

Основное меню для питания детей в дошкольных образовательных учреждениях возрастной группы 3-7 лет.

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества						№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г		Углевод-ы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг			Zn, мг	K, мг
Завтрак																		
Каша "Дружба" молочная жидкая	180	5.6	3.3	30.3	180.2	0.10	0.50	11.20	0.00	0.10	105.90	31.10	125.00	0.70	0.90	189.50	37.40	0.00
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	128.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00
Итого за прием пищи:	400	11.4	14.9	58.2	425.9	0.10	1.10	65.80	0.20	0.20	244.80	57.40	244.60	1.80	1.50	420.30	49.40	0.00
II Завтрак																		
Сок фруктовый	180	0.0	0.0	18.2	79.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Итого за прием пищи:	180	0.0	0.0	18.2	79.2	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00
Обед																		
Суп картофельный с бобовыми (горохом лущеным)	180	4.2	3.4	13.9	104.2	0.10	3.40	0.20	0.00	0.00	28.70	23.80	56.30	1.50	0.70	337.30	47.10	0.00
Биточек из мяса птицы	70	9.6	11.1	10.1	188.1	0.10	0.60	9.80	0.00	0.10	13.00	18.00	102.10	1.30	0.10	37.80	16.60	0.00
Макаронные изделия отварные	130	5.4	3.5	34.7	195.4	0.10	0.00	11.00	0.10	0.00	24.30	9.80	40.40	0.90	0.30	62.00	52.70	0.00
Напиток из смеси сухофруктов	180	0.5	0.1	16.1	67.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.00	0.70	0.00	0.00
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00
Итого за прием пищи:	505	22.7	18.6	89.8	634.9	0.40	4.00	21.00	0.10	0.10	81.50	61.60	238.00	5.50	1.60	499.00	118.90	0.00
Уплотненный полдник																		
Омлет натуральный	160	12.3	15.2	3.7	225.1	0.10	0.40	25.60	2.00	0.40	118.80	16.60	186.90	1.90	1.30	227.30	67.80	0.00
Сыр (порциями)	10	2.6	2.6	0.0	34.4	0.00	0.10	23.00	0.00	0.00	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00
Батон йодированный	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00
Чай с низким содержанием сахара	180	0.1	0.0	5.4	21.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	9.50	3.10	2.70	0.30	0.00	9.70	0.00	0.00
Булочка "Васюшка"	60	4.1	3.0	32.0	174.7	0.00	0.00	7.00	0.10	0.00	27.30	12.00	56.00	0.80	0.20	201.80	9.90	0.00
Итого за прием пищи:	435	21.0	21.5	54.0	521.6	0.10	0.50	55.60	2.10	0.40	261.10	45.00	327.90	3.60	2.10	481.10	78.60	0.00
Всего за день:		55.1	55.0	220.2	1 662.6	0.60	5.60	142.40	2.40	0.70	587.40	164.00	810.50	10.90	5.30	1 400.40	246.90	0.00

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества										№ рецеп- туры	Сборник рецептур
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	180	4.9	3.9	19.0	135.3	0.10	0.50	12.10	0.00	0.10	116.50	33.00	126.20	0.70	1.00	207.00	38.20	0.00	0.00	34	2010
Кофейный напиток на молоке	180	4.5	4.5	15.4	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	183.80	21.70	121.00	0.40	0.60	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Яйца вареные	40	4.8	4.0	0.3	62.8	0.00	0.00	0.10	0.90	0.10	18.70	3.80	61.40	0.80	0.40	56.00	8.00	0.00	0.00	209	2015
Итого за прием пищи:	430	16.5	13.3	50.1	409.6	0.20	1.30	30.90	0.90	0.30	305.60	68.40	334.10	2.50	2.20	542.80	61.30	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Кисломолочный напиток	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	386	2015
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.8	7.2	106.2	0.10	1.30	36.00	0.00	0.30	216.00	25.20	171.00	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Борщ с картофелем и курой	180/10	3.4	4.7	10.2	105.7	0.00	4.80	3.40	0.00	0.00	29.20	20.50	55.10	1.10	0.30	319.90	44.30	0.00	0.00	82	2011
Суфле рыбное	90	15.6	9.8	1.2	172.5	0.10	0.70	24.20	0.80	0.20	64.10	39.10	209.60	1.10	1.30	395.20	143.20	0.00	0.00	400	2004
Картофельное пюре	150	3.3	4.8	20.9	146.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.20	28.60	88.10	1.10	0.50	721.00	56.90	0.00	0.00	128	2015
Овощи натуральные свежие	50	0.3	0.0	1.0	5.3	0.00	3.45	0.00	0.00	0.00	8.47	7.18	15.09	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	71	2011
Напиток из плодов сушеных (яблком)	180	0.2	0.0	10.9	45.3	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	18.20	4.50	6.50	0.50	0.00	55.30	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	705	25.8	19.8	59.2	553.3	0.30	18.65	44.40	0.90	0.40	178.27	108.48	413.59	5.88	2.60	1 552	246.90	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка из творога с морковью	170	21.9	10.3	25.5	301.8	0.00	0.90	26.10	0.20	0.10	183.40	34.00	227.60	1.00	0.70	235.00	42.30	0.00	0.00	224	2011
Соус сметанный сладкий	30	0.4	2.4	1.8	33.7	0.00	0.00	10.10	0.00	0.00	10.20	1.30	7.00	0.00	0.00	14.90	1.10	0.00	0.00	330/тк	2015
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200	0.0	0.0	24.5	98.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	12.30	2.00	5.60	0.00	0.00	0.60	0.00	0.00	0.00		
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	430	24.6	13.6	67.2	512.2	0.00	0.90	36.20	0.20	0.10	212.50	47.20	265.70	1.60	0.90	289.80	44.50	0.00	0.00	1 385	2010
Всего за день:		72.1	52.5	183.7	1 581.3	0.60	22.15	147.50	2.00	1.10	912.37	249.28	1 184	10.18	5.70	2 395	352.70	0.00	0.00		

ИНН 7602038809
г. Ярославль

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша пшеничная молочная жидкая	180	4.7	2.9	20.0	131.9	0.10	0.50	11.60	0.00	0.10	110.60	21.30	112.80	0.80	0.40	183.70	36.70	0.00	0.00	35	2010
Какао витаминизированный с молоком	180	4.9	4.8	14.1	130.2	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	164.10	28.30	128.30	0.70	0.80	268.90	14.00	0.00	0.00	382	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015
Сыр (порциями)	10	2.6	2.6	0.0	34.4	0.00	0.10	23.00	0.00	0.00	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00	0.00	15	2015
Итого за прием пищи:	410	14.6	18.5	49.6	441.2	0.20	1.40	93.30	0.20	0.20	383.70	64.50	330.60	2.20	1.80	502.90	51.80	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Молоко кипяченое	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00	385	2015
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный с рыбными консервами	205	6.1	1.7	12.6	90.7	0.10	6.10	0.20	0.00	0.10	19.10	19.10	44.80	0.80	0.40	433.40	44.10	0.00	0.00	97	2015
Тертые мясные с соусом	50/50	6.3	14.6	10.5	158.0	0.20	0.80	14.70	0.00	1.00	19.60	15.70	77.70	0.80	0.20	0.00	68.90	0.00	0.00		
Рис с овощами	130	3.7	4.6	37.5	211.9	0.00	0.60	15.60	0.10	0.00	21.50	27.70	76.80	0.70	0.80	81.90	41.40	0.00	0.00	450	2003
Компот из плодов или ягод сушеных	180	0.4	0.1	17.2	72.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	20.40	8.40	20.90	0.50	0.00	150.10	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	660	19.6	21.6	92.8	611.0	0.40	7.50	30.70	0.10	1.10	88.70	79.50	259.40	4.60	1.90	726.60	156.90	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Жирное подомашнему	200	7.8	18.2	25.1	310.6	0.20	12.10	0.30	0.00	0.10	34.00	37.00	91.40	1.80	0.80	849.20	89.30	0.00	0.00		
Батон йодированный	25	1.9	0.7	12.9	65.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.50	8.30	21.30	0.50	0.20	32.80	0.90	0.00	0.00	ТТК	
Чай с низким содержанием сахара	180	0.1	0.0	5.4	21.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	9.50	3.10	2.70	0.30	0.00	9.70	0.00	0.00	0.00	376	2015
Шанжки наливные с ягодами	50	6.1	2.9	24.5	153.3	0.10	0.00	6.90	0.30	0.00	55.80	8.20	69.70	0.60	0.60	63.00	21.50	0.00	0.00	740	2004
Итого за прием пищи:	455	15.9	21.8	67.9	551.3	0.30	12.10	7.20	0.30	0.10	104.80	56.60	185.10	3.20	1.60	954.70	110.70	0.00	0.00		
Всего за день:		55.2	67.2	218.4	1717.6	1.00	22.00	154.00	0.60	1.60	771.10	221.90	912.00	10.20	5.10	2461.70	336.50	0.00	0.00		

Сектор питания
г. Яссы

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества										№ рецептур	
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг		Se, мг
Завтрак																				
Каша ячневая молочная жидкая	180	4.9	3.4	20.2	138.7	0.00	0.60	13.60	0.00	0.10	134.20	21.70	137.70	0.50	0.70	202.90	38.20	0.00	0.00	2010
Чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.80	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.50	190.00	10.90	0.00	0.00	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00	
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	65.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	2015
Итого за прием пищи:	400	10.7	15.0	48.1	385.4	0.00	1.20	68.20	0.20	0.20	273.10	48.00	257.30	1.60	1.40	433.70	50.20	0.00	0.00	
II Завтрак																				
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	
Обед																				
Суп картофельный с яйцом и курой	180/10	6.0	7.2	12.9	146.4	0.10	6.40	3.50	0.50	0.20	31.70	23.60	94.50	1.40	0.60	485.30	52.30	0.00	0.00	97
Булочка "Сочная"	70	9.7	12.5	10.2	202.3	0.00	0.50	6.10	0.00	0.10	12.50	18.00	104.30	1.60	0.10	38.10	17.40	0.00	0.00	ТТК
Рис из овощей	150	2.7	3.3	15.2	102.6	0.10	15.10	0.40	0.00	0.00	45.30	29.70	64.80	1.40	0.60	514.10	24.10	0.00	0.00	143
Напиток из смеси сухофруктов	180	0.5	0.1	16.1	67.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00	
Итого за прием пищи:	635	21.9	23.6	69.4	597.5	0.30	22.00	10.00	0.50	0.30	105.00	81.50	302.80	6.20	1.80	1078.40	96.30	0.00	0.00	
Уплотненный полдник																				
Пудинг творожный	170	26.3	9.3	26.5	317.4	0.00	0.50	32.10	0.40	0.40	217.70	35.00	282.40	1.30	0.90	257.60	8.20	0.00	0.00	222
Соус сметанный сладкий	30	0.4	2.4	1.8	33.7	0.00	0.00	10.10	0.00	0.00	10.20	1.30	7.00	0.00	0.00	14.90	1.10	0.00	0.00	330/ТТК
Чай с низким содержанием сахара	180	0.1	0.0	5.4	21.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	9.50	3.10	2.70	0.30	0.00	9.70	0.00	0.00	0.00	378
Булочка с посыпкой	50	4.6	5.1	28.6	179.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.40	6.30	37.80	0.50	0.30	58.10	25.10	0.00	0.00	ТТК
Итого за прием пищи:	430	31.4	16.8	62.3	552.0	0.10	0.50	42.20	0.40	0.40	247.80	45.70	330.00	2.10	1.20	338.30	34.40	0.00	0.00	
Всего за день:		64.5	55.9	192.5	1 596.0	0.40	36.70	120.40	1.10	0.90	646.70	185.60	904.40	12.80	4.80	2 212.10	183.50	0.00	0.00	1999

Составлено на основе рецептур
ИНН 7002088809
г. Ярославль

Прием пищи, наименование блюда	Витамины														Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	В1, мг				С, мг	А, мкг		Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг					
	Масса порции	Белки, г		Жиры, г	Углевод-ы, г	В1, мг	С, мг		А, мкг	Д, мкг												В2, мг	Са, мг	Mg, мг		
Завтрак																										
Каша манная молочная жидкая	180	4.6	3.0	20.6	134.8	0.00	0.50	12.10	0.00	0.10	111.20	15.00	88.90	0.30	0.50	171.00	37.90	0.00	0.00	31	2010					
Кофейный напиток на молоке	180	4.5	4.5	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	163.80	21.70	121.00	0.40	0.60	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015						
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00							
Масло сливочное (порция)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	14	2015						
Итого за прием пищи:	400	11.6	16.7	51.5	409.4	0.10	1.30	70.80	0.20	0.20	284.00	46.60	236.40	1.30	1.30	452.30	53.00	0.00	0.00							
II Завтрак																										
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00	389	2015					
Итого за прием пищи:	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00							
Обед																										
Суп картофельный с клецками и свиной	180/10	5.1	6.7	19.9	167.1	0.00	3.20	0.20	0.00	0.00	22.40	14.90	43.60	0.80	0.30	247.10	50.90	0.00	0.00	108/108	2015					
Печень по-строгановски	35/35	9.3	6.9	2.9	130.1	0.10	7.30	10.70	0.00	0.80	17.10	10.10	142.60	3.00	2.70	176.10	20.30	0.00	0.00	255	2015					
Каша гречневая рассыпчатая	130	7.8	4.9	35.4	220.0	0.20	0.00	10.80	0.10	0.10	18.90	112.20	167.50	3.90	1.30	235.90	38.00	0.00	0.00	171	2015					
Напиток из плодов сушеных	180	0.2	0.0	10.9	45.3	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	18.20	4.50	6.50	0.50	0.00	55.30	0.00	0.00	348	2015						
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00							
Итого за прием пищи:	615	25.4	19.0	84.1	640.8	0.40	10.60	21.70	0.10	0.90	84.70	150.30	399.40	10.00	4.80	775.60	111.70	0.00	0.00							
Уплотненный полдник																										
Тертая рыба с соусом	90/50	13.4	7.0	182.5	0.10	1.20	4.30	0.00	0.00	0.10	39.90	38.10	144.80	0.90	1.00	336.00	129.50	0.00	0.00	239	2015					
Картофельное пюре	150	3.3	4.8	20.9	146.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.50	28.60	88.20	1.10	0.50	721.00	60.90	0.00	0.00	128	2015					
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00							
Чай без сахара	180	0.1	0.0	0.0	0.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	10.10	3.70	3.70	0.40	0.00	13.00	0.00	0.00	376	2015						
Кондитерское изделие	18	1.0	6.2	10.7	99.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00								
Итого за прием пищи:	523	20.4	19.0	64.6	520.8	0.30	10.80	21.10	0.10	0.30	108.20	82.00	266.50	3.10	1.15	191.70	111.70	0.00	0.00							
Всего за день:		58.2	53.9	218.4	1 648.4	0.80	26.30	113.60	0.40	1.40	489.50	286.10	914.90	15.90	8.00	2 559.30	358.20	0.00	0.00							

ИНН 7602088009
г. Ярославль

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углевод-ы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша пшеничная молочная жидкая	180	4.7	2.9	20.0	131.9	0.10	0.50	11.60	0.00	0.10	110.60	21.30	112.80	0.80	0.40	183.70	37.50	0.00	0.00	35	2010
Чай с молоком	200	3.9	3.8	13.7	113.9	0.10	0.70	16.20	0.00	0.10	146.50	20.00	104.60	0.80	0.50	222.40	12.20	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	420	11.0	14.9	49.2	390.5	0.20	1.20	67.80	0.20	0.20	266.10	51.20	245.90	2.20	1.10	446.90	50.80	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Кисломолочный напиток	180	5.2	5.8	7.2	106.4	0.10	1.30	36.10	0.00	0.30	216.40	25.20	171.30	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	103	2010
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.8	7.2	106.4	0.10	1.30	36.10	0.00	0.30	216.40	25.20	171.30	0.20	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																					
Суп с макаронными изделиями и курой	200/10	4.9	2.2	12.8	91.1	0.00	0.70	0.20	0.00	0.00	22.40	10.20	39.30	0.70	0.50	81.50	49.70	0.00	0.00	111	2015
Рыба, тушенная с овощами	50/50	9.4	5.4	3.4	104.7	0.10	1.50	0.40	0.00	0.10	37.40	36.60	133.10	0.70	0.90	327.70	123.50	0.00	0.00	374	2004
Рис отварной	130	3.7	4.3	39.5	216.5	0.00	0.00	14.20	0.10	0.00	23.10	26.90	74.80	0.80	0.80	55.20	80.70	0.00	0.00	171	2015
Напиток из смеси сухофруктов	180	0.5	0.1	16.1	67.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	349	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	665	21.5	12.5	86.8	558.5	0.20	2.20	14.80	0.10	0.10	98.40	83.90	286.40	3.80	2.70	526.30	256.40	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	160	32.5	12.5	27.8	383.6	0.10	0.30	49.00	0.30	0.30	224.60	36.60	309.80	1.30	0.80	222.70	2.20	0.00	0.00	223	2015
Соус сметанный сладкий	30	0.4	2.4	1.8	33.7	0.00	0.00	10.10	0.00	0.00	10.20	1.30	7.00	0.00	0.00	14.90	1.10	0.00	0.00	330/ПК	2015
Чай с низким содержанием сахара	180	0.1	0.0	5.4	21.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	9.50	3.10	2.70	0.30	0.00	9.70	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	400	35.3	15.8	50.4	517.8	0.10	0.30	59.10	0.30	0.30	250.90	50.90	345.00	1.20	1.00	286.60	4.40	0.00	0.00		
Всего за день:		73.0	49.0	193.6	1 573.2	0.60	5.00	177.80	0.60	0.90	831.80	211.20	1 048.60	8.40	4.80	1 259.80	311.60	0.00	0.00		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г		Углевод ы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	I, мг			F, мг	Se, мг
Завтрак																					
Суп молочный с макаронными изделиями	180	5.5	5.1	17.8	150.0	0.10	0.80	20.70	0.00	0.10	154.10	18.70	116.00	0.40	0.70	228.30	57.20	0.00	0.00	120	2015
Кофейный напиток на молоке	180	4.5	4.5	15.4	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	163.80	21.70	121.00	0.40	0.60	240.50	14.00	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Сыр (порции)	10	2.6	2.6	0.0	34.4	0.00	0.10	23.00	0.00	0.00	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00	0.00	15	2015
Итого за прием пищи:	400	14.9	13.1	48.6	392.9	0.20	1.70	62.40	0.00	0.20	424.50	55.30	323.50	1.50	1.90	517.60	72.30	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00		
Обед																					
Рассольник ленинградский с перловой крутой, сметаной	200	2.1	2.9	14.1	92.3	0.10	5.40	4.40	0.00	0.00	30.50	20.90	56.30	0.80	0.20	397.40	52.10	0.00	0.00	96	2015
Печень тушенная в соусе	40/40	10.3	7.5	2.6	137.7	0.10	8.80	3.80	0.00	0.90	15.30	11.80	155.30	3.30	3.00	188.40	84.00	0.00	0.00	261	2015
Макаронные изделия отварные	130	5.4	3.5	34.7	196.4	0.10	0.00	11.00	0.10	0.00	24.30	9.80	40.40	0.90	0.30	62.00	52.70	0.00	0.00	309	2015
Овощи натуральные свежие	50	0.3	0.0	1.0	5.3	0.00	3.45	0.00	0.00	0.00	8.47	7.18	15.09	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	71	2015
Напиток из плодов сушеных	180	0.2	0.0	10.9	45.3	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	18.20	4.50	6.50	0.50	0.00	55.30	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	6.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	685	21.3	14.4	78.3	555.3	0.40	17.75	19.20	0.10	0.90	104.87	62.78	312.79	7.58	4.00	764.30	191.30	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Котлета "Рыбак"	70	9.7	11.9	7.0	185.7	0.10	1.30	14.10	0.00	0.10	19.60	18.50	101.70	1.20	0.10	60.80	25.10	0.00	0.00	TK	2022
Картофельное пюре	150	3.3	4.8	20.9	146.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.20	28.60	88.10	1.10	0.50	721.00	56.90	0.00	0.00	128	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Чай с низким содержанием сахара	180	0.1	0.0	5.4	21.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	9.50	3.10	2.70	0.30	0.00	9.70	0.00	0.00	0.00	376	2015
Кондитерское изделие	18	1.0	6.2	10.7	99.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	448	16.4	23.8	59.4	522.3	0.20	10.90	30.90	0.10	0.30	85.90	60.10	218.00	3.20	0.80	630.80	93.10	0.00	0.00		
Всего за день:		53.5	51.5	204.5	1 557.9	0.80	33.95	112.50	0.20	1.40	627.87	185.38	866.89	14.78	5.80	2 328.10	349.30	0.00	0.00		

МНН 7602
г. Яросль

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углевод ы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se, мг				
Завтрак																							
Каша пшеница молочная жидкая	180	5.3	3.5	23.4	132.7	0.10	0.50	11.80	0.00	0.10	109.80	29.10	119.60	0.70	0.80	191.70	37.80	0.00	0.00	0.00	32	2010	
Какао витаминизированный с молоком	180	4.4	4.2	13.2	117.5	0.10	0.70	16.20	0.00	0.10	143.40	26.00	113.10	0.60	0.70	238.20	12.20	0.00	0.00	0.00	382	2015	
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00	0.00			
Яйца вареные	40	4.8	4.0	0.3	62.8	0.00	0.00	0.10	0.90	0.10	18.70	3.80	61.40	0.80	0.40	56.00	8.00	0.00	0.00	0.00	209	2015	
Итого за прием пищи:	430	16.8	12.6	52.3	411.6	0.20	1.20	27.90	0.90	0.30	278.50	68.80	319.60	2.70	2.10	525.20	59.10	0.00	0.00	0.00			
II Завтрак																							
Молоко кипяченое	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00	0.00	385	2015	
Итого за прием пищи:	180	5.2	5.4	8.1	114.1	0.10	1.00	22.80	0.00	0.20	193.90	21.30	136.90	0.20	0.80	277.50	17.10	0.00	0.00	0.00			
Обед																							
Борщ из свежей капусты с картофелем, свиной, сметаной	180/10	3.3	8.7	7.7	135.1	0.00	5.50	4.40	0.00	0.00	37.00	16.80	34.50	0.80	0.30	235.80	44.30	0.00	0.00	0.00	82	2015	
Биточки из мяса птицы	70	9.6	11.1	10.1	188.1	0.10	0.60	9.80	0.00	0.10	13.00	18.00	102.10	1.30	0.10	37.80	16.60	0.00	0.00	0.00	ТТК		
Картофель тушеный	130	2.7	3.1	20.9	122.4	0.10	10.00	0.20	0.00	0.10	25.80	30.60	74.70	1.30	0.60	706.20	58.90	0.00	0.00	0.00	24	2010	
Компот плодов или ягод сушеных	180	0.4	0.1	17.2	72.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	20.40	8.40	20.90	0.50	0.00	150.10	0.00	0.00	0.00	0.00	348	2015	
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00	0.00			
Итого за прием пищи:	615	19.0	23.5	70.9	595.0	0.30	16.10	14.40	0.00	0.20	104.30	82.40	271.40	5.70	1.50	1191.10	122.30	0.00	0.00	0.00			
Уплотненный полдник																							
Каша молочная гречневая вязкая со слив. маслом	200	6.2	7.8	23.5	199.4	0.10	0.60	27.10	0.10	0.20	119.60	59.40	148.00	1.70	0.90	254.90	42.40	0.00	0.00	0.00	40	2010	
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	14	2015	
Батон йодированный	35	2.6	1.0	18.0	91.7	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	7.70	11.60	29.80	0.70	0.30	45.90	1.30	0.00	0.00	0.00			
Чай с низким содержанием сахара	180	0.1	0.0	5.4	21.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	9.70	3.30	3.00	0.30	0.00	10.70	0.00	0.00	0.00	0.00	376	2015	
Пирог "Минник"	50	2.8	7.7	24.3	180.0	0.00	0.00	1.60	0.10	0.00	19.30	5.20	31.90	0.30	0.10	30.30	0.90	0.00	0.00	0.00	ТТК		
Итого за прием пищи:	475	11.8	23.8	71.3	559.1	0.20	0.60	68.70	0.40	0.20	158.70	79.50	215.70	3.00	1.10	343.30	54.60	0.00	0.00	0.00			
Всего за день:		52.8	65.3	202.6	1 680.8	0.80	18.90	133.90	1.30	0.90	735.40	252.00	943.60	11.60	5.70	2 337.10	243.10	0.00	0.00	0.00			

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углевод-ы, г	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная жидкая	180	4.9	3.9	19.0	138.3	0.10	0.50	12.10	0.00	0.10	116.50	33.00	126.20	0.70	1.00	207.00	39.00	0.00	0.00	34	2010
чай с молоком	180	3.4	3.4	12.4	102.0	0.00	0.60	14.60	0.00	0.10	129.90	16.40	91.10	0.50	0.50	180.00	10.90	0.00	0.00	378	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	400	10.7	15.5	46.9	385.0	0.10	1.10	66.70	0.20	0.20	255.40	59.30	245.90	1.80	1.70	437.80	51.00	0.00	0.00		
II Завтрак																					
Сок фруктовый	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00	389	2015
Итого за прием пищи:	180	0.9	0.2	18.2	77.4	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	7.20	12.60	2.50	0.10	216.00	1.80	0.00	0.00		
Обед																					
Суп картофельный рыбный	205	5.9	2.0	12.6	93.5	0.10	6.30	0.20	0.00	0.10	28.90	31.70	100.10	1.00	0.70	554.40	87.30	0.00	0.00	97	2015
Картофельно-морковная запеканка из печени с соусом	180/30	21.9	10.9	23.1	317.3	0.30	24.40	20.70	0.10	1.90	42.60	51.80	370.70	7.90	6.30	987.10	54.10	0.00	0.00	284	2015
Напиток из смеси сухофруктов	180	0.5	0.1	16.1	67.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	7.40	1.60	0.00	0.00	0.00	0.70	0.00	0.00	0.00	349	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	640	31.3	13.5	66.8	557.0	0.50	30.70	20.90	0.10	2.00	87.00	93.70	510.00	10.70	7.50	1 603.40	143.90	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																					
Запеканка творожная	160	32.6	12.5	27.8	383.7	0.10	0.30	49.00	0.30	0.30	224.70	36.70	310.10	1.30	0.80	222.80	2.20	0.00	0.00	223	2015
Соус сметанный сладкий	35	0.6	2.7	2.2	39.5	0.00	0.00	11.80	0.00	0.00	11.90	1.40	8.20	0.00	0.00	17.30	1.30	0.00	0.00	330/тк	2015
Чай с низким содержанием сахара	180	0.1	0.0	5.4	21.9	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	9.50	3.10	2.70	0.30	0.00	9.70	0.00	0.00	0.00	376	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	405	35.6	16.1	50.8	523.7	0.10	0.30	60.80	0.30	0.30	252.70	51.10	346.50	2.20	1.00	268.10	3.60	0.00	0.00		
Всего за день:		78.5	45.3	182.7	1 543.1	0.70	35.70	148.40	0.60	2.50	607.70	211.30	1 114.90	17.20	10.30	2 546.30	201.30	0.00	0.00		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод-ы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг			
Завтрак																						
Каша манная молочная жидкая	180	4.6	3.0	20.6	134.8	0.00	0.50	12.10	0.00	0.10	111.20	15.00	86.90	0.30	0.50	171.00	37.10	0.00	0.00	0.00	31	2010
Кофейный напиток на молоке	180	4.5	4.5	15.4	129.9	0.10	0.80	18.70	0.00	0.10	163.80	21.70	121.00	0.40	0.60	240.50	14.00	0.00	0.00	0.00	379	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00	0.00		
Масло сливочное (порция)	10	0.1	7.3	0.1	66.1	0.00	0.00	40.00	0.20	0.00	2.40	0.00	3.00	0.00	0.00	1.50	0.00	0.00	0.00	0.00	14	2015
Итого за прием пищи:	400	11.5	15.7	51.5	409.4	0.10	1.30	70.80	0.20	0.20	284.00	46.60	236.40	1.30	1.30	452.30	52.20	0.00	0.00	0.00		
II Завтрак																						
Фрукт	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	130	0.5	0.5	12.7	61.1	0.00	13.00	0.00	0.00	0.00	20.80	10.40	14.30	2.90	0.20	361.40	2.60	0.00	0.00	0.00		
Обед																						
Салатка по-домашнему из птицы со сметаной	180	3.2	5.9	7.6	100.9	0.00	4.00	7.40	0.00	0.00	28.90	16.10	51.50	0.90	0.20	261.40	47.00	0.00	0.00	0.00	158	2004
Котлета рыбная	70	8.5	4.8	12.3	127.1	0.10	0.50	0.00	0.00	0.10	24.30	30.90	122.20	1.10	0.60	238.80	84.90	0.00	0.00	0.00	ТК	
Картофельное пюре	150	3.3	4.8	20.9	146.2	0.10	9.60	16.80	0.10	0.20	50.50	28.60	86.20	1.10	0.50	721.00	60.90	0.00	0.00	0.00	128	2015
Овощи натуральные свежие	50	0.3	0.0	1.0	5.3	0.00	3.45	0.00	0.00	0.00	8.47	7.16	15.09	0.28	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	71	2015
Напиток из плодов сушеных	180	0.2	0.0	10.9	45.3	0.00	0.10	0.00	0.00	0.00	18.20	4.50	6.50	0.50	0.00	55.30	0.00	0.00	0.00	0.00	348	2015
Хлеб ржаной йодированный	45	3.0	0.5	15.0	78.3	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	8.10	8.60	39.20	1.80	0.50	61.20	2.50	0.00	0.00	0.00		
Итого за прием пищи:	685	18.5	16.0	67.7	603.1	0.30	17.65	24.20	0.10	0.30	138.47	95.88	322.69	5.68	1.80	1337.70	195.30	0.00	0.00	0.00		
Уплотненный полдник																						
Омлет натуральный	160	12.3	15.2	3.7	225.1	0.10	0.40	25.60	2.00	0.40	118.80	16.60	166.90	1.90	1.30	227.30	67.80	0.00	0.00	0.00	210	2015
Сыр (порция)	10	2.6	2.6	0.0	34.4	0.00	0.10	23.00	0.00	0.00	100.00	5.00	61.00	0.10	0.40	9.50	0.00	0.00	0.00	0.00	15	2015
Батон йодированный	30	2.3	0.9	15.4	78.6	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.60	9.90	25.50	0.60	0.20	39.30	1.10	0.00	0.00	0.00		
Чай с сахаром	180	0.1	0.0	10.8	43.5	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	9.60	3.10	2.70	0.30	0.00	17.980	1.000	0.00	0.00	0.00	376	2015
Ватрушка с творогом	50	6.7	2.6	23.9	148.6	0.00	0.00	6.50	0.00	0.00	33.30	8.60	59.90	0.40	0.30	69.00	17.60	0.00	0.00	0.00	108	2010
Итого за прием пищи:	430	24.0	21.3	63.8	530.2	0.10	0.50	55.10	2.00	0.40	268.30	43.20	336.00	3.30	2.20	354.90	105.50	0.00	0.00	0.00		
Всего за день:		54.5	53.6	186.7	1503.8	0.50	32.45	150.10	2.30	0.90	711.57	196.08	909.39	13.18	5.60	2506.30	366.60	0.00	0.00	0.00		

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	Zn, мг	K, мг	I, мг	F, мг	Se, мг
Итого за весь период	617,3	549,1	2002,3	16064,7	6,80	238,75	1 400,50	11,50	12,30	6 921,41	2 162,84	9 609,57	126,14	62,80	221 998,10	12 918,90	0,00	0,00
Среднее значение за период	61,7	54,9	200,2	1 606,5	0,70	23,88	140,10	1,20	1,20	692,14	216,28	960,96	12,61	6,30	22 199,80	1 291,90	0,00	0,00
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15,4	30,8	53,8															

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Уплотненный полдник
3-7 лет	409	170	651	443