Согласовано

на Совете по питанию
от 30.06.2023 г № 3

Боброва Людмила Александровна

Подписано цифровой подписью: Боброва Людмила Александровна
Дата: 2023.07.10 11:54:34 +03'00'

Утверждаю

Заведующий МБДОУ д/с № 22
Л. А. Боброва

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД (ЛЕТНЕ- ОСЕННИЙ ПЕРИОД)

Возрастная категория от 3 до 7лет (10,5 часов)

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ПЛОВ ФРУКТОВЫЙ	120	2.5	2.6	34.6	170.3	417	2012
БУТЕРБРОД (БАТОН С МАСЛОМ)	25/7	2.1	5.6	13.3	113.8	1	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1	0.0	6.1	24.7	392	2012
Итого за прием пищи:	**332**	**4.7**	**8.2**	**54.0**	**308.8**		
II Завтрак							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	35	2.5	5.6	24.2	154.0	15	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	190	0.0	0.0	20.0	79.8	442	2008
Итого за прием пищи:	**225**	**2.5**	**5.6**	**44.2**	**233.8**		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	5.3	2.6	18.3	125.0	99	2008
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	13.1	14.0	4.2	195.0	278	2012
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	90	3.1	2.4	20.8	119.4	331	2008
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0.9	2.1	7.4	52.1	50	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.5	14.4	72.0	2	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2.1	0.3	16.0	76.8	5	2008
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.2	0.2	9.2	40.2	396	2008
Итого за прием пищи:	**662**	**27.1**	**22.1**	**90.3**	**680.5**		
Полдник							
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	80	16.5	13.1	31.6	310.7	225	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.4	4.5	14.1	117.7	397	2012
Итого за прием пищи:	**260**	**21.9**	**17.6**	**45.7**	**428.4**		
Всего за день:		**56.2**	**53.5**	**234.2**	**1,651.5**		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	5.9	5.9	18.2	149.0	189	2008
БУТЕРБРОД (БАТОН С МАСЛОМ)	25/7	2.1	5.6	13.3	113.8	1	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.5	3.6	13.6	104.8	395	2012
Итого за прием пищи:	**382**	**12.5**	**15.1**	**45.1**	**367.6**		
II Завтрак							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	47.0	28	2008
Итого за прием пищи:	**100**	**0.4**	**0.4**	**9.8**	**47.0**		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	5.9	7.4	26.9	197.9	85	2012
РАГУ ОВОЩНОЕ С КУРИЦЕЙ	150	16.7	15.9	15.5	273.7	351	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.5	14.4	72.0	2	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2.1	0.3	16.0	76.8	5	2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.0	0.0	4.8	19.4	376	2012
Итого за прием пищи:	**592**	**27.1**	**24.1**	**77.6**	**639.8**		
Полдник							
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	16.3	7.2	6.4	156.4	268	2012
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0.6	3.1	2.2	40.1	22	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1.6	0.3	12.5	60.0	5	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0.0	0.0	18.9	75.6	442	2008
Итого за прием пищи:	**345**	**18.5**	**10.6**	**40.0**	**332.1**		
Всего за день:		**58.5**	**50.2**	**172.5**	**1,386.5**		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	45	5.0	4.5	0.3	61.3	213	2012
САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ (КОНСЕРВИРОВАННОЙ)	50	0.9	2.9	5.1	49.2	20	2012
БУТЕРБРОД (БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ)	25/7/8	3.9	7.9	13.3	143.0	3	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.4	4.5	14.1	117.7	397	2012
Итого за прием пищи:	**315**	**15.2**	**19.8**	**32.8**	**371.2**		
II Завтрак							
РЯЖЕНКА	180	5.4	1.8	7.2	72.0	435	2008
БУБЛИК "КУБАНСКИЙ"	25	2.0	0.5	13.3	67.5	5	2008
Итого за прием пищи:	**205**	**7.4**	**2.3**	**20.5**	**139.5**		
Обед							
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3.5	4.7	16.6	124.8	57	2012
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	20.8	8.9	4.9	183.4	261	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2.9	4.5	18.3	125.6	321	2012
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0.5	0.1	1.5	8.3	10	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.5	14.4	72.0	2	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2.1	0.3	16.0	76.8	5	2008
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.5	0.0	12.4	51.3	380	2012
Итого за прием пищи:	**712**	**32.7**	**19.0**	**84.1**	**642.2**		
Полдник							
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	6.1	6.6	18.7	159.9	189	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1	0.0	6.1	24.7	392	2012
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	47.0	28	2008
Итого за прием пищи:	**450**	**6.6**	**7.0**	**34.6**	**231.6**		
Всего за день:		**61.9**	**48.1**	**172.0**	**1,384.5**		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	170	5.9	5.2	20.2	151.6	93	2012
БУТЕРБРОД (БАТОН С МАСЛОМ)	25/7	2.1	5.6	13.3	113.8	1	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1	0.0	5.1	20.8	392	2012
Итого за прием пищи:	**382**	**8.1**	**10.8**	**38.6**	**286.2**		
II Завтрак							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	35	2.5	5.6	24.2	154.0	15	2008
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0.0	0.0	3.6	14.4	442	2008
Итого за прием пищи:	**215**	**2.5**	**5.6**	**27.8**	**168.4**		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	9.8	3.6	9.8	111.8	84	2012
КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ	70	14.5	13.8	6.3	206.9	151	2008
ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	100	7.7	4.1	16.1	144.6	321	2012
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0.6	3.1	2.1	39.0	23	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.5	14.4	72.0	2	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2.1	0.3	16.0	76.8	5	2008
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.2	0.2	9.2	40.2	396	2008
Итого за прием пищи:	**672**	**37.3**	**25.6**	**73.9**	**691.3**		
Полдник							
ПЕЧЕНЬЕ ТВОРОЖНОЕ "ТОНЯ"	80	16.6	14.4	27.4	305.5	237	2012
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	5.8	4.4	22.4	151.2	384	2012
Итого за прием пищи:	**260**	**22.4**	**18.8**	**49.8**	**456.7**		
Всего за день:		**70.3**	**60.8**	**190.1**	**1,602.6**		

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	6.1	6.1	19.1	158.1	189	2008
БУТЕРБРОД (БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ)	25/7/8	3.9	7.9	13.3	143.0	3	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0.2	0.0	6.7	27.7	432	2008
Итого за прием пищи:	**390**	**10.2**	**14.0**	**39.1**	**328.8**		
II Завтрак							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	47.0	28	2008
Итого за прием пищи:	**100**	**0.4**	**0.4**	**9.8**	**47.0**		
Обед							
СУП С ФАСОЛЬЮ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	200	3.1	3.6	14.2	101.6	81	2012
ГОЛУБЦЫ ПО ВЕНГЕРСКИ	130	12.8	13.7	17.2	242.2	306	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.5	14.4	72.0	2	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2.1	0.3	16.0	76.8	5	2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.0	0.0	4.8	19.4	376	2012
Итого за прием пищи:	**572**	**20.4**	**18.1**	**66.6**	**512.0**		
Полдник							
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	70	10.1	8.2	63.7	368.7	453	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	4.5	3.6	12.9	101.8	394	2012
Итого за прием пищи:	**250**	**14.6**	**11.8**	**76.6**	**470.5**		
Всего за день:		**45.6**	**44.3**	**192.1**	**1,358.3**		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	70	4.8	4.0	20.8	141.2	206	2012
БУТЕРБРОД (БАТОН С МАСЛОМ)	25/7	2.1	5.6	13.3	113.8	1	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.1	0.0	5.1	21.0	392	2012
Итого за прием пищи:	**252**	**7.0**	**9.6**	**39.2**	**276.0**		
II Завтрак							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	35	2.5	5.6	24.2	154.0	15	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	190	0.0	0.0	20.0	79.8	442	2008
Итого за прием пищи:	**225**	**2.5**	**5.6**	**44.2**	**233.8**		
Обед							
БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3.4	4.3	16.5	120.1	57	2012
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ	60	13.1	13.1	15.3	228.6	285	2008
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1.0	3.0	5.1	51.3	34	2012
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.5	14.4	72.0	2	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2.1	0.3	16.0	76.8	5	2008
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.2	0.2	9.2	40.2	396	2008
Итого за прием пищи:	**562**	**22.2**	**21.4**	**76.5**	**589.0**		
Полдник							
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100	17.3	9.5	31.9	282.5	504	2012
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.4	4.5	14.1	117.7	397	2012
Итого за прием пищи:	**280**	**22.7**	**14.0**	**46.0**	**400.2**		
Всего за день:		**54.4**	**50.6**	**205.9**	**1,499.0**		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	170	6.0	6.6	16.9	152.1	189	2008
БУТЕРБРОД (БАТОН С МАСЛОМ)	25/7	2.1	5.6	13.3	113.8	1	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0.2	0.0	6.7	27.7	432	2008
Итого за прием пищи:	**382**	**8.3**	**12.2**	**36.9**	**293.6**		
II Завтрак							
КЕФИР	180	5.4	4.5	7.2	91.8	435	2008
БУБЛИК "КУБАНСКИЙ"	25	2.0	0.5	13.3	67.5	5	2008
Итого за прием пищи:	**205**	**7.4**	**5.0**	**20.5**	**159.3**		
Обед							
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2.8	3.3	20.2	123.1	105	2008
СУФЛЕ КУРИНОЕ С РИСОМ	100	18.5	18.5	10.6	281.8	311	2012
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0.9	3.1	2.8	43.1	35	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.5	14.4	72.0	2	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2.1	0.3	16.0	76.8	5	2008
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.2	0.2	9.2	40.2	396	2008
Итого за прием пищи:	**602**	**26.9**	**25.9**	**73.2**	**637.0**		
Полдник							
КОТЛЕТА РЫБНАЯ	70	14.9	4.0	5.7	118.4	239	2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3.7	3.8	14.7	122.2	181	2008
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	60	0.7	0.1	2.3	14.3	11	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2.0	0.3	15.0	72.0	5	2008
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0.0	0.0	3.5	14.0	435	2008
Итого за прием пищи:	**470**	**21.3**	**8.2**	**41.2**	**340.9**		
Всего за день:		**63.9**	**51.3**	**171.8**	**1,430.8**		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	8.2	8.7	2.4	120.8	214	2008
ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНС.	25	0.0	1.7	1.7	22.4	19	2008
БУТЕРБРОД (БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ)	25/7/8	3.9	7.9	13.3	143.0	3	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.4	4.5	14.1	117.7	397	2012
Итого за прием пищи:	**325**	**17.5**	**22.8**	**31.5**	**403.9**		
II Завтрак							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	47.0	28	2028
Итого за прием пищи:	**100**	**0.4**	**0.4**	**9.8**	**47.0**		
Обед							
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	8.7	10.1	15.8	187.9	83	2012
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	120	20.2	8.6	14.7	216.9	291	2012
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	60	0.6	4.1	2.1	48.0	23	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.5	14.4	72.0	2	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2.1	0.3	16.0	76.8	5	2008
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.5	0.0	13.2	54.8	380	2012
Итого за прием пищи:	**622**	**34.5**	**23.6**	**76.2**	**656.4**		
Полдник							
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	5.9	5.9	18.2	149.0	189	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1	0.0	6.1	24.9	392	2012
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	10	0.3	0.3	7.7	35.4	15	2008
Итого за прием пищи:	**360**	**6.3**	**6.2**	**32.0**	**209.3**		
Всего за день:		**58.7**	**53.0**	**149.5**	**1,316.6**		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	170	5.1	5.1	16.9	132.3	94	2012
БУТЕРБРОД (БАТОН С МАСЛОМ)	25/7	2.1	5.6	13.3	113.8	1	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0.2	0.0	6.7	27.7	432	2008
Итого за прием пищи:	**382**	**7.4**	**10.7**	**36.9**	**273.8**		
II Завтрак							
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	35	2.5	5.6	24.2	154.0	15	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	190	0.0	0.0	20.0	79.8	442	2008
Итого за прием пищи:	**225**	**2.5**	**5.6**	**44.2**	**233.8**		
Обед							
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	4.7	6.5	16.3	143.7	48	2008
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	13.0	12.5	4.2	181.4	259	2008
КАША ЯЧНЕВАЯ	130	2.9	2.5	18.9	109.4	184	2008
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	1.0	4.1	2.9	52.4	42	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.5	14.4	72.0	2	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2.1	0.3	16.0	76.8	5	2008
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0.2	0.2	9.2	40.2	396	2008
Итого за прием пищи:	**702**	**26.3**	**26.6**	**81.9**	**675.9**		
Полдник							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	80	15.1	12.7	15.0	234.2	224	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	180	5.4	4.5	14.1	117.7	397	2012
Итого за прием пищи:	**260**	**20.5**	**17.2**	**29.1**	**351.9**		
Всего за день:		**56.7**	**60.1**	**192.1**	**1,535.4**		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	6.8	6.4	19.5	172.3	184	2008
БУТЕРБРОД (БАТОН С МАСЛОМ И СЫРОМ)	25/7/8	3.9	7.9	13.3	143.0	3	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.1	0.0	5.1	21.0	392	2012
Итого за прием пищи:	**390**	**10.8**	**14.3**	**37.9**	**336.3**		
II Завтрак							
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	47.0	28	2008
Итого за прием пищи:	**100**	**0.4**	**0.4**	**9.8**	**47.0**		
Обед							
СУП С ПШЕННОЙ КРУПОЙ	200	2.2	3.3	14.8	99.8	80	2012
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	13.3	12.9	20.0	249.4	258	2008
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0.5	0.1	1.5	8.3	10	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2.4	0.5	14.4	72.0	2	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2.1	0.3	16.0	76.8	5	2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.0	0.0	4.8	19.4	376	2012
Итого за прием пищи:	**652**	**20.5**	**17.1**	**71.5**	**525.7**		
Полдник							
ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	70	9.8	7.7	51.6	315.5	454	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4.5	3.6	13.6	104.8	395	2012
Итого за прием пищи:	**250**	**14.3**	**11.3**	**65.2**	**420.3**		
Всего за день:		**46.0**	**43.1**	**184.4**	**1,329.3**		

МБДОУ д/с № 22

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минералы
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг
Итого за весь период	572.2	515.0	1,864.6	14,494.5	6.30	403.03	20.72	91.47	9.17	12.04	######
Среднее значение за период	57.2	51.5	186.5	1,449.5	0.63	40.30	2.07	9.15	0.92	1.20	620.32
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15.8	32.0	52.2								

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
Сад 10,5 часов	353	170	635	319