

Прием пищи от 3-7 лет	№	Продукты	Расход сырья в нетто	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Энерге- тическая ценность (ккал.)	Кальций	Железо	Витамины		
										В1	В2	С
День 1 Завтрак	54-3г-2020	Макароны отварные с сыром	200,0	13, 6	12, 5	54,1	384,1	366,6	1,3	0,1	0,2	0
	54-2гн-2020	Чай черный байховый с сахаром	200,0	0 ,2	0	6, 6	26,4	5,3	0,84	0	0,02	0,1
		Хлеб с маслом										
	Пром.	Хлеб ржаной	15,8	2,05	0,5	5 ,32	39,5	3,3	0,1	0,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	20,0	1,5	0,2	10,5	46,6	4,0	0,2	0,2	0,02	0
	53-19з-2020	Масло сливочное 82,5% м.д.ж	5,0	0,03	3,63	0,04	32 ,9	1,0	0	0	0	0
		Итого за прием	4 40,8	17,4	16,8	76 ,6	529,5	380,2	2,5	0,2	0,2	0,1
Второй завтрак		Фрукты свежие. Яблоки	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2,2	0 ,03	0,02	10,0
		Итого за прием	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2,2	0,03	0,02	10,0
Обед	54- 7з-2020	Салат из свежей капусты	50,0	1,32	5, 0	5,6	72,6	35,0	0, 9	0,03	0,03	32,3
	54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180,0	1,7	3,4	9,2	83,3	34,5	1,0	0,1	0,1	18,7
	54-3р-2020	Котлеты рыбные (минтай)	70,0	10,0	1,5	5,0	77,54	42,7	1, 4	0,07	0,13	0
	54-11г-2020	Картофельное пюре	130,0	2,6	5,0	20,7	137,8	39,8	1,3	0,13	0,08	22,1
	54-7хи-2020	Компот из смеси сухофруктов	180,0	0,5	0	20,7	83,9	0,1	0,02	0	0	0
	Пром.	Хлеб ржаной	18,4	2 ,4	0,5	6, 8	42,5	3,6	0,3	0,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	40,0	3,0	0,2	21,0	93,2	8,0	0,4	0,04	0,0 2	0
		Итого за прием	668,4	21,5	15,6	89,0	590,8	163,7	5,3	0,4	0,4	73,1
	54-4в-2020	Кекс	50,0	2 ,6	9,3	28,3	207,1	17,0	0,7	0,04	0	0

Полдни к		«Столичный»										
	Пром.	Напиток кисломолочный «Снежок»	200,0	5,1	4,4	19,7	138,5	0,2	0, 04	0,27	0	0,56
		Итого за прием	250,0	7,7	13,7	48,0	345 ,6	17,2	0 ,74	0,31	0	0,56
		Итого за день	1459,2	46,9	46,1	223,1	1509,1	577,1	10, 7	0,9	0,6	83,8

День 2 Завтрак	54-1т-2020	Запеканка из творога	200,0	32,2	21,5	29, 9	44 2,2	332,6	1,0	0,1	0,5	1,0
	54-7 ги- 2020	Какао с молоком	200,0	4,56	4,3	12,4	10 6,7	163,0	1,0	0,05	0,18	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	15,8	2,05	0,5	5,32	39,5	3,3	0,1	0 ,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	20,0	1,5	0,2	10,5	46,6	4,0	0,2	0,2	0,02	0
		Итого за прием	4 35,8	40,3	26,5	5 8,1	6 35,0	502,9	2,3	0,4	0,7	2,0
Второй завтрак	Пром.	Сок яблочный	200,0	1, 0	0,2	20,2	92,2	14,0	2,8	0,02	0,02	4,0
		Итого за прием	200,0	1, 0	0,2	20,2	92,2	14,0	2,8	0,02	0,02	4,0
День 2 Обед	54-15з-2020	Икра свекольная	50,0	0,67	3,5	5,83	46,2	19,9	0,88	0,03	0,03	8,3
	54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	180,0	1,6	4,4	5,1	73,6	43,0	0,5	0,1	0,1	26,9
	54-4м -2020	Котлеты из говядины	75,0	14,1	11,9	11,4	209,0	49,0	2,0	0 ,2	0 ,2	0
	54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	130,0	7,1	5,6	36,8	225,7	42,1	4, 4	0, 3	0,1	0
	54-13хн- 2020	Компот из свежих яблок	180,0	0 ,15	0,14	26,6	16,4	6,5	0,89	0	0,01	0
	Пром.	Хлеб ржаной	18,4	2,4	0,5	6,8	42,5	3, 6	0 , 3	0 ,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшен.	40,0	3,0	0,2	21,0	93,2	8,0	0,4	0,4	0,02	0
		Итого за прием	673,4	29,0	26, 2	113 ,5	706,6	172,1	9,4	1,0	0,5	35,2
Полдник	54-6ги-2020	Чай с молоком и сахаром	200,0	1,5	1,4	8,6	52,9	65, 6	0,9	0,0 1	0 , 08	0,7
	Пром.	Вафли	50,0	1,2	11,4	26,0	162,0	3,4	0,21	0,02	0	0
		Итого за прием	250,0	2,7	12,8	34,6	214,9	6 9,0	1,11	0,03	0 , 08	0,7
		Итого за день	1559,2	73,1	65,7	227,4	1648, 7	75 8,2	15,6	1,5	1,3	41,9

День 3 Завтрак	54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	200,0	5,3	6,1	72,4	144,4	190,6	0,4	0,07	0,2	1,3
	54-9г-2020	Кофейный напиток на молоке	200,0	3,7	3,5	11 ,1	90,8	128,0	1,2	0,04	0,14	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	15,8	2,05	0,5	5,32	39,5	3,3	0,1	0,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	20,0	1,5	0,1	10,5	46,6	4,0	0,2	0,02	0,01	0
	Пром.	Повидло яблочное	10,0	0 ,03	0	2,6	9,9	1,1	0,14	0	0	0 ,04
		Итого за прием	445,8	12,6	10,2	101,9	331,2	327,0	2,04	0,14	0,36	2,3
Второй завтрак	Пром.	Яблоки свежие	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2, 2	0,03	0,0 2	10,0
		Итого за прием	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2,2	0,03	0,02	10,0
День 3 Обед	54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	50,0	0 ,6	5,0	3,8	57,83	13,2	0,62	0 ,02	0,02	3,7
	54-6с-2020	Суп с клецками	180,0	4,4	3,34	13,0	98,9	12,6	0,2	0,1	0,04	8,2
	54-5м-2020	Котлеты из курицы	70,0	13,46	3,62	8,74	119,3	35,5	0,93	0,13	0,09	0,7
	54- 8г-2020	Капуста белокочанная тушеная	50,0	1,16	1,6	5,6	40,5	31,8	0,5	0,1	0,0 2	32,5
	54-17г-2020	Горох отварной	100,0	2,3	1,6	57,7	323,0	90,5	7,0	0,9	0 ,18	0
	54-13хн - 2020	Кисель из плодового концентрата (вишня)	180,0	0, 4	0	4,4	49,5	0,99	0	0	0	0
	Пром.	Хлеб ржаной	18,4	2,4	0,5	6,8	42,5	3, 6	0 , 3	0 ,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшен.	40,0	3,0	0,2	21,0	93,2	8,0	0,4	0,4	0,02	0
		Итого за прием	688,4	27,7	15,8	121,0	824,7	196,2	10,0	1,2	0,4	45,1
Полдник	Пром.	Сок вишневый	200,0	0,6	0	33,0	136,0	10,0	0,4	0,04	0,08	0
	Пром.	Печенье	50,0	5,2	15,5	38,4	188,0	0	0,04	0,04	0	0
		Итого за прием	250,0	5,8	15,5	71,4	324,0	10,0	0,44	0,08	0,08	0
		Итого за день	1484,2	46,4	41,5	30 4,7	1523 ,1	549,2	14,7	1, 4	0, 9	57,4

День 4	54-18к-2020	Суп молочный с рисом	200,0	4,8	5,5	19,0	143,2	177,9	0,4	0,1	0,2	1,3
	54-7ги-2020	Какао с молоком	200,0	4,6	4,3	12,4	106,7	163,0	1,0	0,05	0,18	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	15,8	2,05	0,5	5,32	39,5	3,3	0,1	0,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	20,0	1,5	0,1	10,5	46,6	4,0	0,2	0,02	0,01	0
	53-19з-2020	Сыр из твердых сортов	7,0	1,69	2,1	0,02	25,41	70,4	0	0,01	0,02	0
		Итого за прием	442,8	14,6	12,5	47,3	361,4	418,6	1,7	0,2	0,4	2,3
Второй завтрак	Пром.	Яблоки свежие	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2, 2	0,03	0,0 2	10,0
		Итого за прием	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2,2	0,03	0,02	10,0
День 4 Обед	54-9з-2020	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	50,0	0,77	5,1	3,26	16,45	20 ,74	0,63	0,03	0,03	12,0
	54-4с-2020	Рассольник домашний	180,0	1,8	4, 5	11,9	94,6	33,2	1,0	0,1	0,05	19,1
	54-3м-2020	Голубцы ленивые	200, 0	17,1	13,1	14,0	242,8	76,0	4,0	0,1	0,2	36,6
	54-6хи-2020	Компот из изюма	180,0	0,5	0	24,4	99,2	23,1	0,92	0,05	0,03	0
	Пром.	Хлеб ржаной	18,4	2,4	0,5	6,8	42,5	3, 6	0 , 3	0 ,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшен.	40,0	3,0	0,2	21,0	93,2	8,0	0,4	0,4	0,02	0
		Итого за прием	688,4	25,6	23,4	81,4	588,8	164,6	7,3	0,7	0,4	67,7
Полдник	Пром.	Напиток кисломолочный. Йогурт	200,0	10,0	3,0	7,0	102,0	248, 0	0,2	0,06	0,3	1,2
	54-1в-2020	Ватрушка творожная	50,0	6,8	12,6	16,1	205,0	61,0	0,4	0,03	0,1	0,2
		Итого за прием	250,0	16,8	15,6	23,1	307,0	309,0	0,6	0,1	0,4	1,4
		Итого за день	1481,2	57,3	51, 5	162, 2	1300, 4	908,2	11,8	1,0	1,2	81,4

День5 Завтрак	54-9к-2020	Каша овсяная молочная	200,0	8,2	12,6	36,5	291,3	158,9	1,5	0,02	0,03	0,5
	54-9ги-2020	Кофейный напиток с молоком	200,0	3,7	3,5	11,1	90,8	128,0	1,2	0,04	0,14	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	15,8	2,05	0,5	5,32	39,5	3,3	0,1	0,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	20,0	1,5	0,2	10,5	46,6	4,0	0,2	0,2	0,02	0
		Итого за прием	435,8	15,5	16,8	63,4	468,2	294,2	3,0	0,3	0,2	1,5
Второй завтрак	Пром.	Яблоки свежие	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2, 2	0,03	0,0 2	10,0
		Итого за прием	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2,2	0,03	0,02	10,0
Обед	54-14з-2020	Салат из свеклы с курагой и изюмом	50 ,0	0,85	2,7	9,2	63,9	27,4	1,25	0,03	0,02	4,2
	54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	180,0	4,66	3,34	16,1	131,1	22,6	1,4	0,1	0,09	15,9
	54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	70,0	10,0	7,2	5,3	125,8	15,64	1,6	0,06	0,08	2,3
	54- 9г-2020	Рагу из овощей	130,0	2,2	6,3	1 2,1	114,1	55,0	0,7	0,1	0,1	26,6
	54-9хн-2020	Кисель из апельсинов	180,0	0,36	0,0 9	13,1	54,1	17, 6	0,16	0,02	0,01	26,8
	Пром.	Хлеб ржаной	18,4	2,4	0,5	6,8	42,5	3, 6	0 , 3	0 ,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	40,0	3,0	0,2	21,0	93,2	8,0	0,4	0,4	0,02	0
		Итого за прием	668,4	23, 5	2 0,3	83,6	6 24,7	149,8	5, 8	0,7	0,3	75,8
Полдни к	54-6ги-2020	Чай с молоком	200,0	1, 5	1, 4	8,6	52,9	65,6	0,9	0,01	0,08	0,6
	54-1т-2020	Запеканка из творога	50,0	8,1	5,4	7,5	110,8	83,7	0,25	0, 05	0,14	0,25
		Итого за прием	250,0	9,6	6,8	16,1	163,7	149,3	1,15	0,06	0,22	0,85
		Итого за день	1454,2	48,9	43,9	17 3,5	1299,8	609,3	12,2	1,1	0,8	88,1

День 6 Завтрак	54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200,0	10,7	8,5	55,63	341,2	64,85	6,8	0,5	0,18	0
	54-6о-2020	Яйцо вареное	40,0	4,8	4,1	0,3	56,6	22,0	1,0	0,03	0,18	0
	54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	180,0	0,19	0	5,9	26,3	4,63	0,84	0	0,01	0,1
		Хлеб с маслом										
	Пром.	Хлеб ржаной	15,8	2,05	0,5	5,32	39,5	3,3	0,1	0,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	20,0	1,5	0,2	10,5	46,6	4,0	0,2	0,2	0,02	0
	53 -19з-2020	Масло сливочное 82,5% м.д.ж	5,0	0,03	3,63	0,04	32,9	1,0	0	0	0	0
		Итого за прием	460,8	19,3	16,9	77,7	543,1	99,8	8,9	0,6	0,4	0,1
Второй завтрак	Пром.	Сок виноградный	200,0	0,6	0,4	32,6	140,0	40,0	0,8	0,04	0,02	4,0
		Итого за прием	200,0	0,6	0,4	32,6	140,0	40,0	0,8	0,04	0,02	4,0
Обед	54-7з-2020	Салат из белокачанной капусты	50,0	1,48	5,0	5,72	72,71	34,9	0,7	0,03	0,03	31,5
	54-3с-2020	Рассольник «Ленинградский»	180,0	1,77	4,65	13,8	90,3	25,2	7,4	0,04	0,44	10,7
	54-11р- 20 20	Тефтели рыбные (минтай)	70,0	9,06	5,5	8,61	119,8	14,1	0	0,08	0,12	2,2
	54-1г-2020	Макароны отварные	150,0	5,0	5,3	35,0	208,0	67,0	0,75	0,09	0,04	0
	54-7хн-2020	Компот из сухофруктов	180,0	5,4	0	20,6	83,9	0,1	0,02	0	0	0
	Пром.	Хлеб ржаной	18,4	2,4	0,5	6,8	42,5	3,6	0,3	0,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	40,0	3,0	0,2	21,0	93,2	8,0	0,4	0,4	0,02	0
		Итого за прием	688,4	28,1	21,2	111,5	710,4	152,9	9,6	0,64	0,66	44,3
	54-4в-2020	Кекс « Столичный»	50,0	2,6	9,3	28,3	207,1	17,0	0,7	0,04	0	0
	Пром.	Напиток кисломолочный « Снежок»	200,0	5,1	4,4	19,7	138,5	211,16	0,2	0,04	0,27	0,56
		Итого за прием	250,0	7,7	13,7	48,0	345,6	228,16	0,9	0,08	0,27	0,56
		Итого за день	1599,2	55,7	52,2	269,8	1739,1	520,9	20,2	1,4	1,4	49,0

День 7 Завтрак	54- 17к-2020	Суп молочный с гречневой крупой	200,0	5,6	5,76	17,4	143,7	182,0	1,4	0,12	0,2	1,4
	54-7ги-2020	Какао с молоком	200,0	4,6	4,3	12,4	106,7	163,0	1,0	0,05	0,18	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	15,8	2,05	0,5	5,32	39,5	3,3	0,1	0,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	20,0	1,5	0,1	10,5	46,6	4,0	0,2	0,02	0,01	0
	53-19з-2020	Сыр из твердых сортов	7,0	1,69	2,1	0,02	25,41	70,4	0	0,01	0,02	0
		Итого за прием	4 42,8	15,4	12,8	45,6	361,9	422,7	2,8	0,2	0,4	2,4
Второй завтрак	Пром.	Яблоки свежие	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2, 2	0,03	0,0 2	10,0
		Итого за прием	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2,2	0,03	0,02	10,0
Обед	54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	50,0	0, 5	5,1	3,7	61,8	23,0	0,86	0,02	0,04	3,3
	54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	180,0	8,19	1,72	19,1	101,2	23,4	0,7	0,11	0,7	15,6
	54-12м-2020	Плов с курицей	200,0	26,6	7,6	33,8	311,2	28,6	2,6	0,1	0,1	5,2
	54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	180,0	0,29	0	6,1	25,0	7,5	0,86	0	0,01	2,6
	Пром.	Хлеб ржаной	18,4	2,4	0,5	6,8	42,5	3, 6	0 , 3	0 ,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	40,0	3,0	0,2	21,0	93,2	8,0	0,4	0,4	0,02	0
		Итого за прием	6 68,4	41,0	1 5,1	90 ,5	634,9	94,1	5,7	0,6	0,9	26,7
Полдни к	Пром.	Печенье	50,0	5,2	15,5	38,4	188,0	0	0,04	0,0 2	0,0 4	0
	Пром.	Сок вишневый	200,0	1,4	0,4	22,8	102,0	34,0	0,64	0,06	0,0 4	14,8
		Итого за прием	250,0	6,6	15,9	61,2	290,0	34,0	0,68	0,08	0,08	14,8
		Итого за день	1461,2	63, 3	43,8	207,7	1330,0	566,8	11,4	0,9	1,3	53,9

День 8 Завтрак	54-16к-2020	Каша « Дружба»	200,0	4,9	6,9	24,6	177,7	135,3	0,8	0,1	0,1	0,8
	54-9ги-2020	Кофейный напиток с молоком	200,0	3,7	3,5	11 ,1	90,8	128,0	1,1	0,04	0,14	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	15,8	2,05	0,5	5,32	39,5	3,3	0,1	0,01	0,01	0
	53-19з-2020	Сыр из твердых сортов	7,0	1,69	2,1	0,02	25,41	70,4	0	0,01	0,02	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	20,0	1,5	0,1	10,5	46,6	4,0	0,2	0,2	0,01	0
		Итого за прием	442,8	13,8	13,1	51,5	380,0	341,0	2,2	0,4	0,3	1,8
Второй завтрак	Пром.	Сок персик	200,0	0,6	0	35,0	140,2	0	0	0,02	0,02	10,0
		Итого за прием	200,0	0,6	0	35,0	140,2	0	0	0,02	0,02	10,0
Обед	543-9з-2020	Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоком	50,0	0,76	6,0	3,16	58,9	20,0	0,6	0,03	0,03	16,0
	54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой(крупя перловая)	180,0	1,77	5,0	11,6	98,4	31,7	7,0	0,05	0,04	15,5
	54-9м-202-	Жаркое по домашнему	200,0	19,84	15,4	20,0	298,5	27,3	4,02	0,04	0,07	23,8
	54-5хи-2020	Компот из кураги	180,0	1,62	0	25,8	109,3	53,4	4,02	0,04	0,07	1,4
	Пром.	Хлеб ржаной	18,4	2,4	0,5	6,8	42,5	3, 6	0 , 3	0 ,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	40,0	3,0	0,2	21,0	93,2	8,0	0,4	0,4	0,02	0
		Итого за прием	668,4	29,4	27,1	88,4	700,8	144,0	1 6,3	0,7	0,4	56,7
Полдни к	54-6ги-2020	Чай с молоком и сахаром	200,0	1,5	1,4	8,6	52,9	65, 6	0 , 9	0,0 1	0 , 08	0,7
	54-4т-2020	Пудинг из творога с яблоками	50,0	6,3	5,0	5,1	91,1	66,7	0,77	0,04	0,13	1,75
		Итого за прием	250	7,8	6,4	13,7	144,0	132,3	1,67	0,04	0,2	2,5
		Итого за день	1561,2	51,6	46,6	188,6	1365,0	617,3	20,2	1,1	0,9	71,0

День 9 Завтрак	54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшениная	200,0	8,3	11,4	77,6	289,2	145,7	3,5	0,3	0,1	0,8
	54-7ги-2020	Какао с молоком	200,0	4,6	4,3	12,4	106,7	163,0	1,0	0,05	0,18	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	15,8	2,05	0,5	5,32	39,5	3,3	0,1	0,01	0,01	0
	53-19з-2020	Сыр из твердых сортов	7,0	1,69	2,1	0,02	25,41	70,4	0	0,01	0,02	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	20,0	1,5	0,1	10,5	46,6	4,0	0,2	0, 2	0,01	0
		Итого за прием	4 42,8	18,1	18,5	105,8	507,4	386,4	4,8	0,55	0,3	1,8
Второй завтрак	Пром.	Яблоки свежие	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2, 2	0,03	0,0 2	10,0
		Итого за прием	100,0	0,3	0	10,4	43,2	16,0	2,2	0,03	0,02	10,0
Обед	54 – 13з- 2020	Салат из свеклы отварной	50,0	0,66	2,24	38,2	37,9	18,2	0,66	0,01	0,02	5,0
	54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	180,0	6,4	3,9	16,8	128,2	30,4	1,8	0,2	0,05	10,1
	54-2м-2020	Гуляш из говядины	70,0	12,4	10,1	3,0	152,5	11,7	1,8	0,1	0,1	2,4
	54-11г-2020	Картофельное пюре	130,0	2,62	5,0	20,7	137,7	40,0	1,3	0,01	0,05	22,1
	270 сб. 2011	Напиток лимонный	180,0	0,15	0	18,9	18,3	0,1	0,01	0,01	0	6,8
	Пром.	Хлеб ржаной	18,4	2,4	0,5	6,8	42,5	3, 6	0 , 3	0 ,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	40,0	3,0	0,2	21,0	93,2	8,0	0,4	0,4	0,02	0
		Итого за прием	668,4	27,63	21,94	91,02	610,3	112,0	6,3	0,7	0,3	46,4
Полдни к	Пром.	Пряники	50,0	2,4	1,4	77 ,7	39,0	0	0	0	0	0
	Пром.	Напиток кисломолочный «Йогурт»	200,0	10,0	3,0	7,0	245,0	0,2	0,06	0,3	0,3	1,2
		Итого за прием	250	12,4	4,4	84,7	284,0	0,2	0,06	0,3	0,3	1,2
		Итого за день	1461,2	58,4	44,8	291,9	1444,9	514,6	13,4	1,5	0,9	59,4

День 10 Завтрак	54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	200,0	5,8	7,2	41,1	252,2	96,7	2,1	0,24	0,2	36,0
	54-9ги-2020	Кофейный напиток с молоком	200,0	3,7	3,5	11,1	90,8	128,0	1,2	0,04	0,14	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	15,8	2,05	0,5	5,32	39,5	3,3	0,1	0,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	20,0	1,5	0,2	10,5	46,6	4,0	0,2	0,2	0,02	0
		Итого за прием	435,8	13, 1	11,6	68,0	429,1	232,0	3,6	0,5	0,4	37,0
Второй завтрак	Пром.	Сок яблочный	200,0	1,0	0,2	20,2	92,2	14,0	2,8	0,02	0,02	4,0
		Итого за прием	200,0	1,0	0,2	20,2	92,2	14,0	2,8	0,02	0,02	4,0
Обед	54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	50,0	0,6	4,4	3,8	57,83	13,2	0,62	0,02	0,02	3,7
	54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180,0	1,7	3,4	9,2	83,3	34,5	1,0	0,1	0,1	18,7
	54-17м- 2020	Запеканка картофельная с говядиной	200,0	23,3	19,7	30,7	393,1	41,6	3,9	0,3	0,3	33,3
	54-7хн-2020	Компот из сухофруктов	180,0	5,4	0	20,6	83,9	0,1	0,02	0	0	0
	Пром.	Хлеб ржаной	18,4	2,4	0,5	6,8	42,5	3, 6	0 , 3	0 ,01	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	40,0	3,0	0,2	21,0	93,2	8,0	0,4	0,4	0,02	0
		Итого за прием	668,4	36,4	28,2	92,1	753,8	101,0	6,2	0,8	0,5	55,7
	Пром.	Вафли	50,0	1,2	11,4	26,0	162,0	3,4	0,21	0,02	0	0
	54-2гн-2020	Чай черный с сахаром	200,0	0,19	0	6,5	26, 4	5,1	0,84	0	0,01	0,1
		Итого за прием	250,0	1,4	11,4	32,5	188,4	8,5	1,05	0,02	0,01	0,1
		Итого за день	1554,2	50,5	51,4	212,8	1463,5	355,5	27,1	1,3	0,9	96,8

	Анализ за десять дней											
Прием пищи от 3-7 лет	№	Итого за день	Расход сырья в нетто	Белк и (г.)	Жир ы (г.)	Улевод ы (г.)	Энерге- тически я ценност ь (ккал.)	Кальци й	Железо	Витами ны В1	В2	С
	1	Итого за день	1459,2	46,9	46,1	223,1	1509,1	577,1	10, 7	0,9	0,6	83,8
	2	Итого за день	1559,2	73,1	65,7	227,4	1648, 7	75 8,2	15,6	1,5	1,3	41,9
	3	Итого за день	1484,2	46,4	41,5	30 4,7	1523 ,1	549,2	14,7	1, 4	0, 9	57,4
	4	Итого за день	1481,2	57,3	51, 5	162, 2	1300, 4	908,2	11,8	1,0	1,2	81,4
	5	Итого за день	1454,2	48,9	43,9	17 3,5	1299,8	609,3	12,2	1,1	0,8	88,1
	6	Итого за день	1599,2	55,7	52, 2	269,8	173 9, 1	520,9	20,2	1,4	1,4	49,0
	7	Итого за день	1461,2	63, 3	43,8	207,7	1330,0	566,8	11,4	0,9	1,3	53,9
	8	Итого за день	1561,2	51,6	46,6	188,6	1365,0	617,3	20,2	1,1	0,9	71,0
	9	Итого за день	1461,2	58,4	44,8	291,9	1444,9	514,6	13,4	1,5	0,9	59,4
	10	Итого за день	1554,2	50,5	51,4	212,8	1463,5	355,5	27,1	1,3	0,9	96,8
	За 10 дней	Среднее	1507,5	55,2	48,8	226,2	1462 ,4	598,0	15,7	1,2	1,0	63,3
	За 8-10 часов	Норма рекомендуемая	1350+ хлеб 94,2 =1444,2	37,8	42,0	182,7	1260,0	630,0	7,0	0,63	0,7	35,0

	пребывания	не менее (завтрак, 2 завтрак, обед, полдник) 70%										
	Суточная	Норма рекомендуемая 100% не менее	1950 + хлеб130=2080	54,0	60,0	261,0	1800,0	900,0	10,0	0,9	1,0	50,0
		Норма рекомендуемая не менее на ужин, второй ужин. 30%	600+ хлеб35,8=635,8	16,2	18,0	78,3	540,0	270,0	3,0	0,27	0,3	15,0

С учетом режима работы сокращенного дня 8-10 часов пребывания- завтрак, 2 завтрак, обед, полдник. Нам нужно брать 70,0%