



Утверждаю:

Директор школы

Сорокин Ю.Н.

Пр. № 110

01.09.2024

Перспективное меню

на 2024-2025 учебный год

СП детский сад «Чебурашка»

МБОУ «СОШ с. Кочегуры»

День: понедельник

Неделя: первая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (22 %)								
3	Бутерброды с маслом	40/5	8.2	4.8	8.09	25.95	212	0.11
205	яйцо вареное	40	6.65	0.04	4.07	31.88	190.54	-
392	Чай с сахаром	180	0.06	0	0.02	9.99	40	0.03
	икра кабачковая	60	0.05	0	7.05	0		
		325	14.9	4.9	12.2	67.8	412.5	0.1
2-ой завтрак (5 %)								
399	Сок яблочный	80	0.5	0	0	10.1	42.67	2.0
обед (38%)								
19	Огурцы свежие/Огурцы солёные нарезка	60	0.52	0	3.06	1.56	35.88	3.33
67	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1.74	1.74	4.89	8.48	84.75	18.47
277	Гуляш из отварного мяса	60/60	18.05	17.19	14.26	4.59	218.75	0.97
125	Каша пшенная	130	1.64	2.71	2.71	16.40	275.0	21.79
376	Компот из сушеных фруктов	180	0.4	0	0.02	24.99	101.7	0.36
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.5	0	0.55	20.15	96.5	-
		740*	25.85	21.64	25.49	76.17	812.58	44.92
уплотнённый полдник (35 %)								
255	Котлета рыбная запечённая	90	5.1	12.61	4.08	8.49	121.3	0.3
314	салат из капусты/ капуста тушенная	60	0.4	4.58	5.01	20.52	145.5	0
401	кофейный напиток	180	5.8	5.8	5	8	100	1.4
	Батон нарезной	25	2.96	0	1.16	20.56	100	-
		355	14.26	22.99	15.25	57.57	466.75	1.7
Итого за первый день		1500	55.05	49.50	52.92	201.56	1691.83	46.76
<i>норма</i>			54		60	261	1800	50
Отклонения			1.94		-11.80	-22.77	-6.01	-6.48
Количество животного белка, (%)				47.50%				
Соотношение			1		1	3.7		
Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности			14		29	57.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: вторник
Неделя: первая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (23%)								
1	Бутерброды с маслом	5/40	1.23	0.04	3.78	7.31	68	-
94	Каша рисовая молочная жидкая	200	6.76	0.04	10.42	25.86	224.94	0.9
392	какао с молоком	180	0.06	0	0.02	9.99	40	0.03
		425	8.05	0.08	14.22	43.16	332.94	0.93
2-ой завтрак (4%)								
399	яблоко	100	0.3	0	0.2	16.3	68	2
обед (36 %)								
	Овощная нарезка из помидор/ свёклы	60	0.84	0	3.05	5.41	52.44	19.47
36	Борщ со сметаной	200	2.18	2.18	2.84	14.29	91.5	8.25
357	Тефтели мясные с соусом сметанным с томатом и луком	70/50	11.78	9.54	12.91	14.9	223	1.13
56	картофель отварной	150	1.64	0.04	2.71	10.93	95.33	18.16
378	Кисель из яблок сушеных	180	-	0.08	0.04	23.53	94.68	1.65
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.5	0	0.55	20.15	96.5	-
		680 *	19.94	11.84	22.1	89.21	653.45	48.66
уплотнённый полдник (37 %)								
230	Вареники ленивые	120	16.95	15.71	12.41	17.5	249.14	0.22
115(2)	Соус сметанный сладкий	50	1.83	0.31	2.76	3.96	66.81	0.13
397	кефир	200	3.67	3.19	3.19	15.82	107	1.43
152	Батон нарезной	25	1.85	0	0.73	12.85	62.5	-
		395	24.30	19.21	19.09	50.13	485.45	10
	Итого за второй день	1600	54.23	31.17	55.61	198.80	1539.84	11.78
	<i>норма</i>		<i>54</i>		<i>60</i>	<i>261</i>	<i>1800</i>	<i>63.37</i>
	Отклонения		<i>0.43</i>		<i>-7.32</i>	<i>-23.83</i>	<i>-14.45</i>	<i>50</i>
	Количество животного белка, (%)							<i>26.74</i>

	Соотношение		1		1	3.7		
	<i>Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности</i>		16		30	54.0		
	*Суммарный объем блюд (в граммах)							

День: среда
Неделя: первая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
	завтрак (25%)							
1	Бутерброды с маслом	5\40	1.23	0.04	3.78	7.31	68	-
94	Суп молочный с крупой (манной)	200	6.51	5.0	6.35	20.53	165.25	1.14
392	Чай с сахаром	180	0.06	0	0.02	9.99	40	0.03
		425*	7.80	5.04	10.15	37.83	273.25	1.17
	2-ой завтрак (5 %)							
399	Сок яблочный	80	0.5	0	0	10.1	42.67	2.0
	обед (35 %)							
	Салат из капусты	60	0.52	0	3.06	1.56	35.88	3.33
57	суп картофельный с вермшелью	200	1.82	0.15	4.9	12.74	102.5	10.29
357	плов из птицы	210	0.95	0.95	2.94	3.98	46.15	1.16
376	Компот из сушеных фруктов	180	0.4	0	0.02	24.99	101.7	0.36
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.5	0	0.55	20.15	96.5	-
		700	7.19	1.10	11.48	63.42	382.73	15.14
	уплотнённый полдник (35 %)							
237	сырники творожные	80	21.31	21.31	14.52	22.,04	303.6	0.29
115(2)	Соус сметанный сладкий	50	1.83	0.31	2.76	3.96	66.81	0.13
401	Кефир	150	5.8	5.8	5	8	100	1.4
	Батон нарезной	25	2.59	0	1.02	17.99	87.5	-
		505	31.53	27.42	23.30	29.95	557.91	1.82
	Итого за третий день	1510	47.02	33.56	44.93	141.30	1256.56	20.13
	<i>норма</i>		<i>54</i>		<i>60</i>	<i>261</i>	<i>1800</i>	<i>50</i>
	Отклонения		-12.93		-25.12	-45.86	-30.19	-59.74
	Количество животного белка, (%)			52.60%				
	Соотношение		1		1	3.0		

	<i>Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности</i>		14		26	60.0		
--	--	--	----	--	----	------	--	--

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: четверг
Неделя: первая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (21 %)								
1	Бутерброды с маслом и сыром	40/5/15	8.2	4.8	8.09	25.95	212	0.11
66(2)	Каша «Дружба»	200	6.32	0.04	10.18	26.34	223.16	0.9
395	какао с молоком	180	2.85	2.61	2.41	14.36	91	1.17
	Кондитерские изделия	20		4.46	2.98	44.12	222	0.03
		435	17.40	7.48	20.68	66.65	526.16	2.18
2-ой завтрак (5 %)								
399	Сок виноградный	80	0.3	0	0.2	16.3	68	2
обед (36 %)								
54	Овощная нарезка из огурцов	60	1.41	0	2.76	7.4	60.06	4.03
81	Суп картофельный с горохом	200	5.49	0	5.27	16.32	134.75	5.81
298	биточки рубленые	80	14.12	10.78	9.04	20.26	219	20.03
357	овощное рагу	200	0.95	0.28	2.94	3.98	46.15	1.16
378	Кисель из яблок сушеных	180	-	0.08	0.04	23.53	94.68	1.65
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.5	0	0.55	20.15	96.5	-
		770*	24.06	11.14	17.84	84.24	591.08	28.65
								-
уплотнённый полдник (38 %)								
164	пирог с повидлом	80/20	11.2	11.2	21.4	49.2	436.05	0.55
394	кефир	180	2.67	2.61	2.34	14.31	89	1.2
	Батон	25	1.85	0	0.73	12.85	62.5	-
		305	15.72	13.81	24.47	76.36	587.55	1.75
	Итого за четвертый день	1590	57.48	32.43	63.19	243.55	1772.79	34.58
	<i>норма</i>		<i>54</i>		<i>60</i>	<i>261</i>	<i>1800</i>	<i>50</i>
	Отклонения		6.44		5.32	-6.69	-1.51	-30.84
	Количество животного белка, (%)			67.20%				
	Соотношение		1		1	4.2		
	<i>Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности</i>		18		26	56.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: пятница
Неделя: первая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (26 %)								
1	Бутерброды с маслом	5/30	1.23	0.04	3.78	7.31	68	-
94	суп вермешелевый молочный	200	3.61	0.04	5.22	22.83	152.38	-
395	кофейный напиток	180						2.73
		415*	4.84	0.08	9.00	30.14	220.38	2.73
2-ой завтрак (5 %)								
399	Сок яблочный	80	0.5	0	0	10.1	42.67	2.0
обед (34 %)								
20	Овощная нарезка летняя/из свёклы	60	0.84	0	3.05	5.41	52.44	19.47
67	суп картофельный	200	2.1	0.3	3.36	12.14	87.25	5.75
304	голубцы ленивые	210	20.30	16.61	17.00	35.69	377.0	1.01
376	Компот из свежих плодов	180	0.4	0	0.02	24.99	101.7	0.36
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.5	0	0.55	20.15	96.5	-
		700*	27.14	16.91	23.98	98.38	714.89	26.59
уплотнённый ужин (35 %)								
	Блины с (мёдом, повидлом, сгущенным молоком)	120/20	6.3	6.3	5.73	8.88	203.2	2.95
	чай с сахаром	180	3.6	0.09	8.1	21.12	171.8	17.11
	Батон нарезной	25	1.85	0	0.73	12.85	62.5	-
		345						
			2.22	0	0.87	15.4	75	-
			0.4	0	0.3	10.3	46	5
			14.37	6.39	15.73	68.55	558.5	25.06
	Итого за пятый день	1540	46.85	23.38	48.71	207.17	1536.44	56.38
	<i>норма</i>		<i>54</i>		<i>60</i>	<i>261</i>	<i>1800</i>	<i>50</i>
	Отклонения		-13.24		-18.82	-20.62	-14.64	12.76
	Количество животного белка, (%)			47.10%				
	Соотношение		1		1	4.4		

	<i>Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности</i>		14		29	57.0		
--	--	--	----	--	----	------	--	--

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (22 %)								
3	Бутерброды с маслом	5/30	1.23	0.04	3.78	7.31	68	
168	Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом	150	4.38	0.04	4.56	24.22	155.63	-
392	Чай с лимоном	180	0.06	0	0.02	9.99	40	0.03
		390	5.67	0.08	8.36	41.52	263.63	0.03
2-ой завтрак (4 %)								
399	Сок абрикосовый	80	0.5	0	0	12.7	52.67	4
обед (39 %)								
54	Овощная нарезка из капусты	60	1.41	0	2.76	7.4	60.06	4.03
44	Суп картофельный с рыбными консервами	200	10.17	10.17	2.6	16.65	150.85	8.02
282	Котлеты рубленые	80	11.92	10.01	8.8	11.64	173	-
317	Макаронные изделия отварные	150	5.52	0.04	4.52	26.45	168.45	-
376	Компот из сухих фруктов	180	0.4	0	0.02	24.99	101.7	0.36
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.5	0	0.55	20.15	96.5	-
		720*	32.92	20.22	19.25	107.28	750.56	12.41
уплотнённый полдник (35 %)								
213	омлет натуральный	80		5.08	4.6	0.28	63	-
5	Икра кабачковая	60		1.14	5.34	4.62	71.4	4.2
394	Чай	180		2.61	2.34	14.31	89	1.2
	Батон нарезной	40		0	0.87	15.4	75	-
		380*		8.83	13.15	34.61	298.40	5.40
Итого за шестой день		1570		29.13	40.76	196.11	1365.26	21.84
<i>норма</i>					<i>60</i>	<i>261</i>	<i>1800</i>	<i>50</i>
Отклонения					-32.07	-24.86	-24.15	-56.32
Количество животного белка, (%)				46.10%				
Соотношение			1		#DIV/0!	#####		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (25 %)								
1	Бутерброды с маслом	530	1.23	0.04	3.78	7.31	68	-
94	Каша пшенная молочная жидкая	200	6.76	0.04	10.42	25.86	224.94	0.9
395	чай с сахаром	180	2.85	2.61	2.41	14.36	91	1.17
	Кондитерские изделия	20		4.46	2.98	44.12	222	0.03
		435*	10.84	7.15	19.59	91.65	605.94	2.07
2-ой завтрак (5 %)								
399	яблоко	100	0.3	0	0.2	16.3	68	2
обед (35 %)								
19	Овощная нарезка из свежих огурцов/ солёных огурцов	60	0.52	0	3.06	1.56	35.88	3.33
57	суп картофельный с клецками	200	1.82	0.15	4.9	12.74	102.5	10.29
291	плов из птицы	210	14.11	13.1	10.43	32.33	280.25	28.27
378	Компот из сухих фруктов	180	-	0.08	0.04	23.53	94.68	1.65
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.5	0	0.55	20.15	96.5	-
		700	19.95	13.33	18.99	90.31	609.81	43.54
уплотнённый полдник (35%)								
230	Вареники ленивые с маслом	120	16.95	15.71	12.41	17.5	249.14	0.22
401	соус сметанный сладкий	50	5.8	5.8	5	8	100	1.4
152	какао с молоком	180	0.4	0.1	0	48	196	0
368	батон	40	1.5	0	0.5	21	95	10
		390	24.65	21.61	17.91	94.50	640.14	11.62
	Итого за седьмой день	1625	55.74	42.09	56.69	292.76	1923.89	59.23
	<i>норма</i>		<i>54</i>		<i>60</i>	<i>261</i>	<i>1800</i>	<i>50</i>
	Отклонения		3.2		-5.5	12.2	6.9	18.5
	Количество животного белка, (%)			61.2%				
	Соотношение		1		1	5.3		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: среда
Неделя: вторая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (25 %)								
3	Бутерброды с маслом	40/5	8.2	4.8	8.09	25.95	212	0.11
94	Суп молочный с крупой (манной)	200	6.51	5.0	6.35	20.53	165.25	1.14
392	Чай с лимоном	180	0.06	0	0.02	9.99	40	0.03
	Кондитерские изделия	20		4.46	2.98	44.12	222	0.03
		445*	14.80	14.29	17.44	100.59	639.25	1.31
2-ой завтрак (4 %)								
399	Сок абрикосовый	80	0.5	0	0	12.7	52.67	4
обед (36 %)								
10	салат летний/свскольный	60	1.79	0	3.11	3.75	50.16	6.6
77	Суп картофельный с яйцом	200	2.34	0	2.83	16.64	101.25	12
286	шницель рыбный	90	11.33	9.1	12.53	14.19	215	1.05
314	капуста тушеная/картофель оварной	150	1.64	0.04	2.71	16.4	275	21.79
376	Компот из сушеных фруктов	180	0.4	0	0.02	24.99	101.7	0.36
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.5	0	0.55	20.15	96.5	-
		760*	21	9.14	21.75	96.12	839.61	41.8
уплотнённый полдник (35 %)								
83(2)	запеканка творожная, запеченная	100	17.17	16.14	13.47	13.06	249.91	0.23
115(2)	Соус сметанный сладкий	50	1.83	0.31	2.76	3.96	66.81	0.13
401	Кефир	150	5.8	5.8	5	8	100	1.4
	Батон нарезной	50	2.22	0	0.87	15.4	75	-
		350*	27.02	22.25	22.10	40.42	491.72	1.76
	Итого за восьмой день	1635	63.32	45.68	61.29	249.83	2023.25	48.87
	<i>норма</i>		<i>54</i>		<i>60</i>	<i>261</i>	<i>1800</i>	<i>50</i>
	Отклонения		17.26		2.15	-4.28	12.40	-2.26
	Количество животного белка, (%)			52.60%				
	Соотношение		1		1	3.9		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: четверг
Неделя: вторая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (24%)								
1	Бутерброды с маслом и сыром	5\30\15	1.23	0.04	3.78	7.31	68	-
94	макароны отварные с маслом и сахаром	180	6.98	5.0	10.42	25	222.38	1.14
397	чай с сахаром и лимоном	180	3.67	3.19	3.19	15.82	100	1.43
	яблоко	100						
		510	11.88	8.23	17.39	48.13	390.38	2.57
2-ой завтрак (4 %)								
399	Сок виноградный	80	0.5	0	0	10.1	42.67	2.0
обед (37 %)								
54	Овощная нарезка из свежих помидоров/капусты	60	1.32	0	2.76	6.53	56.22	3.07
76	Рассольник ленинградский	200	2.0	0.0	5.11	16.93	121.75	7.54
302	Птица тушеная/соус сметанный с томатом и луком	40/50	11.37	8.25	7.37	20.88	195	9.24
56	каша гречневая	150	20.30	16.61	17.00	35.69	143.3	1.01
376	Компот из сушеных фруктов	180	0.4	0	0.02	24.99	101.7	0.36
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.5	0	0.55	20.15	96.5	-
		770*	38.89	24.86	32.81	125.17	714.47	21.22
уплаченный полдник (35 %)								
258	яйцо отварное	40	13.59	13.59	4.41	9.24	130.5	2.95
336	икра кабачковая	60	4.13	0	6.47	18.86	150.2	34.32
392	Чай с сахаром	180	0.06	0	0.02	9.99	40	0.03
	Батон нарезной	40	2.96	0	1.16	20.56	100	-
		320	20.74	13.59	12.06	58.65	420.70	37.30
	Итого за девятый день	1680	72.01	46.68	62.26	242.05	1568.22	63.09
	<i>норма</i>		<i>54</i>		<i>60</i>	<i>261</i>	<i>1800</i>	<i>50</i>
	Отклонения		33.35		3.77	-7.26	-12.88	26.18
	Количество животного белка, (%)			57.10%				
	Соотношение		1		1	3.4		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: пятница
Неделя: вторая

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции,г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
	завтрак(24%)							
3	Бутерброды с маслом	40/5	8.2	4.8	8.09	25.95	212	0.11
94	Каша овсяная (геркулес) жидкая с сахаром	200	3.61	0.04	5.22	22.83	152.38	-
395	Кофейный напиток с молоком	180	2.85	2.61	2.41	14.36	100	1.17
	Кондитерские изделия	20		4.46	2.98	44.12	222	0.03
		445*	14.69	7.48	15.72	63.14	464.38	1.28
	2-ой завтрак (4 %)							
399	яблоко	100	0.5	0	0	12.7	52.67	4
	обед (37 %)							
	салат из огурцов/соленых огурцов	60	0.86	0	3.65	5.02	56.34	5.7
67	суп полевой	200	1.74	0	4.89	8.48	84.75	18.47
304	картофель тушеный с мясом	190	20.30	16.61	17.00	35.69	377.0	1.01
378	Компот из сухих фруктов	180	-	0.08	0.04	23.53	94.68	1.65
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.5	0	0.55	20.15	96.5	-
		680*	26.4	16.69	26.13	92.87	709.27	26.83
	уплотнённый полдник (35%)							
403	Пирог с повидлом	80/20	5.85	5.85	2.02	3.57	142.34	0.5
401	Кефир	180	5.8	5.8	5	8	100	1.4
	Батон нарезной	30	1.11	0	0.44	7.71	37.5	-
		310*	12.76	11.65	7.46	19.28	279.84	1.90
	Итого за десятый день	1535	54.35	35.82	49.31	187.99	1506.16	34.01
	<i>норма</i>		<i>54</i>		<i>60</i>	<i>261</i>	<i>1800</i>	<i>50</i>
	Отклонения		0.65		-17.82	-27.97	-16.32	-31.98
	Количество животного белка, (%)			57.10%				
	Соотношение		1		1	3.5		
	Итого за весь период		506.05	369.44	535.67	2161.1	16184.24	448.26
	<i>Среднее значение за период</i>		<i>50.605</i>	<i>36.944</i>	<i>53.567</i>	<i>216.112</i>	<i>1618.424</i>	<i>44.826</i>
	<i>Отклонения</i>		<i>-6.29</i>		<i>-10.72</i>	<i>-17.20</i>	<i>7.45</i>	<i>31.80</i>
	Количество животного белка, (%)			55.80%				
	<i>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</i>		14.0		29.0	57.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

Таблица (3 - 7 лет)
 среднесуточных наборов пищевых продуктов, используемых для приготовления блюд и напитков

Наименование продуктов	Норма на 1 ребенка, г, мл	ДНИ										Всего за 10 дней	За 1 день	Отклонения
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Молоко, в т.ч. кисломолочные продукты	450	206	385	371	660	581	92	380	406	416	592	4089	408.9	-9.1
Творог	40		95	110				95	100			400	40.0	0.0
Сметана	11		12	17	13			12	21			75	7.5	-31.8
Сыр	6	15			15			15		15		60	6.0	0.0
Мясо	55	107	81	65	81		81	65	70			550	55.0	0.0
Птица	24					120					120	240	24.0	0.0
Рыба	37	110				110	40			110		370	37.0	0.0
Колбасные изделия	6.9									66		66	6.6	-4.3
Яйцо куриное	24	7	15	48	16	49	47	8	17	7	4	218	21.8	-9.2
Картофель	140	254	100	242	67	67	110	202	40	330	151	1563	156.3	11.6
Овощи, зелень	260	241	89	235	256	461	317	203	222	423	132	2579	257.9	-0.8
Фрукты свежие	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	1000	100.0	0.0
Фрукты сухие	11	18		20		18	18		18	18		110	11.0	0.0
Соки фруктовые	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	1000	100.0	0.0
Напитки витаминизированные (готовый напиток)	50											0	0.0	-100.0
Хлеб ржано-пшеничный	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	50	500	50.0	0.0
Хлеб пшеничный	80	80	84	80	80	78	78	80	74	80	68	782	78.2	-2.3
Крупы, бобовые	43	38	50	15	46	64	93	20	15	25	64	430	43.0	0.0
Макаронные изделия	12	60	7						53			120	12.0	0.0
Мука пшеничная	29	3	28	11	68	15	3	28	28	3	38	225	22.5	-22.4
Крахмал	3		7.5		7.5				7.5		7.5	30	3.0	0.0
Масло коровье	21	29	23	20	19	19	19.7	21	17	20	18	205.7	20.6	-2.0
Масло растительное	11	8	3	8	9	18	3	8	9	15	9.5	90.5	9.1	-17.7
Кондитерские изделия	20		50			50		50		50		200	20.0	0.0
Чай	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	5.4	0.5	-10.0
Какао-порошок	0.6		3							3		6	0.6	0.0
Кофейный напиток злаковый	1.2	3			3			3			3	12	1.2	0.0
Дрожжи хлебопекарные	0.5				2						3	5	0.5	0.0
Сахар	47	43	51	50	41	34	45	50	46	51	39	450	45.0	-4.3
Соль пищевая	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	6	60	6.0	0.0

День: понедельник

Неделя: первая

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (22 %)								
3	Бутерброды с маслом	530	4.93	2.52	2.91	13.81	104	0.07
205	яйцо отварное	40	4.4	0.03	3.38	21.1	132.39	-
392	Чай с сахаром	150	0.04	0	0.01	6.99	28	0.02
	икра кабачковая	45						
		270*	9.37	2.55	6.3	41.9	314	0.09
2-ой завтрак (5 %)								
399	Сок яблочный	80	0.5	0	0	10.1	42.67	2.0
обед (38 %)								
	салат из огурцов/соленых огурцов	45	0.39	0	2.3	1.17	26.91	2.5
67	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1.39	0.12	3.91	6.79	67.8	14.77
125	каша пшеничная	100	1.6	1.64	2.71	10.93	95.33	11.2
277	Гуляш из отварного мяса	120	15.42	12.41	12.41	3.96	189	0.6
376	Компот из сушеных фруктов	150	0.33	0	0.015	20.83	84.75	0.3
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.8	0	0.44	16.12	77.2	-
		605*	21.93	14.17	21.79	59.80	540.99	29.37
Уплотнённый полдник 35%								
255	Котлета рыбная запеченная	80	11.35	10.18	3.67	7.64	109.13	0.27
314	салат из капусты/тушеная капуста	45	3.05	0	3.34	13.68	97	0
401	кофейный напиток	150	4.35	5.22	4.5	7.20	90	1.26
5	Батон нарезной	25	1.85	0	0.73	12.85	62.5	-
		300*	20.6	15.4	12.24	41.37	358.63	1.53
	Итого за первый день	1255	52.40	32.12	40.33	153.17	1256.29	32.99
	<i>норма</i>		42		47	203	1400	45
	Отклонения		24.76		-14.20	-24.5	-10.27	-26.69
	Количество животного белка, (%)			51.3%				
	Соотношение		1		0.8	2.9		
	<i>калорийности</i>		14		29.0	57.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: вторник
Неделя: первая

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (23 %)								
1	Бутерброды с маслом	5\30	1.23	0.04	3.78	7.31	68	-
94	Каша рисовая молочный жидкий	150	5.41	0.03	8.34	20.69	179.95	0.72
392	какао с молоком	150	0.04	0	0.01	6.99	28	0.02
		335*	6.68	0.07	12.13	34.99	275.95	0.74
2-ой завтрак (4 %)								
399	Яблоко	95	0.5	0	0	12.7	52.67	4
обед (37 %)								
	Овощная нарезка из помидор/свеклы	45	0.63	0	2.28	4.06	39.33	14.6
36	Борщ со сметаной	150	3.8	0.12	0.54	14.52	85.64	2.96
357	Тефтели мясные с соусом сметанным с томатом и луком	60\30	11.78	9.54	12.91	14.9	223	1.13
56	картофель отварной	100	1.64	0.04	2.71	10.93	95.33	18.16
315	Кисель из сухофруктов	150	3.05	0	3.34	13.68	97	0
379	Хлеб ржано-пшеничный	40	0.13	0	0.06	20.13	81.6	18.3
		520*	21.03	9.7	21.84	78.22	621.9	55.15
уплотнённый полдник (36 %)								
230	Вареники ленивые, соус сметанный сладкий	90\30	13.35	12.07	10.02	13.78	199.5	0.18
397	кефир	150	3.15	2.67	2.72	12.96	100	1.2
702	Батон нарезной	30	0.4	0.1	0	48	196	0
		300	16.90	14.84	12.74	74.74	495.50	1.38
	Итого за второй день	1250	45.11	24.61	46.71	200.65	1446.02	61.27
	<i>норма</i>		42		47	203	1400	45
	Отклонения		7.40		-0.62	-1.16	3.29	36.16
	Количество животного белка, (%)			60.40%				
	Соотношение		1		1.0	4.4		
	<i>Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности</i>		15		32.0	53.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: среда
Неделя: первая

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (25 %)								
1	Бутерброды с маслом	5\30	1.23	0.04	3.78	7.31	68	-
94	Суп молочный с крупой (манный)	150	5.37	3.59	4.93	15.37	127.44	0.82
394	Чай с сахаром	150	2.83	2.78	2.49	12.06	82.13	1.24
		335	9.43	6.41	11.2	34.74	277.57	2.06
2-ой завтрак (5 %)								
399	Сок яблочный	80	0.5	0	0	10.1	42.67	2.0
обед (35 %)								
	Салат из капусты	45	3.06	0	4.8	20.44	37.25	18.16
57	Суп картофельный с вермешелью	150	1.63	0	4	11.29	87.8	7.03
357	Плов из птицы	160	0.57	0.57	1.76	2.39	27.69	0.7
318	Компот из сушеных фруктов	150	0.33	0	0.015	20.83	84.75	0.3
301	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.8	0	0.44	16.12	77.2	-
		545	8.39	0.57	11.02	71.07	314.69	26.19
уплотнённый полдник (35 %)								
237	Сырники творожные	70	12.7	14.4	9.68	14.7	203.2	0.19
115(2)	Соус сметанный сладкий	30	1.83	0.31	2.76	3.96	66.81	0.13
401	Кефир	150	4.35	5.22	4.5	7.20	90	1.26
	Батон нарезной	25	1.85	0	0.73	12.85	62.5	-
		275	20.73	19.93	17.67	38.71	422.51	1.58
Итого за третий день		1235	39.05	26.91	39.89	154.62	1057.44	31.83
<i>норма</i>			<i>42</i>		<i>47</i>	<i>203</i>	<i>1400</i>	<i>45</i>
Отклонения			<i>-7.02</i>		<i>-15.14</i>	<i>-23.83</i>	<i>-24.47</i>	<i>-29.27</i>
Количество животного белка, (%)				53.30%				
Соотношение			1		1.0	4.0		
Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности			14		27.0	59.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: четверг
Неделя: первая

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (21 %)								
1	Бутерброды с маслом и сыром	10/30/5	4.93	2.52	2.91	13.81	104	0.07
66(2)	Каша «Дружба»	160	5.06	0.03	8.14	21.07	178.53	0.72
395	Какао с молоком	150	2.34	2.18	2	10.63	100	0.98
	Кондитерские изделия	20		4.46	2.98	44.12	222	0.03
		365	12.33	4.73	13.05	45.51	382.53	1.77
2-ой завтрак (5 %)								
399	Сок виноградный	80	0.3	0	0.2	16.3	68	2
обед (36 %)								
54	Овощная нарезка из огурцов/соленых огурцов	45	3.06	0	4.8	20.44	137.25	18.16
81	Суп картофельный с горохом	150	3.29	0	3.16	9.79	80.85	3.49
357	биточки рубленые	70	0.57	0.17	1.76	2.39	27.69	0.7
298	овощное рагу	150	10.61	8.11	6.81	15.04	164	15.03
378	кисель из сухофруктов	150	0.07	0	0.03	19.61	78.9	1.37
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.8	0	0.44	16.12	77.2	-
		605*	20.4	8.28	17	83.39	565.89	38.75
уплотнённый полдник (38 %)								
164	пирог с повидлом	70/10	5.6	3.2	10.7	24.6	218	0.28
394	кефир	150	2.83	2.78	2.49	12.06	82.13	1.24
	Батон нарезной	25	1.85	0	0.73	12.85	62.5	-
		255	10.28	5.98	13.92	49.51	362.63	1.52
	Итого за четвертый день	1305	43.31	18.99	44.17	194.71	1379.05	44.04
	<i>норма</i>		42		47	203	1400	45
	Отклонения		3.12		-6.02	-4.08	-1.50	-2.13
	Количество животного белка, (%)			72.90%				
	Соотношение		1		1.0	4.5		
	<i>Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности</i>		19		28.0	53.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: пятница
Неделя: первая

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (26 %)								
1	Бутерброды с маслом	530	1.23	0.04	3.78	7.31	68	-
94	Суп вермешелевый молочный	150	2.14	0.03	3.76	14.42	99.75	0
400	кофейный напиток	150	2.34	2.18	2	8.09	80	0.98
		345						
			5.71	2.25	9.54	29.82	247.75	0.98
2-ой завтрак (5 %)								
399	Сок яблочный	80	0.5	0	0	10.1	42.67	2.0
обед (34 %)								
20	Овощная нарезка летняя/свеклы	45	0.63	0	2.28	4.06	39.33	14.6
67	суп картофельный	150	1.68	0.24	2.69	9.71	69.8	4.6
304	голубцы ленивые	150	15.12	12.45	12.76	26.76	282	0.41
376	Компот из свежих фруктов	150	0.33	0	0.015	20.83	84.75	0.3
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.8	0	0.44	16.12	77.2	-
		535	20.56	12.69	18.185	77.48	553.08	19.91
уплотнённый полдник (35 %)								
403	Блины с(повидлом или мёдом, со сгущенным молоком)	60/10	5.51	5.09	5.09	7.77	177	0.46
401	чай с сахаром	150	5.8	5.8	5	8	100	1.4
	Батон	30	1.85	0	0.73	12.85	62.5	-
		250						
			13.16	10.89	10.82	28.62	339.50	1.86
	Итого за пятый день	1210	39.93	25.83	38.55	146.02	1183.00	24.75
	<i>норма</i>		<i>42</i>		<i>47</i>	<i>203</i>	<i>1400</i>	<i>45</i>
	Отклонения		-4.93		-17.99	-28.07	-15.50	-45.00
	Количество животного белка, (%)			48.00%				
	Соотношение		1		1.0	3.7		

	<i>Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности</i>		14		29.0	57.0		
--	--	--	----	--	------	------	--	--

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: понедельник

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (22 %)								
1	Бутерброды с маслом	530	1.23	0.04	3.78	7.31	68	
168	Каша гречневая вязкая с сахаром и маслом	120	3.5	0.03	3.65	19.37	124.5	-
392	Чай с сахаром	150	0.04	0	0.01	6.99	28	0.02
		315	4.77	0.07	7.44	33.67	220.5	0.02
2-ой завтрак (4 %)								
399	Сок абрикосовый	80	0.5	0	0	12.7	52.67	4
обед (39 %)								
54	салат из капусты	45	1.06	0	2.07	5.55	45.05	3.02
84	Суп картофельный с рыбными консервами	150	4.49	8.14	2.08	13.32	120.68	6.42
282	Котлеты рубленые	70	10.42	8.72	7.86	10.47	154	-
317	Макаронные изделия отварные	100	3.68	0.03	3.01	17.63	112.3	-
376	Компот из сушеных фруктов	150	0.33	0	0.015	20.83	84.75	0.3
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.8	0	0.44	16.12	77.2	-
		555	22.78	16.89	15.475	83.92	593.98	9.74
уплотнённый полдник (35 %)								
213	омлет натуральный	45	5.08	5.08	4.6	0.28	63	-
5	Икра кабачковая	45	1.14	0	5.34	4.62	71.4	4.2
394	Чай с молоком	150	2.65	2.61	2.33	11.31	77	1.19
458	Батон нарезной	30	3.19	3.19	2.13	31.51	158.57	0.03
		270	12.06	10.88	14.40	47.72	369.97	5.42
Итого за шестой день		1220	40.11	27.84	37.32	178.01	1237.12	19.18
<i>норма</i>			42		47	203	1400	45
<i>Отклонения</i>			-4.50		-20.61	-12.31	-11.63	-57.38
<i>Количество животного белка, (%)</i>				52.4%				
<i>Соотношение</i>			1		0.9	4.4		
<i>Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности</i>			13		29.0	58.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: вторник

Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
	завтрак (25 %)							
3	Бутерброды с сыром и маслом	10/30/5	4.93	2.52	2.91	13.81	104	0.07
94	Каша пшеничная молочная жидкая	160	5.41	0.03	8.34	20.69	179.95	0.72
395	чай с сахаром	150	2.34	2.18	2	10.63	100	0.98
	Кондитерские изделия	20		4.46	2.98	44.12	222	0.03
		349	12.68	4.73	16.23	45.13	605.95	1.77
	2-ой завтрак (5 %)							
399	яблоко	95	0.3	0	0.2	16.3	68	2
	обед (35 %)							
19	Овощная нарезка из свежих огурцов/ солёных огурцов	45	0.39	0	2.3	1.17	34.5	2.5
57	суп картофельный с клецками	150	1.09	0.12	2.95	7.65	61.5	6.17
291	плов из птицы	160	10.03	9.03	7.41	22.97	199.12	20.08
378	Кисель из сухофруктов	150	0.13	0	0.06	20.13	81.6	18.3
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.8	0	0.44	16.12	77.2	-
		545	14.44	9.15	13.16	68.04	453.92	47.05
	уплотнённый полдник (35 %)							
230	Вареники ленивые	90	13.35	12.07	10.02	13.78	199.5	0.18
115(2)	Соус сметанный сладкий	30	1.83	0.31	2.76	3.96	66.81	0.13
401	какао с молоком	150	4.35	5.22	4.5	7.20	90	1.26
152	батон	30	0.4	0.1	0	48	196	0
		300	19.93	17.7	17.28	72.94	552.31	1.57
	Итого за седьмой день	1289	47.35	31.58	46.87	202.41	1680.18	52.39
	<i>норма</i>		42		47	203	1400	45
	Отклонения		12.74		-0.28	-0.29	20.01	16.42
	Количество животного белка, (%)			61.90%				
	Соотношение		1		1.0	4.3		
	<i>Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности</i>		16		30.0	54.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: среда
Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
	завтрак (25 %)							
1	Бутерброды с маслом	530	4.93	2.52	2.91	13.81	104	0.07
94	Суп молочный с крупой (манный)	150	5.37	3.59	4.93	15.37	127.44	0.82
	Кондитерские изделия	20		4.46	2.98	44.12	222	0.03
392	чай с лимоном	150	3.15	2.67	2.72	12.96	100	1.2
		355*	13.45	13.24	13.54	86.26	553.44	2.12
	2-ой завтрак (4 %)							
399	Сок абрикосовый	80	0.5	0	0	12.7	52.67	4
	обед (36 %)							
10	Салат из капусты	45	1.34	0	2.34	2.81	37.62	4.95
77	Суп крестьянский с яйцом	150	1.41	0	1.7	9.98	60.75	7.2
286	шницель рыбный	80	8.54	6.78	9.55	11.18	165	0.79
314	капуста тушеная/картофель оварной	100	1.71	0.03	2.78	17.72	102.7	-
376	Компот из сушеных фруктов	150	0.33	0	0.015	20.83	84.75	0.3
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.8	0	0.44	16.12	77.2	-
		615	16.13	6.81	16.825	78.64	528.02	13.24
	уплотнённый полдник (35 %)							
83(2)	запеканка творожная	50	12.02	11.3	9.43	9.14	174.94	0.16
115(2)	Соус сметанный сладкий	30	1.83	0.31	2.76	3.96	66.81	0.13
401	Кефир	150	4.35	5.22	4.5	7.20	90	1.26
	Батон нарезной	25	1.85	0	0.73	12.85	62.5	-
		255	20.05	16.83	17.42	33.15	394.25	1.55
	<i>Итого за восьмой день</i>	1305	50.13	36.88	47.79	210.75	1528.38	20.91
	<i>норма</i>		42		47	203	1400	45
	Отклонения		19.36		1.67	3.82	9.17	-53.53
	Количество животного белка, (%)			55.20%				
	Соотношение		1		1.0	4.2		
	<i>Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности</i>		14		27.0	59.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: четверг
Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
	завтрак (24 %)							
1	Бутерброды с маслом и сыром	5\30\10	1.23	0.04	3.78	7.31	68	-
94	макароны отварные с маслом и сахаром	120	5.37	4.19	6.25	15	133.43	0.54
397	чай с сахаром и лимоном	150	3.15	2.67	2.72	12.96	100	1.2
399	яблоко	95	0.3	0	0.2	16.3	68	2
		410	10.05	6.9	12.95	51.57	369.43	3.74
	2-ой завтрак (4 %)							
399	Сок виноградный	80	0.3	0	0.2	16.3	68	2
	обед (37 %)							
54	Овощная нарезка из помидоров/капусты	45	0.99	0	2.07	4.89	42.17	2.3
76	Рассольник ленинградский	150	1.2	0	3.07	10.16	73.05	4.52
302	Птица тушеная/соус сметанный с томатом и луком	30/50	11.37	8.25	7.37	20.88	195	9.24
291	каша гречневая	100	1.6	1.64	2.71	10.93	95.33	11.2
376	Компот из сушеных фруктов	150	0.33	0	0.015	20.83	84.75	0.3
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.8	0	0.44	16.12	77.2	-
		575	18.29	9.89	15.675	83.81	567.5	27.56
	уплотненный полдник (35 %)							
258	яйцо вареное	40	12.08	10.75	3.92	8.21	116	2.62
336	икра кабачковая	45	3.72	0	5.83	16.97	135.18	30.89
392	Чай с сахаром	150	0.06	0	0.02	9.99	40	0.03
	Батон нарезной	25	1.48	0	0.58	10.28	50	-
		260						
	Итого за девятый день	1325	28.64	16.79	28.83	151.68	1004.93	-22.00
	норма		42		47	203	1400	45
	Отклонения		-31.81		-38.67	-25.28	-28.22	-148.89
	Количество животного белка, (%)			57.10%				
	Соотношение		1		1.0	5.3		
	Содержание белков, жиров, углеводов в % от калорийности		15		31.0	53.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

День: пятница
Неделя: вторая

Возрастная категория: от 1 года до 3 лет

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б		Ж	У		
			общие	в т.ч. животные				
завтрак (24%)								
3	Бутерброды с маслом	530	4.93	2.52	2.91	13.81	104	0.07
185	Каша овсяная (геркулес) жидкая с сахаром	120	2.14	0.03	3.76	14.42	99.75	0
395	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.18	2	10.63	100	0.98
	Кондитерские изделия	20		4.46	2.98	44.12	222	0.03
		325	9.41	4.73	8.67	38.86	303.75	1.05
2-ой завтрак (4%)								
399	яблоко	95	0.5	0	0	12.7	52.67	4
обед (37%)								
	салат с огурцов/ солёных огурцов	45	0.64	0	2.74	3.76	42.26	4.28
67	суп полевой	150	1.39	0.12	3.91	6.79	67.8	14.77
304	картофель тушеный с мясом	150	15.12	12.45	12.76	26.76	282	0.41
378	Компот из сухофруктов	150	0.13	0	0.06	20.13	81.6	18.3
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2.8	0	0.44	16.12	77.2	-
		535*	20.08	12.6	19.91	73.56	550.86	37.76
уплотнительный полдник (35%)								
403	пирог с повидлом	70/10	6.7	5.12	1.77	3.12	154.6	0.44
401	Кефир	150	4.35	5.22	4.5	7.20	90	1.26
	Батон нарезной	30	1.85	0	0.73	12.85	62.5	-
		260	12.90	10.34	7.00	23.17	307.10	1.70
Итого за десятый день								
	<i>норма</i>		42		47	203	1400	45
Отклонения								
Количество животного белка, (%)			2.12		-24.30	-26.95	-13.26	-1.09
Соотношение			1		0.8	3.5		
<i>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</i>			14		26.0	60.0		
<i>Итого за весь период</i>			428.92	269.19	406.01	1740.31	12986.79	309.87
<i>Среднее значение за период</i>			42.89	26.92	40.60	174.03	1298.68	30.99
Отклонения								
Количество животного белка, (%)			2.12		-13.61	-14.27	-7.24	-31.14
<i>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</i>			15.0		29.0	56.0		

*Суммарный объем блюд (в граммах)

Таблица (1 - 3 года)
 среднесуточных наборов пищевых продуктов, используемых для приготовления блюд и напитков

Наименование продуктов	Норма на 1 ребенка, г, мл (нетто)	ДНИ										Всего за 10 дней	За 1 день	Отклонения
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10			
Молоко, в т.ч. кисломолочные продукты	390	173	332	417	529	494	92	325	437	340	508	3647	364.7	-6.5
Творог	30		75	75				75	75			300	30.0	0.0
Сметана	9		12	17	8			12	14			63	6.3	-30.0
Сыр	4	10			10			10			10	40	4.0	0.0
Мясо	50	70	70	70	61		70	70	38	55		504	50.4	0.8
Птица	20					130					100	230	23.0	15.0
Рыба	32	98				98	26			98		320	32.0	0.0
Колбасные изделия	-												0.0	-
Яйцо куриное	20	5	11	46	10	7	45	6	12	5	3	150	15.0	-25.0
Картофель	120	232	80	209	41	119	100	171	32	280	107	1371	137.1	14.3
Овощи, зелень	205	212	73	214	185	398	157	139	170	361	102	2011	201.1	-1.9
Фрукты свежие	95	99	95	99	95	99	95	95	99	95	99	970	97.0	2.1
Фрукты сухие	9	15		15		15	15		15	15		90	9.0	0.0
Соки фруктовые	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	100	1000	100.0	0.0
Напитки витаминизированные (готовый напиток)	0											0	0.0	0.0
Хлеб ржано-пшен	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	400	40.0	0.0
Хлеб пшеничный	60	55	63	60	60	56	61	60	59	60	69	603	60.3	0.5
Крупы, бобовые	30	25	44	11	34	52	68	16	11	15	52	328	32.8	9.3
Макаронные изделия	8	42	7						35			84	8.4	5.0
Мука пшеничная	25	3	25	7	35	10		25	23	2	33	163	16.3	-34.8
Крахмал	3		7.5		7.5			7.5			7.5	30	3.0	0.0
Масло коровье	18	25	22	17	16	17	14	19	14	17.5	16	177.5	17.8	-1.4
Масло растительное	9	6	2	6	5	15	14	5	8	11	16	88	8.8	-2.2
Кондитерские изделия	7		17			18		17			18	70	7.0	0.0
Чай	0.5	0.5	0.5	0.5	0.7	0.35	0.7	0.35	0.35	0.7	0.35	5	0.5	0.0
Какао-порошок	0.5		2.5							2.5		5	0.5	0.0
Кофейный напиток злаковый	1	2.5			2.5			2.5			2.5	10	1.0	0.0
Дрожжи хлебопекарные	0.4				2						2	4	0.4	0.0
Сахар	37	30	39	32	25	20	32	38	28	36	27	307	30.7	-17.0
Соль пищевая	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	40	4.0	0.0