

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов			
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг		
Завтрак																						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	12.0	13.4	17.0	279.0	0.00	0.11	0.00	0.36	0.00	152.72	330.90	25.45	3.64	0.00	0.00	0.00	0.00	214	2008		
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1.0	1.0	13.0	24.0	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		2008		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.3	2.4	26.6	66.0	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	379	2011		
БАТОН	50	3.0	1.0	12.0	101.0	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		2008		
Итого за прием пищи:	550	19.3	17.8	68.6	470.0	0.00	0.11	0.00	0.36	0.00	152.72	330.90	25.45	3.64	0.00	0.00	0.00	0.00				
Обед																						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2.0	5.0	15.0	201.0	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	112	2011		
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	2.0	5.0	13.0	148.0	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	125	2011		
КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)	100	13.0	9.0	11.0	212.0	2.50	0.10	0.00	0.10	0.00	55.03	180.09	25.01	2.50	0.00	0.00	0.00	0.00	319	2008		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	10.0	7.0	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	349	2011		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3.0	1.0	31.0	102.0	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		2008		
Итого за прием пищи:	790	20.0	20.0	80.0	670.0	2.50	0.10	0.00	0.10	0.00	55.03	180.09	25.01	2.50	0.00	0.00	0.00	0.00				
Всего за день:		39.3	37.8	148.6	1 140.0	2.50	0.21	0.00	0.46	0.00	207.75	510.99	50.47	6.14	0.00	0.00	0.00	0.00				

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	250	4.0	7.0	32.0	210.0	0.00	0.03	0.00	0.05	0.00	16.66	81.65	26.66	0.67	0.00	0.00	0.00	0.00	324	2008	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	100	15.0	12.0	21.0	161.0	0.00	0.02	0.00	0.08	0.00	135.00	86.00	7.00	0.30	0.00	0.00	0.00	0.00	3	2008	
КИСЕЛЬ	200	0.1	0.1	18.0	99.0	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	5.00	8.00	2.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.00	411	2008	
Итого за прием пищи:	550	19.1	19.1	71.0	470.0	2.00	0.06	0.00	0.13	0.00	156.66	175.65	35.66	1.37	0.00	0.00	0.00	0.00			
Обед																					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С	250	6.0	11.0	5.0	171.0	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	88	2011	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	280	11.0	8.0	29.0	337.0	20.55	0.15	0.00	0.41	0.00	69.14	351.29	69.14	22.42	0.00	0.00	0.00	0.00	311	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	215	0.0	0.0	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.38	8.60	4.30	1.08	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.0	1.0	31.0	102.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008		
Итого за прием пищи:	795	20.0	20.0	80.0	670.0	20.55	0.15	0.00	0.41	0.00	74.51	359.89	73.44	23.50	0.00	0.00	0.00	0.00			
Всего за день:		39.1	39.1	151.0	1 140.0	22.55	0.21	0.00	0.54	0.00	231.17	535.54	109.10	24.86	0.00	0.00	0.00	0.00			

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			F, мг
Завтрак																				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	250	12.0	11.0	36.3	298.0	0.00	0.12	0.00	0.00	0.00	344.96	479.95	53.99	1.80	0.00	0.00	0.00	0.00	224	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	1.0	0.0	15.0	38.0	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	377	2011
ПЕЧЕНЬЕ	80	6.0	8.0	32.0	134.0	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		2008
Итого за прием пищи:	552	19.0	19.0	83.3	470.0	0.00	0.12	0.00	0.00	0.00	344.96	479.95	53.99	1.80	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250/15	5.0	2.0	8.0	188.0	6.00	0.16	0.00	0.21	0.00	50.00	139.00	38.00	1.90	0.00	0.00	0.00	0.00	99	2008
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	4.0	11.0	15.0	201.0	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	128	2011
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	8.0	6.0	9.0	123.0	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	234	2011
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0.0	0.0	2.0	8.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.37	8.60	4.30	1.07	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	215	0.0	0.0	15.0	60.0	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		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.0	1.0	31.0	90.0	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:	830	20.0	20.0	80.0	670.0	6.00	0.16	0.00	0.21	0.00	55.37	147.60	42.30	2.97	0.00	0.00	0.00	0.00		
Всего за день:		39.0	39.0	163.3	1 140.0	6.00	0.28	0.00	0.21	0.00	400.34	627.55	96.29	4.77	0.00	0.00	0.00	0.00		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	8.0	6.0	32.0	195.0	0.00	0.28	0.00	0.05	0.00	24.62	270.81	181.57	6.15	0.00	0.00	0.00	0.00	181	2008
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	4.0	10.0	3.0	108.0	12.01	0.07	0.00	0.23	0.00	25.73	103.49	20.01	1.14	0.00	0.00	0.00	0.00	308	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.0	2.0	27.0	66.0	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	379	2011
БАТОН	50	3.0	1.0	12.0	101.0	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		2008
Итого за прием пищи:	550	18.0	19.0	74.0	470.0	12.01	0.35	0.00	0.27	0.00	50.35	374.30	201.58	7.30	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	3.0	4.0	13.0	149.0	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	77	2012
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4.0	4.0	18.0	141.0	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	321	2011
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10.0	11.0	8.0	271.0	0.00	0.10	0.00	0.02	0.00	18.00	205.97	32.00	4.00	0.00	0.00	0.00	0.00	271	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	10.0	7.0	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	349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.0	1.0	31.0	102.0	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		2008
Итого за прием пищи:	780	20.0	20.0	80.0	670.0	0.00	0.10	0.00	0.02	0.00	18.00	205.97	32.00	4.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
Всего за день:		38.0	39.0	154.0	1 140.0	12.01	0.45	0.00	0.29	0.00	68.35	580.27	233.57	11.30	0.00	0.00	0.00	0.00		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			Ф, мг
Завтрак																				
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	250	1.0	4.0	35.0	243.0	0.00	0.03	0.00	0.05	0.00	16.66	81.64	26.66	0.67	0.00	0.00	0.00	0.00	324	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	100	15.0	12.0	21.0	161.0	0.00	0.06	0.00	0.23	0.00	386.10	245.96	20.02	0.86	0.00	0.00	0.00	0.00	3	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.0	2.0	27.0	66.0	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	379	2011
Итого за прием пищи:	550	19.0	18.0	83.0	470.0	0.00	0.09	0.00	0.28	0.00	402.76	327.60	46.68	1.52	0.00	0.00	0.00	0.00		
Обед																				
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	250	3.0	5.0	5.0	46.0	12.00	0.10	0.00	0.20	0.00	34.00	66.00	28.00	1.10	0.00	0.00	0.00	0.00	90	2008
КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ"	100	9.0	8.0	2.0	232.0	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	38	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	5.0	6.0	32.0	195.0	0.00	0.25	0.00	0.04	0.00	22.15	243.67	163.37	5.54	0.00	0.00	0.00	0.00	181	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.0	1.0	31.0	102.0	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		2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0.0	0.0	10.0	95.0	13.00	0.01	0.00	0.00	0.00	8.00	5.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	436	2008
Итого за прием пищи:	780	20.0	20.0	80.0	670.0	25.00	0.36	0.00	0.24	0.00	64.15	314.67	194.37	6.64	0.00	0.00	0.00	0.00		
Всего за день:		39.0	38.0	163.0	1 140.0	25.00	0.45	0.00	0.52	0.00	466.91	642.27	241.05	8.16	0.00	0.00	0.00	0.00		

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4.0	6.0	24.0	99.0	6.00	0.17	0.00	0.05	0.00	56.40	102.00	34.80	1.32	0.00	0.00	0.00	0.00	335	2008	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	90	11.0	9.0	5.0	127.0	1.80	0.13	0.00	0.34	0.00	34.21	154.86	27.01	0.90	0.00	0.00	0.00	0.00	241	2008	
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0.0	0.0	1.0	8.0	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		2008	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0.2	0.2	27.0	105.0	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	7.00	4.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	394	2008	
БАТОН	50	4.0	1.0	26.0	131.0	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		2008	
Итого за прием пищи:	580	19.2	16.2	83.0	470.0	9.80	0.30	0.00	0.39	0.00	97.61	260.86	65.81	3.22	0.00	0.00	0.00	0.00			
Обед																					
БОРЩ С МЯСОМ	250	5.0	4.0	14.0	111.0	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	62	2011	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7.0	6.0	17.0	221.0	0.00	0.07	0.00	0.00	0.00	4.65	41.82	8.13	0.93	0.00	0.00	0.00	0.00	209	2008	
ГУЛЯШ	50/50	5.0	9.0	3.0	188.0	1.00	0.04	0.00	0.01	0.00	14.00	150.00	20.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	259	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.0	1.0	31.0	90.0	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		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0.0	0.0	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	8.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008	
Итого за прием пищи:	780	20.0	20.0	80.0	670.0	1.00	0.11	0.00	0.01	0.00	23.65	199.82	32.13	3.93	0.00	0.00	0.00	0.00			
Всего за день:		39.2	36.2	163.0	1 140.0	10.80	0.41	0.00	0.40	0.00	121.26	460.68	97.94	7.15	0.00	0.00	0.00	0.00			

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
Завтрак																					
ОЛАДЬИ	250	19.0	19.0	67.0	458.0	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	401	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	10.0	7.0	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	349	2011
ЯБЛОКО	100	0.0	0.0	5.0	5.0	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		2008
Итого за прием пищи:	550	19.0	19.0	82.0	470.0	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		
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250/15	6.0	5.0	9.0	141.0	6.00	0.16	0.00	0.21	0.00	50.00	139.00	38.00	1.90	0.00	0.00	0.00	0.00	99	2008	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4.0	5.0	19.0	164.0	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	312	2011	
КНЕЛИ ИЗ КУР	90	7.0	9.0	6.0	215.0	2.25	0.09	0.00	0.09	0.00	49.48	161.95	22.49	2.25	0.00	0.00	0.00	0.00	319	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.0	1.0	31.0	90.0	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		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0.0	0.0	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	8.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008	
Итого за прием пищи:	785	20.0	20.0	80.0	670.0	8.25	0.25	0.00	0.30	0.00	104.48	308.95	64.49	5.15	0.00	0.00	0.00	0.00			
Всего за день:		39.0	39.0	162.0	1 140.0	8.25	0.25	0.00	0.30	0.00	104.48	308.95	64.49	5.15	0.00	0.00	0.00	0.00			

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	250	13.0	17.0	39.0	301.0	17.50	0.20	0.00	0.48	0.00	47.50	150.00	60.00	2.50	0.00	0.00	0.00	0.00	133	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	215	0.2	0.1	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	8.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0.5	0.1	1.0	7.8	3.00	0.01	0.01	0.00	0.00	13.80	14.40	8.40	0.36	84.60	0.00	0.00	0.00		2008	
БАТОН	50	3.0	1.0	12.0	101.0	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		2008	
Итого за прием пищи:	575	16.7	18.2	67.0	469.8	20.50	0.21	0.01	0.48	0.00	66.30	172.40	72.40	3.86	84.60	0.00	0.00	0.00			
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	250	4.0	9.0	8.0	196.0	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	104	2011	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	13.0	10.0	26.0	324.0	18.32	0.13	0.00	0.37	0.00	61.63	313.15	61.63	19.99	0.00	0.00	0.00	0.00	311	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0.0	0.0	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	8.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.0	1.0	31.0	90.0	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		2008	
Итого за прием пищи:	750	20.0	20.0	80.0	670.0	18.32	0.13	0.00	0.37	0.00	66.63	321.15	65.63	20.99	0.00	0.00	0.00	0.00			
Всего за день:		36.7	38.2	147.0	1 139.8	38.82	0.35	0.01	0.84	0.00	132.93	493.55	138.03	24.85	84.60	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		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	466,3	459,9	1890,7	13679,8	160.04	3.13	0.01	3.83	0.00	1 869.22	5 157.88	1 308.41	108.03	84.60	0.00	0.00	0.00
Среднее значение за период	38.9	38.3	157.6	1 140.0	13.34	0.26	0.00	0.32	0.00	155.77	429.82	109.03	9.00	7.10	0.00	0.00	0.00
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13.6	30.3	56.1														

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	Обед
7-11 лет	556	781