

СОГЛАСОВАНО
Е.А. Тюкалова

Заведующая МАДОУ ДС №28

Утверждаю Д.Д. Федоров

3-7 лет

ПОНЕДЕЛЬНИК

ИП Федоров Д.Д.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	белки,	жиры,	углеводы	Эн.ценность	№ рец.
1 день 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	165	5,03	5,41	26,3	174,07	268/13
	Чай с сахаром	200			10,04	40,14	тк 21
	Бутерброд с повидлом	35	2,27	0,87	1867	91,59	73/2021
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	7,3	6,28	1903,34	305,8	
2-ой ЗАВТРАК	Сок порц.	100	0,5	0,1	10,1	43,3	537/17
	ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК	100	0,5	0,1	10,1	43,3	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	60	0,86	3,05	5,02	51,01	112/13
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,25	2,37	16,61	96,81	152/2013
	Кнели с рисом мясные	70	9,88	7,35	4,62	254,18	ТТК 371/18
	Каша гречневая	150	3,98	5,32	6,95	131,57	182/2016
	Компот из сухофруктов	180	0	0	10	40	тк 527/13
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114/13
	Хлеб ржаной (порц)	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115,/13
	ИТОГО ЗА ОБЕД	705	19,89	18,53	65,39	677,93	
ПОЛДНИК	Кондитерские изделия	50	2,63	3,43	26,04	145,53	609/13
	Молоко кипяченое	200	5,6	5	94	105	534/13
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	8,23	8,43	120,04	250,53	
УЖИН	Запеканка из творога	155	57,24	27,72	54	698,4	319/13
	Кисель из концентрата плодово-ягодного	50	0,4	0,05	18,64	132,31	113/13
	Чай с сахаром	200			10,04	40,14	ТТК 21
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114/13
	Хлеб ржаной	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115/13
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	60,56	28,21	104,87	975,21	

Выполнение нормв пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени (3-7 лет)

распределение Ккал.	Белки%	Жиры %	Углеводы%	Калории %
Завтрак 20%	14,89	11,73	22,39	388,38
2-ой Завтрак 5%	0,93	0,17	3,87	43,3
Обед 35%	49,19	36,87	33,7	707,02
Полдник 15%	15,98	14,72	17,33	273,18
Ужин 25%	35,48	46,3	16,39	456,42
ИТОГ за день 100%	130,46	84,12	104,49	1868,3

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,7 : 3,9

3-7 лет

ВТОРНИК

ИП Федоров Д.Д.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	белки,	жиры,	углеводы	Эн.ценность	№ рец.
2 день 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	165	31,97	12,96	22,75	420	319/13
	Какао с молоком	200	3,53	2,95	15,01	100,69	508/13
	Бутерброд с маслом	35	2,43	1,87	19,65	91,72	71/18
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	37,93	17,78	57,41	612,41	
2-ой ЗАВТРАК	Напиток яблочный	100	0,61	0,29	15,04	65,18	500/2018
	ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК	100	0,5	0,1	10,1	43,3	
ОБЕД	Салат из белокачанной капусты	50	1,51	6,18	6,25	86,66	1\13
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,01	3,4	17,81	121,84	149/13
	Рагу из птицы	150	20,59	16,42	16,94	297,96	412/2013
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,61	0,29	15,04	40	тк 527/13
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,8	46,88	114/13
	Хлеб ржаной (порц)	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115,/13
	ИТОГО ЗА ОБЕД	625	30,64	26,73	78,19	650,82	
ПОЛДНИК	Яблоко свежее	100	0,8	0,8	19,6	94	118/13
	Булочка Нежная	50	3,88	8,05	29,71	206,79	579/13
	Кефир	180	5,8	5	8	100,2	тк 535/13
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	330	10,48	13,85	57,31	400,99	
УЖИН	Омлет натуральный	200	13,28	20,41	3,42	226,5	307/13
	Чай с сахаром	200			10,04	40,14	ТТК 21
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	114/13
	Хлеб ржаной	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115/13
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	16,58	20,89	38,11	382,72	

Выполнение нормв пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени (3-7 лет)

распределение Ккал.	Белки%	Жиры %	Углеводы%	Калории %
Завтрак 20%	50,15	63,93	13,44	32,99
2-ой Завтрак 5%	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед 35%	49,11	46,1	27	35,38
Полдник 15%	29,94	16,28	16,14	17,84
Ужин 25%	54,41	42	28,54	35,68
ИТОГ за день 100%	184,54	168,48	89	124,3

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 2,3



3-7 лет

СРЕДА

ИП Федоров Д.Д.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	белки,	жиры,	углеводы	Эн.ценность	№ рец.
3 день 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	165	5,98	5,51	30,88	197,1	270/13
	Кофейный напиток с молоком	200	4,98	4,23	17,38	127,49	467/2018
	Бутерброд с сыром	35	5,86	9,06	15,49	166,88	65/18
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	16,82	18,8	63,75	491,47	
2-ой ЗАВТРАК	Сок порц.	100	0,5	0,1	10,1	43,3	537/17
	ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК	100	0,5	0,1	10,1	43,3	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,75	5,43	7,79	86,99	147/13
	Котлета рыбная любительская	70	12,5	1,5	5,2	84	308/2021
	Рис припущенный	130	3,12	4,64	32,49	184,26	420/13
	Напиток шиповника	180	0,32	0,14	19,8	80,46	538/13
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114/13
	Хлеб ржаной (порц)	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115, /13
	ИТОГО ЗА ОБЕД	625	20,61	12,15	87,47	540,07	
ПОЛДНИК	Кондитерские изделия	50	2,63	3,43	26,04	145,53	609/13
	Молоко кипяченое	200	5,6	5	9,4	105	534/13
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	8,23	8,43	35,44	250,53	
УЖИН	Рагу из овощей	200	4,72	12,21	20,65	211,38	тк 14
	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	9,22	37,15	ТТК 23
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	114/13
	Хлеб ржаной	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115/13
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	8,08	12,7	54,52	364,61	

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени (3-7 лет)

распределение Ккал.	Белки%	Жиры %	Углеводы%	Калории %
Завтрак 20%	14,89	11,73	22,39	18,29
2-ой Завтрак 5%	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед 35%	49,19	36,87	33,7	36,51
Полдник 15%	15,98	14,72	17,33	16,38
Ужин 25%	35,48	46,3	16,39	27,65
ИТОГ за день 100%	116,46	109,78	93,69	101,24

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 3,9

3-7 лет

ЧЕТВЕРГ

ИП Федоров Д.Д.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	белки,	жиры,	углеводы	Эн.ценность	№ рец.
4 день 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	165	5,9	5,38	31,44	197,8	168/2011
	Чай с сахаром	200	3,53	2,95	15,01	100,69	508/13
	Бутерброд с маслом	35	2,27	0,87	18,67	91,59	ТТК 71/18
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	11,7	9,2	65,12	390,08	
2-ой ЗАВТРАК	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,8	80,46	538/13
	ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК	100	0,5	0,1	10,1	43,3	
ОБЕД	Винегрет овощной	50	1,12	4,34	4,62	61,6	1\13
	Рассольник Ленинградский	180	10,49	10,85	6,25	164,52	139/13
	Печень говяжья по-строгановски	70	24,57	20,41	8,78	317,07	356/2018
	Макароны отварные	130	4,37	5,14	28,96	179,61	1128/18
	Компот из смеси сухофруктов	180			10	40	ТТК 527/13
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114/13
	Хлеб ржаной (порц)	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115,/13
	ИТОГО ЗА ОБЕД	655	43,47	41,18	80,8	867,16	
ПОЛДНИК	Кондитерские изделия	50	2,63	3,43	26,04	145,53	609/13
	Молоко кипяченое	200	5,6	5	9,4	105	534/13
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	8,23	8,43	35,44	250,53	
УЖИН	Манник	150	9	15	60	405	ТТК 202
	Молоко сгущенное	30	1,5	3	16,2	12	ткк9
	Чай с сахаром	200			10,04	40,14	ТТК 21
	Хлеб пшеничный	45	1,9	0,2	12,3	58,6	114/13
	Хлеб ржаной	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115/13
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	13,8	18,48	110,89	573,22	

Выполнение норм пищевых веществ и энергии питающихся 2-ой ступени (3-7 лет)

распределение Ккал.	Белки%	Жиры %	Углеводы%	Калории %
Завтрак 20%	21,67	24,85	20,22	21,78
2-ой Завтрак 5%	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед 35%	37,76	49,68	29,66	36,64
Полдник 15%	17,93	21,75	14,25	17,06
Ужин 25%	68,67	25,15	28,82	32,5
ИТОГ за день 100%	146,94	121,6	97,02	110,37

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,2



3-7 лет

ПЯТНИЦА

ИП Федоров Д.Д.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	белки,	жиры,	углеводы	Эн.ценность	№ рец.
5 день 1 неделя							
ЗАВТРАК	Каша овсяная из геркулеса жидкая	165	5,56	6,94	21,12	169,19	272/13
	Кофейный напиток с молоком	200	4,98	4,23	17,38	127,49	467/2018
	Бутерброд с маслом	35	2,27	0,87	18,67	91,59	ТТК 73/2021
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	12,81	12,04	57,17	388,27	
2-ой ЗАВТРАК	Сок порц.	100	0,5	0,1	10,1	43,3	537/17
	ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК	100	0,5	0,1	10,1	43,3	
ОБЕД	Салат картофельный	50	0,96	2,68	7,46	57,81	410/13
	Свекольник	180	2,06	4,34	13,49	101,23	62/2011
	Шницеля припущенные из кури	70	11,38	5,75	7,29	126,48	417/13
	Капуста тушеная	130	3,98	5,32	6,95	131,57	428/13
	Компот из смеси сухофруктов	180			10	40	527/13
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114/13
	Хлеб ржаной (порц)	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115,13
	ИТОГО ЗА ОБЕД	655	21,3	18,53	67,38	561,45	
ПОЛДНИК	Чай с молоком	200	1,4	1,25	12,42	66,53	ТТК 25
	Булочка Российская	50	4,31	5,72	36,98	216,62	432/11
	Плоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44,4	118/13
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	350	6,11	7,37	59,2	327,55	
УЖИН	Пудинг творожно-рисовый	150	13,16	10,63	50,13	348,9	282/2021
	Повидло	50	0,08	0	8	38	101/18
	Чай с сахаром	200			10,04	40,14	ТТК 21
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	114/13
	Хлеб ржаной	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115/13
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	16,54	11,11	92,82	543,12	

Выполнение норм пищевых веществ и энергии питающихся 2-ой степени (3-7 лет)

распределение Ккал.	Белки%	Жиры %	Углеводы%	Калории %
Завтрак 20%	14,89	11,73	22,39	18,29
2-ой Завтрак 5%	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед 35%	49,19	36,87	33,07	36,51
Полдник 15%	15,98	14,7	16,14	16,3
Ужин 25%	35,48	46,3	16,4	27,78
ИТОГ за день 100%	129,33	127,48	99,91	111,71

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 3,7

3-7 лет

ПОНЕДЕЛЬНИК 2

ИП Федоров Д.Д.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	белки,	жиры,	углеводы	Эн.ценность	№ рец.
1 день 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	165	5,98	5,51	30,88	197,1	270/13
	Какао с молоком	200	3,53	2,95	15,01	100,69	508/13
	Бутерброд с маслом	35	2,27	0,87	18,67	91,59	71/18
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	11,78	9,33	64,56	389,38	
2-ой ЗАВТРАК	Сок порц.	100	0,5	0,1	10,1	43,3	537/17
	ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК	100	0,5	0,1	10,1	43,3	
ОБЕД	Салат из свеклы отварной	50	0,86	3,05	5,02	51,01	112/13
	Суп картофельный с бобовыми	200	5,01	3,4	17,81	121,84	149/13
	Плов из птицы	150	16,33	18,99	26,92	344,23	42/18
	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	12,53	51,98	ТТК 526/13
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114/13
	Хлеб ржаной (порц)	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115/13
	ИТОГО ЗА ОБЕД	625	25,26	26,02	84,47	673,42	
ПОЛДНИК	Булочка Нежная	50	3,88	8,05	29,71	206,79	579/13
	Молоко кипяченое	200	5,6	5	9,4	105	534/13
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	9,48	13,05	39,11	311,79	
УЖИН	Макароны запеченные с сыром	200	9,86	7,5	38,99	245,87	259/18
	Чай с сахаром	200	0,06	0,01	9,22	37,15	ТТК 23
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	114/13
	Хлеб ржаной	30	1,6	0,3	13,45	60,3	115/13
	ИТОГО ЗА УЖИН	455	13,42	8,01	73,96	401,92	

Выполнение норм пищевых веществ и энергии питающихся 2-ой ступени (3-7 лет)

распределение Ккал.	Белки%	Жиры %	Углеводы%	Калории %
Завтрак 20%	20,65	16,63	20,7	19,47
2-ой Завтрак 5%	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед 35%	59,44	38,3	37,5	40,29
Полдник 15%	15,98	14,72	17,33	16,38
Ужин 25%	44,11	23,08	23,86	26,05
ИТОГ за день 100%	141,11	92,9	103,11	104,61

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 3,5

3-7 лет

ВТОРНИК 2

ИП Федоров Д.Д.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	белки,	жиры,	углеводы	Эн.ценность	№ рец.
2 день 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	165	5,84	585	27,24	184,93	273/13
	Кофейный напиток с молоком	200	3,29	2,8	14,9	97,96	514/13
	Бутерброд с сыром	35	5,86	9,06	15,49	166,88	65/18
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	14,99	596,86	57,63	449,77	
2-ой ЗАВТРАК	Напиток яблочный	100	0,61	0,29	15,04	65,18	500/2018
	ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК	100	0,5	0,1	10,1	43,3	
ОБЕД	Салат из белокачанной капусты с яблоками	50	0,65	6,15	3,79	73,11	4\13
	Суп из овощей	180	2,44	4,65	10,51	87,05	66/11
	Каша гречневая	150	3,98	5,32	6,95	131,57	182/2016
	Суфле из рыбы	70	17,49	5,97	4,5	141,71	341/13
	Компот из смеси сухофруктов	180			10	40	527/13
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114/13
	Хлеб ржаной (порц)	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115/13
	ИТОГО ЗА ОБЕД	675	27,48	22,53	57,94	577,8	
ПОЛДНИК	Кондитерские изделия	50	2,63	3,43	26,04	145,53	609/13
	Молоко кипяченое	200	1,4	1,25	12,42	66,53	тгк 424
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	4,03	4,68	38,46	212,06	
УЖИН	Сырники из творога запеченные	150	23,7	7,95	26,85	273	ТТК 266
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	30	0,02		7,93	31,79	516/13
	Чай с сахаром	200			10,04	40,14	ТТК 21
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	114/13
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,56	14,7	114,96	115/13
	ИТОГО ЗА УЖИН	455	28,42	8,71	71,82	518,49	

Выполнение норм пищевых веществ и энергии питающихся 2-ой ступени (3-7 лет)

распределение Ккал.	Белки%	Жиры %	Углеводы%	Калории %
Завтрак 20%	28,2	29,77	22,12	25,14
2-ой Завтрак 5%	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед 35%	40,11	37,18	32,83	35
Полдник 15%	22,31	22,82	17,23	19,52
Ужин 25%	67,94	24,48	25,96	30,55
ИТОГ за день 100%	159,5	114,42	102,01	112,62

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 3,1

3-7 лет

СРЕДА 2

ИП Федоров Д.Д.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	белки,	жиры,	углеводы	Эн.ценность	№ рец.
3 день 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша Дружба	165	598	5,51	30,88	197,1	270/13
	Чай с молоком	200	1,4	1,25	12,39	66,39	ТТК 25
	Бутерброд с маслом	35	2,27	0,87	18,67	91,59	ТТК 71/18
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	601,67	7,63	61,94	355,08	
2-ой ЗАВТРАК	Сок порц.	100	0,5	0,1	10,1	43,3	537/17
	ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК	100	0,5	0,1	10,1	43,3	
ОБЕД	Винегрет овощной	50	1,13	4,34	4,62	61,6	1\13
	Рассольник Ленинградский	180	1,93	4,93	13,66	106,74	139/13
	Кнели с рисом мясные	70	9,88	7,35	4,62	254,18	ТТК 371/18
	Картофельное пюре	130	2,82	5,16	18,64	132,31	434/13
	Напиток из шиповника	180	0,32	0,14	19,8	80,46	538/13
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114/13
	Хлеб ржаной (порц)	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115/13
	ИТОГО ЗА ОБЕД	655	19	22,36	83,53	739,65	
ПОЛДНИК	Булочка "Российская"	50	431	5,72	36,98	216,62	432/11
	Молоко кипяченое	200	5,6	5	9,4	105	534/13
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	436,6	10,72	46,38	321,62	
УЖИН	Голубцы ленивые	150	18,68	21,06	6,79	293,79	333/13
	Соус сметанный	25	0,5	1	2	25	372/13
	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	9,25	37,28	ТТК 22
	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	114/13
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,56	14,7	114,96	115/13
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	23,94	22,83	45,04	529,63	

Выполнение нормв пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени (3-7 лет)

распределение Ккал.	Белки%	Жиры %	Углеводы%	Калории %
Завтрак 20%	17,93	11,6	22,12	19,27
2-ой Завтрак 5%	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед 35%	47,41	58,7	32,83	41,48
Полдник 15%	18,32	17,83	17,23	17,87
Ужин 25%	36,01	15,69	27,07	24,71
ИТОГ за день 100%	120,39	104,13	103,53	105,73

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 4,2



ЧЕТВЕРГ 2

Выполнение норм пищевых веществ и энергии питающихся 2-ой ступени (3-7 лет)

$$\text{Соотношение Б : Ж : У} = 1 : 1,1 : 3,4$$



3-7 лет

ПЯТНИЦА 2

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	белки,	жиры,	углеводы	Эн.ценность	№ рец.
5 день 2 неделя							
ЗАВТРАК	Каша рисовая вязкая	165	31,97	12,96	22,75	420	319/13
	Какао с молоком	200	3,35	2,95	15,01	100,69	508/13
	Бутерброд с маслом	35	2,27	0,87	18,67	91,59	71/18
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	400	37,59	16,78	56,43	612,28	
2-ой ЗАВТРАК	Сок порц.	100	0,5	0,1	10,1	43,3	537/17
	ИТОГО ЗА 2-ой ЗАВТРАК	100	0,5	0,1	10,1	43,3	
ОБЕД							
	Суп пюре из разных овощей	200	2,44	3,92	10,51	87,05	167/13
	Кнели с рисом мясные	70	9,88	7,35	4,622	254,18	371/18
	Макаронизделия отварные	130	4,37	2,97	31,23	170,39	112/18
	Компот из смеси сухофруктов	180			10	40	ТТК527/13
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,881	114/13
	Хлеб ржаной (порц)	25	1,4	0,28	12,35	57,48	115/13
	ИТОГО ЗА ОБЕД	625	19,61	14,68	78,552	655,981	
ПОЛДНИК	Кондитерские изделия	50	4,59	7,13	38,17	235,24	583/13
	Кефир	200	5,8	5	8	100,2	535/13
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	10,39	12,13	46,17	335,44	
УЖИН	Манник	150	9	15	60	405	ТТК 202
	Молоко сгущенное	30	1,5	3	16,2	12	ТТК 9
	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	9,22	37,15	ТТК 23
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114/13
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,56	14,7	114,96	115/13
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	14,88	18,73	109,96	615,99	

Выполнение норм пищевых веществ и энергии питающихся 2-ой ступени (3-7 лет)

распределение Ккал.	Белки%	Жиры %	Углеводы%	Калории %
Завтрак 20%	75,41	33,04	25,5	33,74
2-ой Завтрак 5%	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед 35%	61,8	43,12	35,65	41,07
Полдник 15%	18,8	21,22	18,2	18,9
Ужин 25%	15,4	20,48	23,8	22
ИТОГ за день 100%	172,13	118,13	106,95	118,12

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 3,0

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097495

Владелец Тюкалова Елена Анатольевна

Действителен с 04.04.2025 по 04.04.2026