



Примерное меню-раскладка
 для организации горячего питания 1 года до 3 лет
 МКДОУ "Детский сад №5 "Незабудка"
 Весна- лето
 Понедельник 1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса 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		
Каша пшеничная молочная вязкая	150	4.27	4.86	29,32	178,00	0.1	1.89	63	2.7	26.37	66.6	89	0.72	168	2011
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0.09	0	13.6	1.56	10.48	17.6	55.8	1	1	2011
Чай с лимоном	150/7/4,5	0.007	0.01	7.1	29	0.003	1.42	1	0.03	4.6	7.2	8.6	0.8	393	2011
Итого за приём пищи:	336,5	4.27	#####	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	0.193	3.31	77.6	4.29	41.45	91.4	153	2.52		
Обед															
Суп картофельный	150	1,41	1,7	9,98	60,76	0.02	2.53	0	0	19.34	27.9	36.6	0.6	77	2011
Тефтели из говядины	50	7.05	7,91	5,83	123,0	0	22.2	0.2	2.3	27.4	54.5	51.8	1.3	279	2011
Макароны отварные с маслом	110	3.84	2.81	20.76	110.4	0.74	0	0	0.4	22.2	11.3	91.1	2.4	205	2011
Хлеб пшеничный	40	3.24	0.4	19.52	96.8	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	2011
Кисель из сока натурального	150	0.43	0,45	23,0	92,7	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2	382	2011
Итого за приём пищи:	500	14.56	3.21	40.28	207.2	0.92	24.73	0.2	3.4	87.84	108	240	6.3		
Полдник															
Печенье промышленного производства	30	2,25	3,54	22,5	125,13	0.37	0	165	58	12	29	102	2.22	609	2011
Напиток из свежих яблок	150	0.12	0.12	17.93	73.27	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2	638	2011
Итого за приём пищи:	180	5,4	6,26	35,46	214,13	0.47	0	165	58.7	17.7	34.4	128	3.42		
Всего за день:	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	#####	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	1.583	28.04	243	66.39	147	234	522	12.2		

Вторник 1 неделя

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		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 рисовая	150	4,16	5,6	19,56	144,0	0	1.3	0.1	2.3	24.1	8.2	0.69	1.7	173	2011
Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	6,99	28,0	0	0.02	0	3	26	11	78	0.6	392	2011
Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	2011
Итого за приём пищи:	327	#ЗНАЧ!	#####	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	0.53	0.02	165	61.7	56.9	54.6	241	4.82	1093	
Обед															
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1,61	1,7	10,29	62,85	0.01	4.95	0	0	18.08	35.5	36.6	1.01	82	2011
Биточки из говядины	50	7,05	7,91	5,83	123,0	0.1	6	0.2	0.4	21	22	54	0.9	282	2011
Каша гречневая рассыпчатая	150	4,39	3,1	35,3	158	0	0	0	0.4	22.2	11.3	91.1	2.4	171	2011
Компот из сухофруктов	150	0,33	0,02	20,83	85,0	0	0.03	0	0	1.4	11.1	2.8	0.28	376	2011
Хлеб пшеничный	40	3,24	0,4	19,52	96,8	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	2011
Итого за приём пищи:	540	3.24	0.4	19.52	254.8	0.17	10.98	0.2	0.8	75.88	89.1	219	5.39		
Полдник															
Пряник промышленного производства	50	2,4	1,4	38,8	167,9	0.09	0	2.31	0.79	14.5	11	37	0.69	608	2011
Какао с молоком	150	3,15	2,72	12,47	89	0	1.2	0	0	0.9	8	1.6	0.19	397	2011
Итого за приём пищи:	215	5.4	9.1	37.2	270.1	0.1	80.8	0.1	1.3	44.2	205	149	2.7		
Итого за день:	1082	#ЗНАЧ!	#####	#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	0.8	91.8	165	63.8	177	348	609	12.9		

Среда 1 неделя

Завтрак															
Прием пищи, наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
Каша молочная из разных круп	150	3,99	5,05	32,37	191	0	0.35	0	0.3	35.2	61.8	108	0.5	177	2011
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0.09	0	13.6	1.56	10.48	17.6	55.8	1	1	2011
Чай с сахаром	150/7	0,04	0,01	6,99	28	0.06	0.02	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	392	2011
Итого за приём пищи:	332	4.03	5.06	39.36	219	0.15	0.37	13.6	1.86	58.88	88.6	199	2.3		
Обед															
Суп лапша домашняя	150	1,33	3,04	7,14	61,35	0.02	0.3	0	0	10.8	54.6	33.5	0.44	86	2011
Птица отварная с маслом	50/5	10,7	9,5	0,7	131	0.2	1.153	0.3	4	35.6	48.8	83.7	2.1	288	2011
Картофель отварной	100/3	1,91	2,88	15,34	94,9	0.11	14	0	0.3	11.2	0	0.91	318	2011	

Хлеб пшеничный	40	3.24	0.4	19.52	96.8	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	
Напиток из свежих яблок	150	0.12	0.12	17.93	73.27	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2	638	2011
Итого за приём пищи:	498	17.3	15.94	60.63	457.32	0.49	15.453	0.3	5	65.3	129	178	5.45		
				Полдник											
Печенье промышленного производства	30	2,25	3,54	22,5	125,13	0.37	0	165	58	12	29	102	2.22	609	2011
Чай с лимоном	150/7/3,5	0.007	0	7.1	29	0	0.02	0	0	0.9	8	1.6	0.19	393	2011
Итого за приём пищи:	220.5	33.277	28.84	121.22	882.29	1.33	30.626	166	68	132.7	241	426	12.9		
Всего за день:	1050.5	54.607	49.84	221.21	1558.61	1.97	46.449	180	74.86	256.9	459	803	20.6		

Четверг 1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса	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		
Лапшевник с творогом и сгущенным молоком	100/15	6.66	5.83	15.6	141.5	0.1	0.07	0	0.8	7.7	10.2	41.6	0.8	212	2011
Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28	0	0.02	0	0.01	2.2	12.8	4	0.32	392	2011
Итого за приём пищи:	272	6.7	5.84	22.59	169.5	0.1	0.09	0	0.81	9.9	23	45.6	1.12		
				Обед											
Суп картофельный с пшеничной крупой	150	1.5	1.68	10.2	61.95	0.1	5	0	0.6	10.5	10	31	0.4	80	2011
Соус красный основной	30	0.35	1.3	2.4	22.35	0	0.71	0	0	5	15.2	9.1	0.1	824	2011
Рис отварной	110	2.43	3.58	24.45	139.8	0.13	0	40	0	36.66	36.1	156	2.65	315	2011
Тефтели рыбные	60	8.96	2.24	8.31	84.7	0.08	0.21	0.24	2.35	34.36	26.2	195	2.37	239	2011
Хлеб пшеничный	40	3.24	0.4	19.52	96.8	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	2011
Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.83	84.75	0.01	0.3	0	0	1.4	19.2	2.8	0.57	376	2011
Итого за приём пищи:	540	16.48	8.85	64.88	490.35	0.38	6.22	40.2	2.95	101.1	116	429	6.89	342	2011
				Полдник											
Печенье промышленного производства	30	2,25	3,54	22,5	125,13	0.37	0	165	58	12	29	102	2.22	609	2011
Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2	10.63	70	0	0.98	0	0	0.9	8	1.6	0.19	395	2011
Итого за приём пищи:	180	2.34	2	10.63	70	0.37	0.98	165	58	12.9	37	104	2.41		
Всего за день:	992	25.52	16.69	98.1	729.85	0.85	7.29	205	61.76	123.9	176	578	10.4		

Пятница 1 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса	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		
Суп молочный с вермишелью	150	4.83	4.48	14.59	118.1	0	0.74	0	0.4	22.2	11.3	91.1	2.4	93	2011
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0.05	9.3	40	1.3	32.2	92.5	64.7	1.9	1	2011
Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28	0	0.02	0	0.01	2.2	12.8	4	0.32	392	2011
Итого за приём пищи:	327	4.87	4.49	21.58	146.1	0.05	10.06	40	1.71	56.6	117	160	4.62		
				Обед											
Борщ с капуста и картофелем	150	1.45	3.93	10.19	82	0.02	8.23	0	0	19.34	27.9	36.6	0.6	57	2011
Фикадельки из птицы	60/5	8.64	6.62	5.28	115	0.1	0.26	0.2	1.3	29.7	31.8	71.4	1.2	308	2011
Соус красный основной	30	0.35	1.3	2.4	22.35	0	0.71	0	0	5	15.2	9.1	0.1	824	2011

Пюре картофельное	110	2.04	3.2	13.63	91.5	0.08	12.11	0.24	2.35	34.36	26.2	195	2.37	321	2011
Хлеб пшеничный	40	3.24	0.04	19.52	96.8	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	2011
Кисель из сока натурального	150	0.43	0.45	27	92.7	0	0.82	0	0	11.7	27.2	15.5	1.5	382	2011
Итого за приём пищи:	545	16.15	15.54	78.02	500.35	0.26	22.13	0.44	3.65	113.3	138	362	6.57		
				Полдник											
Бутерброд с джемом или повидлом	30/20	2.4	3.8	28	155.6	0	0	29.5	0.7	11.2	10	0.5	0.8	2	2011
Чай с лимоном	150/7/4,5	0.007	0	7.1	29	0	0.02	0	0	0.9	8	1.6	0.19	393	2011
Итого за приём пищи:	211.5	33.257	30.95	180.95	1103.3	0.5	36.05	30.4	8	219.4	265	690	13.5		
Всего за день:	1083.5	54.277	50.98	280.55	1749.75	0.81	68.24	70.8	13.36	389.3	519	1213	24.7		

Понедельник 2 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак			энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Пищевые вещества				В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г											
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0.05	9.3	40	1.3	32.2	92.5	64.7	1.9	1	2011
Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28	0	0.02	0	0.01	2.2	12.8	4	0.32	392	2011
Каша вязкая молочная рисовая	150	4,16	5,6	19,56	144,0	0	1.3	0.1	2.3	24.1	8.2	0.69	1.7	173	2011
Итого за приём пищи:	322	0.04	0.01	6.99	28	0.05	10.62	40.1	3.61	58.5	114	69.4	3.92		
				Обед											
Суп картофельный с перловой крупой	150	1.5	1.68	10.2	61.95	0.05	4.95	40	0.2	13.6	9	41	0.5	80	2011
Шницель рубленый из говядины	50	7.05	7.91	5.83	123	0.07	0.07	1.5	1.1	28	18	151	1.6	282	2011
Пюре гороховое	105	8.8	5	28.7	195	0.27	0	0.6	0.17	27.78	32.1	69	0	199	2011
Хлеб пшеничный	40	3.24	0.04	19.52	96.8	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	2011
Напиток из свежих яблок	150	0.12	0.12	17.93	73.27	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2	638	2011
Итого за приём пищи:	495	20.71	14.75	82.18	550.02	0.55	5.02	42.1	2.17	88.28	73.7	322	4.1		
				Полдник											
Пряник промышленного производства	50	2,4	1,4	38,8	167,9	0.09	0	2.31	0.79	14.5	11	37	0.69	608	2011
Кисель из сока натурального	150	0.43	0.45	27	92.7	0	0.82	0	0	11.7	27.2	15.5	1.5	382	2011
Итого за приём пищи:	200	0.43	0.45	27	92.7	0.09	0.82	2.31	0.79	26.2	38.2	52.5	2.19		
Всего за день:	1017	0.47	0.46	33.99	120.7	0.14	11.44	42.4	4.4	84.7	152	122	6.11		

Вторник 2 неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Завтрак			энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Пищевые вещества				В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г											
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0.05	9.3	40	1.3	32.2	92.5	64.7	1.9	1	2011
Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28	0	0.02	0	0.01	2.2	12.8	4	0.32	392	2011
Каша пшенная молочная вязкая	150	4.27	4.86	29,32	178,00	0.1	1.89	63	2.7	26.37	66.6	89	0.72	168	2011

Итого за приём пищи:	292	4.31	4.87	6.99	28	0.15	11.21	103	4.01	60.77	172	158	2.94		
				Обед											
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	1.61	1.7	10.29	62.85	0.05	4.95	50	0.4	12.1	9.6	31.2	0.5	82	2011
Птица отварная с маслом	50/5	10.7	9.5	0.7	131	0.2	1.153	0.3	4	35.6	48.8	83.7	2.1	288	2011
Каша ячневая рассыпчатая	100	6.51	4.35	44.94	245	0.27	0	0	1.5	50	80	343	1.8	171	2011
Хлеб пшеничный	40	3.24	0.04	19.52	96.8	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	2011
Напиток из свежих яблок	150	0.12	0.12	17.93	73.27	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2	638	2011
Итого за приём пищи:	290		15.59	75.45	535.65	0.58	6.103	50.3	5.9	110.9	148	493	5.2		
Чай с молоком	150	2.7	2.33	11.31	77	0.01	1.19	0	0	6	33	25	0.4	394	2011
Печенье промышленного производства	30	2,25	3,54	22,5	125,13	0,37	0	165	58	12	29	102	2,22	609	2011
Итого за приём пищи:	180	2,52	1,52	56,73	241,17	0,19	0	2,32	1,49	20,5	16,4	63,1	1,89		
Всего за день:	470	6.83	21.98	139.17	804.82	0.92	17.313	156	11.4	192.2	336	714	10		

Среда 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		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
Каша манная жидкая молочная	150	2.4	3.82	21.04	128	0.1	0.2	0	2.6	0	20	21	0.01	185	2011
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0,05	9,3	40	1,3	32,2	92,5	64,7	1,9	1	2011
Чай с лимоном	150/7/3,5	0.007	0	7.1	29	0	0.02	0	0	0.9	8	1.6	0.19	393	2011
Итого за приём пищи:	335.5	2.407	3.82	28.14	157	0.15	9.52	40	3.9	33.1	121	87.3	2.1		
				Обед											
Суп овощной с зеленым горошком	150	1.05	2.96	8.55	61.4	2.8	2.54	10	0.6	3	1.5	3.2	1.4	99	2011
Фрикадельки из птицы	60/5	8.64	6.62	5.28	115	0.1	0.26	0.2	1.3	29.7	31.8	71.4	1.2	308	2011
Каша пшеничная вязкая	110	6.51	4.35	44.94	245	0.13	0	40	0	36.66	36.1	156	2.65	168	2011
Соус красный основной	30	0.35	1.3	2.4	22.35	0	0.71	0	0	5	15.2	9.1	0.1	824	2011
Хлеб пшеничный	40	3.24	0.04	19.52	96.8	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	2011
Напиток из свежих яблок	150	0.12	0.12	17.93	73.27	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2	638	2011
Итого за приём пищи:	480	19.91	15.39	98.62	613.82	3.19	3.51	50.2	2.6	93.26	99.2	301	7.35		
				Полдник											
Печенье промышленного производства	30	2,25	3,54	22,5	125,13	0,37	0	165	58	12	29	102	2,22	609	2011
Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.47	89	0	1.2	0	0	0.9	8	1.6	0.19	397	2011
Итого за приём пищи:	180	3.15	2.72	12.47	89	0.37	1.2	165	58	12.9	37	104	2.41		
Всего за день:	995.5	25.467	21.93	139.23	859.82	3.71	14.23	255	64.5	139.3	257	492	11.9		

Четверг 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		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		

Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28	0	0.02	0	0.01	2.2	12.8	4	0.32	392	2011
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0.05	9.3	40	1.3	32.2	92.5	64.7	1.9	1	2011
Макароны отварные с маслом	110	3.84	2.81	20.76	110.4	0.74	0	0	0.4	22.2	11.3	91.1	2.4	205	2011
Икра кабачковая промышленного производства	30	0.42	1.44	2.58	14.96	0.03	15	0.03	0	9	15	12	0.4	205	2011
Итого за приём пищи:	110	4.3	4.26	30.33	153.36	0.82	24.32	40	1.71	65.6	132	172	5.02		
				Обед											
Суп картофельный с клецками	150	3.14	3.77	17.4	116.09	0.03	4.95	0	0	9.98	19.2	20.3	0.34	108	2011
Рыба тушеная в томате с овощами	80	16.73	6.53	8.26	190.19	0.081	9.26	465	0.448	30.22	32.8	94.5	0.78	229	2011
Пюре картофельное	110	2.04	3.2	13.63	91.5	0.08	12.11	0.24	2.35	34.36	26.2	195	2.37	321	2011
Хлеб пшеничный	40	3.24	0.04	19.52	96.8	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	2011
Кисель из сока натурального	150	0.43	0.45	27	92.7	0	0.82	0	0	11.7	27.2	15.5	1.5	382	2011
Итого за приём пищи:	530	25.58	13.99	85.81	587.28	0.251	27.14	465	2.798	99.46	115	360	5.79		
				Полдник											
Напиток из свежих яблок	150	0.12	0.12	17.93	73.27	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2	638	2011
Пряник промышленного производства	50	2,4	1,4	38,8	167,9	0.09	0	2.31	0.79	14.5	11	37	0.69	608	2011
Итого за приём пищи:	200	0.12	0.12	17.93	73.27	0.19	0	2.31	1.49	20.2	16.4	63.1	1.89		
Всего за день:	840	30	18.37	134.07	813.91	1.261	51.46	507	5.998	185.3	263	595	12.7		

Пятница 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	С, мг	А, мг	Е, мг	Mg, мг	Ca, мг	P, мг	Fe, мг		
Бутерброд с маслом	20/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0.05	9.3	40	1.3	32.2	92.5	64.7	1.9	1	2011
Чай с лимоном	150/7/3,5	0.007	0	7.1	29	0	0.02	0	0	0.9	8	1.6	0.19	393	2011
Хлеб пшеничный	20	1,62	0,2	9,76	48,4	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	2011
Омлет натуральный	60/5	5.73	11.4	11.1	127	0.034	0.1	617	0	11	48	0.07	1.48	215	2011
Итого за приём пищи:	270.5	5.737	11.4	18.2	156	0.144	9.42	657	1.3	57.3	158	101	4.37		
				Обед											
Суп картофельный с горохом	150	3.08	3.21	9.68	79.95	6.8	3.5	0.7	1.9	2.6	1	4.8	1.9	81	2011
Соус красный основной	30	0.35	1.3	2.4	22.35	0	0.71	0	0	5	15.2	9.1	0.1	824	2011
Голубцы ленивые	150	13.23	8.48	18.99	205.31	4.5	19.37	25	3.2	16	3.4	2.6	7.5	298	2011
Хлеб пшеничный	40	3.24	0.04	19.52	96.8	0.06	0	0	0	13.2	9.2	34.8	0.8	701	2011
Напиток из свежих яблок	150	0.12	0.12	17.93	73.27	0.1	0	0	0.7	5.7	5.4	26.1	1.2	638	2011
Итого за приём пищи:	520	20.02	13.15	68.52	477.68	11.46	23.58	25.7	5.8	42.5	34.2	77.4	11.5		
				Полдник											
Чай с сахаром	150/7	0.04	0.01	6.99	28	0	0.02	0	0.01	2.2	12.8	4	0.32	392	2011
Булочка домашняя	469	2.72	1.67	18.3	197.4	0.02	0	0	0	10.8	54.6	33.5	0.44		
Итого за приём пищи:	469														
Всего за день:	1259.5	25.757	24.55	86.72	633.68	11.6	33	683	7.1	99.8	192	179	15.9		

ИТОГО ПО 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	371.5	342.5	1802.9	#ЗНАЧ!	20.8	233.6	2087.4	238.0	1367.3	3058.0	4380.3	106.5
Среднее значение за период												
в меню за период в % от												

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИШИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед	Полдник
от 3 до 7 лет	385	621	253