



Понедельник 1 неделя															
Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кк	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
котлеты рубленные из птицы	100/10	12,7	15,6	10,2	231,4	0	1,3	0,1	2,3	24,1	8,2	141	1,7	294	2011
каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206	0	0	0	0,3	26	11	78	0,6	302	2011
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
сок фруктовый т/п 0,2 кг	200	1	0,2	19,6	83,4	0	4	0	0	8	14	14	2,8		
Итого за приём пищи:	390	32,5	20,8	86,82	614,32	0,04	5,3	0,1	2,6	71,3	42,4	268	5,54		
Обед															
икра свекольная	60	1,4	0,06	13,7	111,18	0,01	3,4	0	0	18,08	35,5	36,6	1,01	75	2011
суп-лапша домашняя	250	3,9	2,8	19	117	0,1	6	0,2	0,4	21	22	54	0,9	113	2011
биточки из говядины	100/6	12,9	13,5	11,8	219,8	0	0	0	0,4	21,8	3,9	89,6	2,3	268	2011
каша ячневая рассыпчатая	180	3,3	4,06	20,82	135	113,6	0	20	0	16,4	28	114	0,6		2011
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	1,4	11,1	2,8	0,28	376	2011
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0,3	7,5	6,9	31,8	0,93		
Итого за приём пищи:	760	38,45	21,17	114,46	805,47	113,79	9,43	20,2	1,1	99,38	117	363	6,46		
Всего за день:		70,95	41,97	201,28	1419,79	113,83	14,73	20,3	3,7	170,7	159	631	12		

Вторник 1 неделя																
Завтрак																
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг			
омлет натуральный	150/8	10,1	16,7	1,9	198,1	0,1	0	0,2	3,4	13,3	80	173	1,9	210	2011	
икра кабачковая	60	1,63	4,31	8,72	80,28	0,02	2,8	0	0	10,8	54,6	33,5	0,44	45		
кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	0	18,7	62,1	53,5	0,3	379	2011	
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44			
банан калиброванный 1 шт.	100	3	1	42	192	0,1	20	0,2	0,8	80	24	56	1,2			
Итого за приём пищи:	400	33,03	24,81	89,14	667,4	0,26	24,1	0,4	4,2	136	230	351	4,28			
Обед																

кукуруза консервированная	60	1,2	0,06	12,33	54,72	0,02	2,53	0	0	19,34	27,9	36,6	0,6	75	2011
борщ со сметаной	250/10	1,8	5	12,3	102	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	81	2011
пюре картофельное	180	3,2	6	21,4	152,6	0,2	26	0	0,2	32,6	2	85,5	1,3	312	2011
рыба минтай припущенная с маслом сливочным	100	15,4	14,4	3,4	203,5	0,1	0,5	0	3,7	54	47,1	238	0,8	227	2011
кисель из сока	200	0,1	0	26,9	110,2	0	3	0	0	5	15,2	9,1	0,1	350	2011
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0,3	7,5	6,9	31,8	0,93		
Итого за приём пищи:	610	38,58	26,19	110,47	785,51	0,4	54,23	0,2	6,5	159	163	488	5,47		
Всего за день:		50,2	51	199,61	1452,91	0,66	78,33	0,6	11	295	393	839	9,75		

Среда 1 неделя

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
каша вязкая молочная из риса с маслом	200/10	5,7	6,8	41,7	252,6	0	1,3	0	0,3	35,2	61,8	108	0,5	174	2011
чай с лимоном	200/7	0,4	0	11,7	49,5	0	3,3	0	0	11,7	27,2	15,5	1,5	377	2011
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
масло сливочное "Крестьянское" 72,5%	10	0,1	8,3	0,1	75	0	0	0,1	0,1	0	1	2	0	14	2011
сыр Российский	15	3,5	4,5	0	54,5	0	0	0,1	0,1	5,5	132	75	0,2	15	2011
яблоко сезонное калиброванное 1 шт.	100	0,8	0,8	19,6	94	0	20	0	0	0,1	32	22	4,4		
Итого за приём пищи:	165	25,7	20,8	92,42	619,12	0,04	24,6	0,2	0,5	65,7	263	258	7,04		
Обед															
горох овощной отварной	60	0,97	3,61	5,27	57,42	0,03	19,74	0	0	9,98	19,2	20,3	0,34	131	2011
суп картофельный с горохом	250	5,6	5,4	17,5	140,7	0,2	9,6	0,3	4	35,6	48,8	83,7	2,1	102	2011
тефтели из говядины	100	10,6	13,2	9,5	198,6	0	1,6	0	0,5	14,6	6,1	65,1	1,7	279	2011
картофель отварной	180	2,9	4,6	23,8	148,3	0,2	30	0	0,3	34,5	14,6	87,5	1,5	310	2011
компот из смеси с/ф	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	2	9,4	0	0	349	2011
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0,3	7,5	6,9	31,8	0,93		
Итого за приём пищи:	860	36,95	27,54	109,61	784,91	0,51	60,94	0,3	5,1	117,4	114	323	7,01		
Всего за день:		62,65	48,34	202,03	1404,03	0,55	85,54	0,5	5,6	183,1	377	581	14,05		

Четверг 1 неделя

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
плов из птицы	100/180	18,76	19,17	17,87	320,2	0,08	3,9	0,24	2,4	34,36	26,2	195	2,37	291	2011
горох овощной отварной	60	1,6	0,1	3,2	19,4	0,1	5	0	0,6	10,5	10	31	0,4	131	2011
какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	0	1	0	0	14	121	90	1	382	2011
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
Итого за приём пищи:	300	38,46	22,17	65,19	567,12	0,22	9,9	0,24	3	72,06	166	350	4,21		

Обед																
икра свекольная	60	0,78	1,94	3,76	35,76	0,01	8,93	0	0	16,98	17,3	16,7	0,29	75	2011	
суп из овощей со сметаной	250/10	3	4,2	10,2	91	0,1	11	0,2	0,2	22	30	53	0,8	99	2011	
котлеты из говядины	100	12,9	13,5	11,8	219,8	0	0	0	0,4	22,2	11,3	91,1	2,4	268	2011	
каша пшеничная	180	6,84	8,01	40,06	260	0,13	0	40	0	36,66	36,1	156	2,65	171	2011	
компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,1	111,1	0	4	0	0,3	4,9	14,5	4,4	0,9	342	2011	
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44			
хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0,3	7,5	6,9	31,8	0,93			
Итого за приём пищи:	610	40,6	28,58	127,06	880,15	0,32	23,93	40,2	1,2	123,4	125	388	8,41			
Всего за день:		79,06	50,75	192,25	1447,27	0,54	33,83	40,44	4,2	195,5	292	739	12,62			

Пятница 1 неделя

Завтрак																
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг			
биточки из говядины	100	12,9	13,5	11,8	219,8	0	0	0	0,4	21,8	3,9	89,6	2,3	268	2011	
капуста тушеная	150	3,5	7,3	15,7	144,1	0,1	80	0,1	1,3	32,2	92,5	64,7	1,9	321	2011	
кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	0	18,7	62,1	53,5	0,3	379	2011	
яблоко сезонное калиброванное 1 шт.	100															
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44			
Итого за приём пищи:	590	34,7	23,6	64,02	560,92	0,14	81,3	0,1	1,7	85,9	168	243	4,94			
Обед																
икра кабачковая	60	1,63	4,31	8,72	80,28	0,02	2,8	0	0	10,8	54,6	33,5	0,44	45		
суп картофельный с крупой рисовой	250	2,4	2,8	20,5	117,6	0,1	16,5	0,2	1,3	29,7	31,8	71,4	1,2	101	2011	
шницель из говядины	100	12,9	13,5	11,8	219,8	0	0	0	0,4	21,8	3,9	89,6	2,3	268	2011	
макаронные изделия отварные	180	5,5	4,8	31,3	191	0,1	0	0	0,8	7	11	36	0,8	203	2011	
чай с лимоном	200/7	0,4	0	11,7	49,5	0	3,3	0	0	11,7	27,2	15,5	1,5	377	2011	
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44			
хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0,3	7,5	6,9	31,8	0,93			
Итого за приём пищи:	660	39,71	26,14	118,16	820,67	0,3	22,6	0,2	2,8	101,7	145	313	7,61			
Всего за день:		74,41	49,74	182,18	1381,59	0,44	103,9	0,3	4,5	187,6	312	555	12,55			

Понедельник 2 неделя

Завтрак																
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг			
запеканка из творога со сгущенным молоком	150/40	5,2	5,9	10	117,8	0	4,1	2	2	36,9	24,2	71	1	223	2011	
чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	1,4	11,1	2,8	0,28	376	2011	
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44			
сыр Российский	15	3,5	4,5	0	54,5	0	0	0,1	0,1	5,5	132	75	0,2	15	2011	
Итого за приём пищи:	255	23,97	10,82	44,32	325,82	0,04	4,13	2,1	2,1	57	177	184	1,92			

				Обед												
кукуруза отварная	60	1,4	0,06	13,7	111,18	0,01	3,4	0	0	18,08	35,5	36,6	1,01	133	2011	
суп картофельный	250	1,87	2,26	13,49	91,2	0,1	9,6	0	0	25,12	24,4	62,2	0,96	97	2011	
Птица жареная	100	11,08	12,89	0,04	161	0,03	0,68	0,64	0	11,71	21,8	110	0,9	293	2011	
каша гречневая рассыпчатая	180	3,6	4,6	37,7	206	0	0	0	0,3	26	11	78	0,6	302	2011	
компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,1	111,1	0	4	0	0,3	4,9	14,5	4,4	0,9	342	2011	
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44			
хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0,3	7,5	6,9	31,8	0,93			
Итого за приём пищи:	860	35,03	20,74	126,17	842,97	0,22	17,68	0,64	0,9	106,5	123	357	5,74			
Всего за день:		59	31,56	170,49	1168,79	0,26	21,81	2,74	3	163,5	300	541	7,66			

Вторник 2 неделя

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
котлета из говядины	100	12,9	13,5	11,8	219,8	0	0	0	0,4	22,2	11,3	91,1	2,4	268	2011
пюре картофельное	150	3,2	6	21,4	152,6	0,2	26	0	0,2	32,6	2	85,5	1,3	312	2011
какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	0	1	0	0	14	121	90	1	382	2011
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
банан калиброванный 1 шт.	100	3	1	42	192	0,1	20	0,2	0,8	80	24	56	1,2		
Итого за приём пищи:	590	37,2	23,4	119,32	791,92	0,34	47	0,2	1,4	162	168	357	6,34		

				Обед											
горох овощной отварной	60	0,97	3,61	5,27	57,42	0,03	19,74	0	0	9,98	19,2	20,3	0,34	131	2011
суп картофельный с горохом	250	5,6	5,4	17,5	140,7	0,2	9,6	0,3	4	35,6	48,8	83,7	2,1	102	2011
птица тушеная в соусе	100	9,94	2,71	2,81	75,5	0,04	0,27	13,5	0,7	14,35	15,7	80,3	0,73	290	2011
рис припущенный	180	3,6	4,7	38,4	211,1	0	0	0	0,3	27,9	8,9	80,8	0,5	305	2011
компот из с/ф	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	2	9,4	0	0	349	2011
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0,3	7,5	6,9	31,8	0,93		
Итого за приём пищи:	860	36,99	17,15	117,52	724,61	0,35	29,61	13,8	5,3	110,5	118	332	5,04		
Всего за день:		74,19	40,55	236,84	1516,53	0,69	76,61	14	6,7	272,5	286	689	11,38		

Среда 2 неделя

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
макароны отварные с сыром	180/36	4,5	7,5	21	170,1	0,1	0	0	0,8	7,7	10,2	41,6	0,8	204	2011
кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	17,2	103,5	0	1,3	0	0	18,7	62,1	53,5	0,3	379	2011
йогурт в индивидуальной упаковке	125	4,4	3	6,5	70	0,1	12,5	0,2	0,5	50	15	35	0,8		
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
Итого за приём пищи:	305	27,2	13,3	64,02	437,12	0,24	13,8	0,2	1,3	89,6	96,5	165	2,34		

	Обед														
икра кабачковая	60	1,4	0,06	13,7	111,18	0,01	3,4	0	0	18,08	35,5	36,6	1,01	45	2011
суп картофельный с крупой пшеничной	250	5,6	5,4	17,5	140,7	0,2	9,6	0,3	4	35,6	48,8	83,7	2,1	101	2011
котлета из говядины	100	6,52	5,38	9,03	111	2,58	0,17	12,7	0	20,71	29,9	88,7	0,78	268	2011
макаронные изделия отварные	180	5,5	4,8	31,3	191	0,1	0	0	0,8	7	11	36	0,8	203	2011
чай с сахаром и лимоном	200	0,4	0	11,7	49,5	0	3,3	0	0	11,7	27,2	15,5	1,5	377	2011
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0,3	7,5	6,9	31,8	0,93		
Итого за приём пищи:	860	36,3	16,37	117,37	765,87	2,97	16,47	13	5,1	113,8	169	327	7,56		
Всего за день:		63,5	29,67	181,39	1202,99	3,21	30,27	13,2	6,4	203,4	265	492	9,9		

Четверг 2 неделя

Четверг 2 неделя															
Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е,мг	Mg,мг	Ca, мг	Р,мг	Fe, мг		
	100	10,6	13,2	9,5	198,6	0	1,6	0	0,5	14,6	6,1	65,1	1,7	279	2011
тефтели из говядины	150	18,1	25,9	35,27	447	0,27	332,01	140	0	143,3	463	304	5,43	315	2011
картофель отварной	200/7	0,4	0	11,7	49,5	0	3,3	0	0	11,7	27,2	15,5	1,5	376	2011
чай с сахаром	100	0,8	0,8	19,6	94	0	20	0	0	0,1	32	22	4,4		
яблоко сезонное калиброванное 1 шт.	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
хлеб пшеничный	390	45,1	40,3	95,39	882,62	0,31	356,91	140	0,5	182,9	537	441	13,47		
Итого за приём пищи:			Обед												
	60	1,63	4,31	8,72	80,28	0,02	2,8	0	0	10,8	54,6	33,5	0,44	131	
горох овощной отварной	250/10	1,8	5	12,3	102	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	81	2011
борщ со сметаной	100/180	25,7	27,9	22,2	442,6	0,3	28,8	0	4,2	58,7	20,7	199	5,1	259	2011
жаркое по домашнему	200	0,1	0	26,9	110,2	0	3	0	0	5	15,2	9,1	0,1	350	2011
кисель из свежих яблок	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44		
хлеб пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0,3	7,5	6,9	31,8	0,93		
хлеб ржано-пшеничный	330	46,11	37,94	104,26	897,57	0,4	56,8	0,2	6,8	122,6	161	359	8,31		
Итого за приём пищи:															
Всего за день:		91,21	78,24	199,65	1780,19	0,71	413,71	140,2	7,3	305,5	698	800	21,78		

Пятница 2 неделя

Пятница 2 неделя																
Завтрак																
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность,ккал	Витамины					Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е,мг	Mg,мг	Ca, мг	P,мг	Fe, мг			
	100	6,52	5,38	9,03	111	2,58	0,17	12,7	0	20,71	29,9	88,7	0,78	234	2011	
котлета рыбная	100	6,52	5,38	9,03	111	2,58	0,17	12,7	0	20,71	29,9	88,7	0,78	234	2011	
пюре картофельное	150	3,6	4,7	38,4	211,1	0	0	0	0,3	27,9	8,9	80,8	0,5	312	2011	
какао с молоком	200/7	2,9	2,5	24,8	134	0	1	0	0	14	121	90	1	382	2011	
банан калиброванный 1 шт	100	3	1	42	192	0,1	20	0,2	0,8	80	24	56	1,2			
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44			
Итого за приём пищи:	390	31,22	13,98	133,55	741,62	2,72	21,17	12,9	1,1	155,8	193	350	3,92			

				Обед													
икра свекольная	60	0,97	3,61	5,27	57,42	0,03	19,74	0	0	9,98	19,2	20,3	0,34	75	2011		
суп с макаронными изделиями и картофелем	250	3,9	2,8	19	117	0,1	6	0,2	0,4	21	22	54	0,9	112	2011		
биточки из говядины	100	12,9	13,5	11,8	219,8	0	0	0	0,4	21,8	3,9	89,6	2,3	268	2011		
компот из смеси с/ф	200	0	0	19,4	77,4	0	0	0	0	2	9,4	0	0	349	2011		
каша перловая рассыпчатая	180	4,78	4,43	30,88	182,55	0,09	0	0	0	23,74	39,2	164	1,61	302	2011		
хлеб пшеничный	40	15,2	0,4	19,32	93,52	0,04	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,44				
хлеб ржано-пшеничный	30	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04	0	0	0,3	7,5	6,9	31,8	0,93				
Итого за приём пищи:	860	39,43	25,07	120,49	816,66	0,3	25,74	0,2	1,1	99,22	110	395	6,52				
Всего за день:		70,65	39,05	254,04	1558,28	3,02	46,91	13,1	2,2	255	303	745	10,44				

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

ИТОГО	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины				Минеральные вещества			
	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е,мг	Mg,мг	Ca, мг	P,мг	Fe, мг
Итого за весь период	695,8	460,87	2019,76	14332,37	123,91	905,64	245,38	54,26	2231,86	3385	6382	122,1
Среднее значение за период	52,89	31,52	151,22	1030,42								
Содержание белков,жиров,углеводов в меню за период в % от												

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
Примерное меню для обучающихся 7-11 лет	502,105	721