|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность** | **№ рецептуры** |
| **Белки** | **Жиры** | **Углеводы** |
| **День 1** |
| **ЗАВТРАК** | **Каша пшеничная молочная жидкая** | **155** | **5,4** | **6,21** | **26,30** | **189,3** | **189** |
| **Бутерброд с маслом** | **30** | **3,24** | **4,1** | **8** | **62** | **1** |
| **Чай с лимоном** | **193** | **0,12** | **0** | **8,52** | **36** | **395** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  | **378** | **8,76** | **10,31** | **42,82** | **287,3** |  |
| **ЗАВТРАК 2** | **Яблоко свежее** | **150** | **0,6** | **0,6** | **14,8** | **66,3** | **10** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** |  | **150** | **0,6** | **0,6** | **14,8** | **66,3** |  |
| **ОБЕД** | **Суп картофельный с клецками, говядиной и зеленью петрушки** | **171** | **3,8** | **5,9** | **10,4** | **105,8** | **85** |
| **Напиток яблочный** | **160** | **0,011** | **0,011** | **21,2** | **89,1** | **25** |
| **Хлеб ржаной** | **15** | **1** | **0,12** | **6,3** | **34,5** | **700** |
| **Хлеб пшеничный** | **15** | **1,1** | **0,5** | **6,6** | **39,3** | **701.1** |
| **Пюре картофельное с морковью** | **120** | **2,32** | **3,92** | **17,6** | **107,4** | **322** |
| **Огурец свежий** | **20** | 0,32 | 0,04 | 1 | 2,3 | **Б/н** |
| **Суфле из рыбы** | **60** | **4,6** | **4,8** | **2,5** | **91,5** | **268** |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  | **540** | **13,151** | **15,291** | **65,6** | **469,9** |  |
| **ПОЛДНИК** | **Булочка творожная** | **50** | **7,3** | **2,3** | **29,25** | **144** | **479** |
| **Молоко кипяченое** | **180** | **5,1** | **3,5** | **9,2** | **79,3** | **434** |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  | **220** | **12,4** | **5,8** | **38,45** | **223,3** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **1288** | **34,911** | **32,001** | **161,67** | **1046,8** |  |
| **День 2** |   |   |   |   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК** | **Каша рисовая жидкая с маслом сливочным** | **155** | **3,8** | **6,1** | **20,9** | **154** | **189** |
| **Чай с молоком** | **180** | **3,2** | **2,8** | **13,6** | **77** | **40** |
| **Бутерброд с сыром** | **30** | **3,39** | **6,9** | **10** | **69** | **3** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  | **365** | **10,39** | **15,8** | **44,5** | **300** |  |
| **ЗАВТРАК 2** | **Сок персиковый** | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,8** | **65** | **442** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** |  | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,8** | **65** |  |
| **ОБЕД** | **Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленбю петрушки** | **161** | **3,2** | **4** | **5** | **92,4** | **82** |
| **Запеканка из печени с рисом** | **170** | **15,5** | **17** | **17,6** | **216** | **294** |
| **Напиток из плодов шиповника** | **180** | **0,5** | **0,2** | **18,3** | **77,3** | **27** |
| **Хлеб ржаной** | **15** | **1** | **0,12** | **6,4** | **29** | **700** |
| **Хлеб пшеничный** | **15** | **1,1** | **0,5** | **7,7** | **39,3** | **701.1** |
| **Помидор свежий** | **40** | **0,4** | **0,1** | **1,5** | **9,6** | **1** |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  | **411** | **21,7** | **21,92** | **56,5** | **463,6** |  |
| **ПОЛДНИК** | **Кефир** | **150** | **4,5** | **2,5** | **6** | **46,5** | **435** |
| **Булочкая молочная** | **60** | **2** | **4,6** | **24,1** | **164** | **477** |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  | **210** | **6,5** | **7,1** | **30,1** | **210,5** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **1136** | **39,39** | **45,02** | **145,9** | **1039,1** |  |
| **День 3** |   |   |   |   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК** | **Бутерброд с джемом** | **30** | **1,4** | **2,1** | **15,80** | **68** | **2** |
| **Салат из горошка зеленого консервированного** | 30 | 0,9 | 1,6 | 1,8 | 24,3 | **10** |
| **Омлет натуральный** | 120 | 12,3 | 16,7 | 2,3 | 119 | **214** |
| **Кофейный напиток с молоком** | 180 | 2,8 | 2,4 | 12,7 | 84 | **28** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  | **360** | **17,4** | **22,8** | **32,6** | **295,3** |  |
| **ЗАВТРАК 2** | **Яблоко свежее** | **150** | **0,6** | **0,6** | **14,8** | **66,3** | **10** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** |  | **150** | **0,6** | **0,6** | **14,8** | **66,3** |  |
| **ОБЕД** | **Каша гречневая рассыпчатая** | **115** | **6,1** | **5** | **28** | **166,5** | **181** |
| **Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной и зеленью петрушки** | **166** | **4,2** | **6,3** | **5,7** | **98,1** | **67** |
| **Гуляш из отварного мяса** | **50** | **15,1** | **15,2** | **3,5** | **126** | **277** |
| **Чай с вареньем** | **160** | **0,08** | **0,04** | **6,83** | **28** | **392** |
| **Хлеб ржаной** | **15** | **1** | **0,12** | **6,3** | **34,5** | **700** |
| **Хлеб пшеничный** | **15** | **1,1** | **0,5** | **6,6** | **39,3** | **701.1** |
| **Огурец свежий** | **40** | **0,3** | **0** | **1** | **5,6** | **11** |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  | **561** | **27,88** | **27,16** | **57,93** | **498** |  |
| **ПОЛДНИК** | **Булочка домашняя** | **50** | **3,6** | **5,9** | **24** | **150,3** | **467** |
| **Ряженка** | **150** | **2,7** | **1,5** | **6,3** | **60** | **435** |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  | **255** | **6,3** | **7,4** | **30,3** | **210,3** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **1326** | **52,18** | **57,96** | **135,63** | **1069,9** |  |
|  |  |  |   |   |   |   |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность** | **№ рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **День 4** |   |   |   |   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК** | **Каша манная жидкая с маслом сливочным** | **155** | **4,5** | **6** | **20** | **153** | **189** |
| **Какао с молоком** | **180** | **3,8** | **3,2** | **15,6** | **107** | **43** |
| **Бутерброды с маслом** | **40** | **3,24** | **4,1** | **7** | **62** | **1** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  | **365** | **11,54** | **13,3** | **42,6** | **322** |  |
| **ЗАВТРАК 2** | **Сок яблочный** | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,8** | **65** | **442** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** |  | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,8** | **65** |  |
| **ОБЕД** | **Чай с сахаром** | **155** | **0** | **0** | **7** | **28** | **30** |
| **Пудинг рыбный запеченный** | **60** | **7,6** | **4** | **15,1** | **116** | **269** |
| **Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной** | **165** | **4,2** | **6,2** | **7,7** | **105,7** | **57** |
| **Хлеб ржаной** | **15** | **1** | **0,12** | **6,3** | **34,5** | **700** |
| **Хлеб пшеничный** | **15** | **1,1** | **0,5** | **6,6** | **39,3** | **701.1** |
| **Салат картофельный** | **40** | **0,6** | **6,1** | **4,8** | **76,8** | **43** |
| **Овощи, припущенные в сметанном соусе** | **120** | **2** | **1,6** | **7,8** | **55,5** | **129** |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  | **570** | **16,5** | **18,52** | **55,3** | **455,8** |  |
| **ПОЛДНИК** | **Молоко кипяченое** | **180** | **5,3** | **3,6** | **8,8** | **89** | **434** |
| **Булочкая молочная** | **60** | **2** | **4,6** | **24,1** | **164** | **477** |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  | **60** | **7,3** | **8,2** | **32,9** | **253** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **1145** | **36,14** | **40,22** | **145,6** | **1095,8** |  |
| **День 5** |   |   |   |   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК** | **Каша из пшена и риса молочная жидкая** | **150** | **2,6** | **2,5** | **18,5** | **128** | **190** |
| **Чай с молоком**  | **180** | **3,2** | **2,8** | **13,6** | **77** | **№040** |
| **Бутерброды с сыром** | **30** | **3,39** | **6,9** | **10** | **69** | **3** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  | **360** | **9,19** | **12,2** | **42,1** | **274** |  |
| **ЗАВТРАК 2** | **Груша свежая** | **150** | **0,6** | **0,5** | **15,5** | **70,5** | **№002** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** |  | **150** | **0,6** | **0,5** | **15,5** | **70,5** |   |
| **ОБЕД** | **Суп картофельный с мясными фрикадельками** | **165** | **3,4** | **1,8** | **9,4** | **67,4** | **83/121** |
| **Запеканка картофельная с мясом**  | **150** | **6,3** | **9** | **10** | **224** | 291 |
| **Компот из кураги** | **150** | **0,3** | **0** | **5,8** | **85** | №031 |
| **Соус сметанный** | 20 | 0,3 | 0,8 | 1,2 | 14,9 | **354** |
| **Хлеб ржаной** | **15** | **1** | **0,12** | **6,3** | **34,5** | **700** |
| **Хлеб пшеничный** | **15** | **1,1** | **0,5** | **6,6** | **39,3** | **701.1** |
| **Салат из свеклы** | **40** | **0,6** | **2,3** | **1,2** | **36,5** | 33 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  | **555** | **13** | **14,52** | **40,5** | **501,6** |   |
| **ПОЛДНИК** | **Ватрушка с творогом** | **50** | **1,7** | **8,1** | **34** | **134** | **249** |
| **Кефир**  | **150** | **2,5** | **0,2** | **7** | **79,5** |   |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  | **200** | **4,2** | **8,3** | **41** | **213,5** |   |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **1265** | **26,99** | **35,52** | **139,1** | **1059,6** |  |
| **День 6** |   |   |   |   |   |   |  |
| **ЗАВТРАК** | **Каша пшенная жидкая с маслом сливочным** | **155** | **3,42** | **4,7** | **13,7** | **142** | 189 |
| **Кофейный напиток с молоком** | **180** | **2,8** | **2,4** | **12,7** | **84** | №028 |
| **Бутерброд с джемом** | **30** | **1,4** | **2,1** | **15,8** | **68** | 2 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  | **365** | **7,62** | **9,2** | **42,2** | **294** |   |
| **ЗАВТРАК 2** | **Сок персиковый** | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,8** | **65** | **442** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** |  | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,8** | **65** |   |
| **ОБЕД** | **Суп картофельный с горохом и гренками** | **160** | **2,7** | **3,4** | **15** | **125,1** | **81** |
| **Фрикадельки рыбные отварные** | **60** | **7,99** | **2,1** | **4,38** | **121** | 263 |
| **Овощи в молочном соусе** | 120 | 1,7 | 0,1 | 7,8 | 69,4 | **338** |
| **Кисель из яблок** | **150** | **0,1** | **0,1** | **18,9** | **88,8** |   |
| **Хлеб ржаной** | **15** | **1** | **0,12** | **6,3** | **34,5** | **700** |
| **Хлеб пшеничный** | **15** | **1,1** | **0,5** | **6,6** | **39,3** | **701.1** |
| **Огурец свежий** | **40** | **0,3** | **0** | **1** | **5,6** | №011 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  | **440** | **14,89** | **6,32** | **59,98** | **483,7** |   |
| **ПОЛДНИК** | **Витаминизированный напиток** | **200** | **0** | **0** | **17** | **80** |  |
| **Печенье** | **25** | **3,5** | **4,5** | **18,6** | **124,3** | №0008 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  | **225** | **3,5** | **4,5** | **35,6** | **204,3** |   |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **1180** | **26,81** | **20,22** | **152,58** | **1047** |  |
|  |  |  |   |   |   |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность** |  |
| **Б** | **Ж** | **У** | **№ рецептуры** |
| **День 7** |   |   |   |   |   |   |
| **ЗАВТРАК** | **Омлет натуральный** | **100** | **10,3** | **13,92** | **1,92** | **93,2** | 214 |
| **Салат из горошка консервированного** | 40 | 1,2 | 2,1 | 2,4 | 32,4 | **10** |
| **Какао с молоком** | **180** | **3,8** | **3,2** | **15,6** | **107** | №043 |
| **Бутерброд с маслом** | **30** | **3,24** | **4,1** | **7** | **62** | 1 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  | **350** | **18,54** | **23,32** | **26,92** | **294,6** |   |
| **ЗАВТРАК 2** | **Груша свежая** | **150** | **0,6** | **0,5** | **15,5** | **70,5** | **№002** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** |  | **150** | **0,6** | **0,5** | **15,5** | **70,5** |   |
| **ОБЕД** | **Котлета рубленая из птицы** | **60** | **11,22** | **2,36** | **9,33** | **103** | **305** |
| **Пюре из свеклы** | 140 | 2,24 | 5,25 | 14,56 | 114 | **324** |
| **Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной** | **165** | **4,1** | **3,4** | **3** | **107** | 76 |
| **Компот из сухофруктов** | **150** | **0,3** | **0** | **5,8** | **85** | №033 |
| **Хлеб ржаной** | **15** | **1** | **0,12** | **6,3** | **34,5** | **700** |
| **Хлеб пшеничный** | **15** | **1,1** | **0,5** | **6,6** | **39,3** | **701.1** |
| **Салат из моркови и яблок** | **40** | **0,34** | **0,04** | **3,15** | **36** | 40 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  | **585** | **20,3** | **11,67** | **48,74** | **518,8** |   |
| **ПОЛДНИК** | **Булочка творожная** | **50** | **7,3** | **2,3** | **29,25** | **144** | **479** |
| **Молоко кипячоное** | **150** | **4,4** | **3** | **7,3** | **74,2** | 434 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  | **200** | **11,7** | **5,3** | **36,55** | **218,2** |   |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **1285** | **51,14** | **40,79** | **127,71** | **1102,1** |  |
| **День 8** |   |   |   |   |   |   |  |
| **ЗАВТРАК** | **Каша манная жидкая с маслом сливочным** | **155** | **4,5** | **6** | **20** | **142,1** | 189 |
| **Чай с молоком**  | **180** | **3,2** | **2,8** | **13,6** | **77** | №040 |
| **Бутерброды с сыром** | **30** | **3,39** | **6,9** | **10** | **69** | 3 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  | **365** | **11,09** | **15,7** | **43,6** | **288,1** |   |
| **ЗАВТРАК 2** | **Сок абрикосовый** | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,8** | **65** | **442** |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** |  | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,8** | **65** |   |
| **ОБЕД** | **Суп картофельный с курой и сметаной** | **166** | **4,5** | **3,3** | **11,9** | **96,1** | **77** |
| **Пудинг из печени с морковью** | **50** | **11,2** | **4,9** | **4,5** | **109** | 34 |
| **Рагу овощное** | 150 | 2,4 | 6,9 | 13,4 | 125,1 | **344** |
| **Кисель из концетрата на плодовых и ягодных экстрактах** | **150** | **0** | **0** | **15** | **59** | №034 |
| **Хлеб ржаной** | **15** | **1** | **0,12** | **6,3** | **34,5** | **700** |
| **Хлеб пшеничный** | **15** | **1,1** | **0,5** | **6,6** | **39,3** | **701.1** |
| **Огурец свежий** | **40** | **0,3** | **0** | **1** | **5,6** | №011 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  | **586** | **20,5** | **15,72** | **58,7** | **468,6** |   |
| **ПОЛДНИК** | **Печенье** | **20** | **2,8** | **3,6** | **14,9** | **94,4** | **№008** |
|  | **Чай с вареньем** | **160** | **0,08** | **0,04** | **6,83** | **28** | 392 |
|  | **Груша свежая** | **150** | **0,6** | **0,5** | **15,5** | **70,5** | **№002** |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  | **330** | **3,48** | **4,14** | **37,23** | **192,9** |   |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **1431** | **35,87** | **35,76** | **154,33** | **1014,6** |  |
| **День 9** |   |   | 36 | 42 | 174 |   |  |
| **ЗАВТРАК** | **Каща овсяная "геркулес" дижкая с маслом сливочным** | **155** | **5** | **7,3** | **18,3** | **128** | 189 |
| **Кофейный напиток с молоком** | **180** | **2,8** | **2,4** | **12,7** | **84** |   |
| **Бутерброды с джемом** | **30** | **1,4** | **2,1** | **15,8** | **68** | 2 |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  | **365** | **9,2** | **11,8** | **46,8** | **280** |   |
| **ЗАВТРАК 2** | **Витаминизированный напиток** | **200** | **0** | **0** | **17** | **80** |  |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** |  | **200** | **0** | **0** | **17** | **80** |   |
| **ОБЕД** | **Пюре картофельное** | **120** | **2,6** | **4** | **17,1** | **117** | **321** |
| **Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной** | **165** | **4,2** | **6,2** | **7,7** | **105,7** | 57 |
| **Рыба отварная** | **60** | **11** | **0,4** | **0** | **109** | 228 |
| **Чай с лимоном** | **160** | **0,07** | **0,01** | **7,1** | **29** | №024 |
| **Хлеб ржаной** | **15** | **1** | **0,12** | **6,3** | **34,5** | **700** |
| **Хлеб пшеничный** | **15** | **1,1** | **0,5** | **6,6** | **39,3** | **701.1** |
| **Салат из свеклы** | **40** | **0,3** | **0,1** | **0,7** | **7,2** | 33 |
| **Соус сметанный** | **20** | **0,3** | **1** | **1,2** | **14,8** | 354 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  | **595** | **20,57** | **12,33** | **46,7** | **456,5** |   |
| **ПОЛДНИК** | **Булочка творожная** | **50** | **7,3** | **2,3** | **29,25** | **144** | **479** |
| **Ряженка** | **180** | **4,35** | **3,75** | **9,6** | **88** | 401 |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  | **230** | **11,65** | **6,05** | **38,85** | **232** |   |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **1390** | **41,42** | **30,18** | **149,35** | **1048,5** |  |
|  |  |  | 36 | 42 | 174 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность** | **№ рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| **День 10** |   |   |   |   |   |   | 189 |
| **ЗАВТРАК** | **Каша рисовая жидкая с маслом сливочным** | **155** | **3,8** | **6,1** | **20,9** | **190,1** | №035 |
| **чай с сахаром** | **186** | **0** | **0** | **7** | **28** | 1 |
| **Бутерброд с маслом** | **30** | **3,24** | **4,1** | **7** | **62** |   |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК** |  | **371** | **7,04** | **10,2** | **34,9** | **280,1** | **442** |
| **ЗАВТРАК 2** | **Сок персиковый** | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,8** | **65** |   |
| **ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2** |  | **150** | **0,8** | **0,2** | **14,8** | **65** |  |
| **ОБЕД** | **Макаронные изделия отварные с маслом** | **120** | **3,2** | **2,7** | **15,5** | **97,4** | **205** |
| **Рассольник с говядиной и сметаной** | **165** | **4,3** | **5,6** | **9,8** | **97,4** | **310** |
| **Суфле куриное** | **60** | **10,24** | **5,12** | **1,84** | **94** | **310** |
| **Компот из свежих плодов яблок** | **180** | **0,13** | **0,13** | **13,42** | **57,6** | **372** |
| **Хлеб ржаной** | **15** | **1** | **0,12** | **6,3** | **34,5** | **700** |
| **Хлеб пшеничный** | **15** | **1,1** | **0,5** | **6,6** | **39,3** | **701.1** |
| **Салат из моркови и яблок** | **40** | **0,34** | **0,04** | **3,15** | **33** | 40 |
| **ИТОГО ЗА ОБЕД** |  | **595** | **20,31** | **14,21** | **56,61** | **453,2** |  |
| **ПОЛДНИК** | **Кефир**  | **180** | **2,9** | **0,28** | **8,6** | **51,2** | **435** |
|  | **Сдоба обыкновенная** | **50** | **3,8** | **7,1** | **24,8** | **166** | **464** |
| **ИТОГО ЗА ПОЛДНИК** |  | **230** | **6,7** | **7,38** | **33,4** | **217,2** |  |
| **ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** |  | **1346** | **34,85** | **31,99** | **139,71** | **1015,5** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дни** | **Ккал завтрак** | Ккал завтра 2 | Ккал обед | Ккал полдник | Общая калорийность | Б | Ж | У | Ккал за день |   |  |
| **1** | **287,3** | 66,3 | 469,9 | 223,3 | 1046,8 | 34,911 | 32,001 | 161,67 | 1046,8 |   |  |
| 2 | **300** | 65 | 463,6 | 210,5 | 1039,1 | 39,39 | 45,02 | 145,9 | 1039,1 |   |  |
| **3** | **295,3** | 66,3 | 498 | 210,3 | 1069,9 | 52,18 | 57,96 | 135,63 | 1069,9 |   |  |
| 4 | **322** | 65 | 455,8 | 253 | 1095,8 | 36,14 | 40,22 | 145,6 | 1095,8 |   |  |
| 5 | 274 | 70,5 | 501,6 | 213,5 | 1059,6 | 26,99 | 35,52 | 139,1 | 1059,6 |   |  |
| 6 | 294 | 65 | 294 | 204,3 | 1047 | 26,81 | 20,22 | 152,58 | 1047 |   |  |
| 7 | 294,6 | 70,5 | 518,8 | 218,2 | 1102,1 | 51,14 | 40,79 | 127,71 | 1102,1 |   |  |
| 8 | 288,1 | 65 | 468,6 | 192,9 | 1014,6 | 35,87 | 35,76 | 154,33 | 1014,6 |   |  |
| 9 | 280 | 80 | 456,5 | 232 | 1048,5 | 41,42 | 30,18 | 149,35 | 1048,5 |   |  |
| **10** | **280,1** | 65 | 453,2 | 217,2 | 1015,5 | 34,85 | 31,99 | 139,71 | 1015,5 |   |  |
| Итого | 2915,4 | 678,6 | 4580 | 2175,2 | 10538,9 | 379,701 | 369,661 | 1451,58 | 10538,9 |   |  |
| Среднее | 291,54 | 67,86 | 458 | 217,52 | 1053,89 | 37,9701 | 36,9661 | 145,158 | 1053,89 |  |  |
| Соотношение % | 20,8243 | 4,8471 | 32,7143 | 15,5371 | 75,2779 |   |   |   |   |  |  |
| **Нормы СанПИН** | **20%** | 5% | 35% | 15% | 75% | 31,5 | 35,25 | 152 | 1050 |   |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | **1400** |  |  |
| Сборники: Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |
| Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, Уфа, 2014 издание 4-е, переработанное и дополненое |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |