Распределение энергетической ценности по отдельным приемам пищи.

		Б	Ж	У	Ккал	Завтрак	2 завтр	Обед	Полдни	Ужин	Итого в %			
	Суточная потребность (приложение №7) таблица 1	54.00	60.00	261.00	1800.00									
	Факт	66.52	68.03	444.37	1909.95	443.49	92.00	657.04	278.57	438.85				
		1.0	1.0	6.7										
	%					23.2%	4.8%	34.4%	14.6%	23.0%	100.0%			
	Норма Min.					450	90	630	270	450				
	Норма Max.					360	90	540	180	360				
	Отклонение от нормы в % (допустимо ± 5 %)					-1.45	2.22	4.29	3.17	-2.48				

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

		Завтра	Обед	Полдни	Ужин	
	Объем СанПиН 2.3/2.4.4282-26	400.00	600.00	250.00	450.00	
	Факт	401.00	610.00	250.00	420.00	

День: пятница

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Витамины				Минеральные вещества (мг)				%
			всего	всего			B1,мг	C,мг	A,мг	E,мг	Ca	P	Mg	Fe	
	Завтрак 8.00-8.30														
384	Каша кукурузная молочная с маслом	150	4.20	4.05	11.55	96.90	0.03	0.45	30	0	121.05	100.95	15.15	0.3	
	Сыр голландский порционно	6	3.12	3.19	0.43	42.68	0.01	0.34	48	0.04	120.6	64.8	6	0.12	
	Масло сливочное 72% жирности	21	0.80	7.15	0.13	37.33	0.01	0	45	0.1	2.4	3	0.04	0.01	
959	Какао на молоке	180	5.80	5.80	34.40	205.60	0.06	1.6	40	0.4	172.2	178.4	24.8	1	
	Батон нарезной	50	4.00	0.50	24.55	119.00	0.08	0	0	0.65	11.5	44.5	17	1	
	Итого за прием	401.00	17.92	20.69	71.06	501.51	0.19	2.39	163.00	1.19	427.75	391.65	62.99	2.43	
	Распределение каллорийности в %														25.8%
	2 Завтрак														
	Яблоко	100	1.50	0.50	21.00	92.00	0.4	10	20	0	8	20	15	2.87	
	Итого за прием	100.00	1.50	0.50	21.00	92.00	0.40	10.00	20.00	0.00	8.00	20.00	15.00	2.87	
	Распределение каллорийности в %														4.7%
	Обед 12.00-13.00														
81	Салат из квашеной капусты	50	1.00	2.40	4.55	33.00	0.025	7.7	1550	1.1	21.3	28.05	15.65	0.65	
218	Суп лапша с курицей	180	2.88	5.76	14.16	114.72	0.04	1.92	1200	0.72	19.44	38.16	9.84	0.48	
486	Рыба тушеная с овощами	70	12.96	3.33	7.65	92.02	0.09	8.28	810	1.62	27	133.47	23.13	0.81	
694	Картофельное пюре	130	4.20	9.20	17.00	163.40	0.16	17.6	40	3	77.8	119.6	34	1.2	
868	Компот из кураги	180.00	0.60	0.00	29.00	111.20	0.006	0.4	200		25.2	39.6	19.4	0.6	
	Хлеб сельский	40	3.30	0.60	16.70	86.50	0.09	0	0.5	0.7	17.5	1.95	23.5	1.95	
	Итого за прием	650.00	24.94	21.29	89.06	600.84	0.41	35.90	3800.50	7.14	188.24	360.83	125.52	5.69	
	Распределение каллорийности в %														30.9%
	Полдник 15.00-15.30														
	Булочка с изюмом	50	3.32	2.48	40.96	193.54	0.04	0.14	70	1.76	5.8	26.1	4.7	0.42	
	Молоко кипяченое	200	5.00	3.20	8.50	87.00	0.03	0.6	22	0	119	91	14	0.1	
	Итого за прием	250.00	8.32	5.68	49.46	280.54	0.07	0.74	92.00	1.76	124.80	117.10	18.70	0.52	
	Распределение каллорийности в %														14.4%
	Ужин16.30-17.00														
	Салат из вежей капусты с яблоком и морковью	50	0.36	0.06	1.26	8.00	0.02	0.83	44.3	0.23	4.66	8.66	6.66	0.3	
608	Котлета мясная	50	5.05	9.70	1.65	113.70	0.1	0.2	35	0.25	13.8	59.6	8.05	0.75	
384	Рис отварной	130	6.48	3.96	30.78	177.66	0.18	0	3.6	3.06	15.12	147.42	100.98	3.42	
1008	Компот лимонный	180	0.16	0.04	22.00	83.40	0.006	4.6	8	0.04	6.6	4	2.4	0.12	
	Хлеб сельский	40	3.30	0.60	16.70	86.50	0.09	0	0.5	0.7	17.5	1.95	23.5	1.95	
	Итого за прием	450.00	15.35	14.36	72.39	469.26	0.40	5.63	91.40	4.28	57.68	221.63	141.59	6.54	
	Распределение каллорийности в %														24.1%
	Итого за день	1751.00	68.03	62.52	302.97	1944.15	1.47	54.66	4166.90	14.37	806.47	1111.21	363.80	18.05	

		Б	Ж	У	Ккал	Завтрак	2 завтр	Обед	Полдни	Ужин	Итого в %			
	Суточная потребность (приложение №7) таблица 1	54.00	60.00	261.00	1800.00									
	Факт	68.03	62.52	302.97	1944.15	501.51	92.00	600.84	280.54	469.26				
		1.0	0.9	4.5										
	%					25.8%	4.7%	30.9%	14.4%	24.1%	100.0%			
	Норма Min.					450	90	630	270	450				
	Норма Max.					360	90	540	180	360				
	Отклонение от нормы в % (допустимо ± 5 %)					11.45	2.22	-4.63	3.90	4.28				

Суммарный объем блюд по приемам пищи (в граммах)

	Завтра	Обед	Полдни	Ужин	
Объем СанПиН 2.3/2.4.4282-26	400.00	600.00	250.00	450.00	
Факт	401.00	650.00	250.00	450.00	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"
Идентификатор: 37e8f2a9-3308-4d69-8203-c2fc7f0391f3
ОТПРАВЛЕНО ИП БОЧКАРЕВА ОЛЬГА АЛЕКСАНДРОВНА, БОЧКАРЕВА ОЛЬГА АЛЕКСАНДРОВНА 02.10.26 16:13 (MSK) Сертификат 033712BC00B7B4A8A7487DF2E69DE8A72E