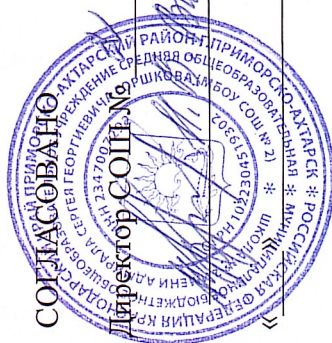


УТВЕРЖДАЮ

ИП Игнаткина Н.А.

Н.А.Игнаткина

2025 год



2025 год

СОГЛАСОВАНО

Лечащий врач ученика



2025 год

ДИЕТИЧЕСКОЕ (ЛЕЧЕБНОЕ) МЕНЮ
(10-ти дневное)

ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ПРИМОРСКО-АХТАРСКИЙ РАЙОН
С ЗАБОЛЕВАНИЕМ ФЕНИЛКЕТОНУРИЯ (ФКУ)

Сезон: осенний

Возраст: от 12 лет и старше

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептов
			Пищевые вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Неделя 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ фку	40	0,2	9,5	12,3	135,5	20	2017
День 1	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	3,8	5,6	18,7	135	177-п	2021
Понедельник	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0	10,1	42,2	377	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (яблоки)	110	0,4	0,4	10,8	48,8	338	2011
Итого за прием пищи:		580	4,74	16,7	64,11	421,7		
Обед								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,7	0,1	2,3	12,9	71	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ фку	250	1,9	4	18,2	117,5	23	2017
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ фку	200	3,4	7,9	27,6	195,3	22	2017
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК фку	200	0,2	0	10,9	44,7	25	2017
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	40	0,2	1,6	16,3	80,4	2	2017
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)	120	0,5	0,3	12	54,7	338,1	2011
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ фку	60	0,3,	6,4	30,5	259,8	102	2017
Итого за прием пищи:		930	6,9	20,3	117,8	765,3		
Всего за день:		1510	11,64	37	181,91	1187		

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической карты	Сборник рецептов
			Пищевые вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Неделя 1	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60	0,9	3	2,6	41	29	2008
День 2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ фку	200	0,2	5,7	56,2	285,2	27	2017
вторник	СОУС ТОМАТНЫЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	25	0,2	0,8	1,2	13	419-ТТК	2021
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
Итого за прием пищи:		515	2,44	10,9	91,81	482,8		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	70	0,5	4,3	1,7	47,1	20	2011
	БУТЕРБРОД С ИКРОЙ КАБАЧКОВОЙ фку	60	0,6	3,6	16,5	179,8	21	2017
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ фку	250	1,9	5	12,5	103,4	82	2011
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ фку	200	0,1	5,8	55,7	277,9	24	2017
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	349	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
Итого за прием пищи:		810	3,24	19,9	118,01	745,8		
Всего за день:		1325	5,68	30,8	209,82	1228,6		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Неделя 1	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ фку	60	0,3	6,4	30,5	259,8	1	2017
День 3	КАША МОЛОЧНАЯ (МОЛОКО ФКУ) ИЗ РИСА ФКУ	200	0,2	4,3	50,6	241,6	16	2017
среда	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,2	376	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	40	0,2	1,6	16,3	80,4	2	2017
Итого за прием пищи:		500	0,8	12,3	107,3	622		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,8	3,7	5	56,1	52	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,7	5,4	18,9	147,2	102	2011
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	200	3,8	5,6	18,7	135,1	177-п	2021
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,2	0,2	27	111,1	342.1	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	40	0,2	1,6	16,3	80,4	2	2017
Итого за прием пищи:		750	10,7	16,5	85,9	529,9		
Всего за день:		1250	11,5	28,8	193,2	1151,9		

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической	Сборник рецептов
			Пищевые вещества					
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Неделя 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ фку	60	0,3	14,2	18,4	202,6	20	2017
День 4	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3	5,3	53	45	2011
четверг	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ фку	200	3,4	7,9	27,6	195,3	22	2017
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	349	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
Итого за прием пищи:		550	4,74	26,3	82,91	588,5		
Обед								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	71	2011
	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ фку	250	0,3,	5	18,2	121,5	4	2017
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4	6,8	15,2	138	380	2021
	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	21,7	90	468	2016
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ фку	60	0,3,	6,4	30,5	259,8	102	2017
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ(яблоко)	120	0,5	0,5	11,8	53,3	338	2011
Итого за прием пищи:		920	5,24	20	111,11	731,2		
Всего за день:		1470	9,98	46,3	194,02	1319,7		

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологическ	Сборник рецептур
			Белки, Жиры, Углевод					
			г	г	ы, г			
Завтрак								
Неделя 1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,7	0,1	2,3	12,9	71	2011
День 5	ПЛОВ ИЗ РИСА фку	200	0,9	4,7	41,1	212,2	6	2011
пятница	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	9,9	40,2	376	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (груша)	100	0,4	0,3	10	45,6	338.1	2011
Итого за прием пищи:		590	2,24	6,3	75,51	371,1		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	60	0,7	3,7	2,3	46	27	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ фку	250	1,9	5	12,5	103,4	82	2011
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ фку	200	3,41	7,86	27,55	195,06	22	2017
	БУТЕРБРОД С ИКРОЙ КАБАЧКОВОЙ фку	60	0,6	3,6	16,5	179,8	21	2017
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
Итого за прием пищи:		800	7,75	21,56	90,66	667,86		
Всего за день:		1390	9,99	27,86	166,17	1038,96		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической	Сборник рецептов	
		Белки, Жиры, Углеводы, г						
		г	г	г				
Завтрак								
Неделя 2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	71	2011
День 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ фку	40	0,2	9,45	12,3	200,8	20	2017
Понедельник	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ фку	200	1,9	5,6	39,5	220,8	223	2021
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,2	0	10,1	42,2	377	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
Итого за прием пищи:		530	2,94	16,35	75,61	532,4		
Обед								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,7	0,1	2,3	12,9	71	2011
	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ фку	250	0,3,	5	18,2	121,5	4	2017
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4	6,8	15,2	138	380	2021
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ фку	60	0,3,	6,4	30,5	259,8	102	2017
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
Итого за прием пищи:		800	5,84	19,7	98,01	675,8		
Всего за день:		1330	8,78	36,05	173,62	1208,2		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Неделя 2	САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	60	0,9	3	2,6	41	29	2008
День 7 вторник	БУТЕРБРОД С ИКРОЙ КАБАЧКОВОЙ фку	50	0,5	3	13,8	149,8	21	2017
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ фку	200	3,4	7,9	27,6	195,3	22	2017
	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
Итого за прием пищи:		540	5,94	15,3	75,81	529,7		
Обед								
	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	71	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ фку	250	1,9	5	12,5	103,4	82	2011
	ПЛОВ ИЗ РИСА фку	200	0,9	4,7	41,1	212,2	6	2017
	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	200	0,2	0,2	23,8	98	475	2021
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	40	0,2	1,6	16,3	80,4	2	2017
Итого за прием пищи:		750	3,7	11,6	95,2	502,4		
Всего за день:		1290	9,64	26,9	171,01	1032,1		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Неделя 2	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1	2,5	4,9	46,2	53	2011
День 8	БУТЕРБРОД С ИКРОЙ КАБАЧКОВОЙ фку	50	0,5	3	13,8	149,8	21	2017
среда	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ фку	200	0,2	5,7	56,2	285,2	27	2017
	ЛИМОНАД ЛИМОННЫЙ	200	0,1	0	21,7	90	468	2016
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
	ПЛОДЫ И ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (слива)	100	0,8	0,3	9,3	43,1	338.2	2011
Итого за прием пищи:		640	2,74	12,7	118,11	674,5		
Обед								
	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0,7	3,7	2,1	45,5	23	2011
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,7	5,4	18,9	147,2	102	2011
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	200	3,8	5,6	18,7	135,1	177-п	2021
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	200	0,2	0,2	27	111,1	342.1	2011
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ фку	60	0,3	6,4	30,5	259,8	102	2017
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	40	0,2	1,6	16,3	80,4	2	2017
Итого за прием пищи:		810	10,9	22,9	113,5	779,1		
Всего за день:		1450	13,64	35,6	231,61	1453,6		

	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической	Сборник рецептов
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Неделя 2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (огурцы)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	71	2011
День 9	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ фку	40	0,2	9,5	12,3	200,8	20	2017
четверг	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ фку	200	6	4,6	18,6	140	172-тпк	2021
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И ЯГОД замороженных п	200	0,1	0,1	10,9	45	492	2021
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	30	0,14	1,2	12,21	60,2	2	2017
Итого за прием пищи:		530	6,94	15,5	55,51	454,4		
Обед								
	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	3	5,3	53	45	2011
	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ фку	250	0,3	5	18,2	121,5	4	2017
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ фку	200	1,9	5,6	39,5	220,8	26	2017
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,4	77,4	349	2011
	ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	40	0,2	1,6	16,3	80,4	2	2017
Итого за прием пищи:		750	3,3	15,2	98,7	553,1		
Всего за день:		1280	10,24	30,7	154,21	1007,5		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ технологической	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Неделя 2	60	0,3	6,4	30,5	259,8	1	2017
День 10	200	0,4	2,7	60,3	270,4	28	2017
пятница	200	0,2	0	10,1	42,2	377	2011
	40	0,2	1,6	16,3	80,4	2	2017
Итого за прием пищи:	500	1,1	10,7	117,2	652,8		
Обед							
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (помидоры)	60	0,7	0,1	2,3	12,9	71	2011
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ фку	250	1,9	5	12,5	103,4	82	2011
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (2-й вариант)	200	3,8	5,6	18,7	135,1	177-п	2021
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	1	0,2	19,6	83,4	389	2011
БУТЕРБРОД С ИКРОЙ КАБАЧКОВОЙ фку	60	0,6	3,6	16,5	179,8	21	2017
ХЛЕБ НИЗКОБЕЛКОВЫЙ фку	40	0,2	1,6	16,3	80,4	2	2017
Итого за прием пищи:	810	8,2	16,1	85,9	595		
Всего за день:	1310	9,3	26,8	203,1	1247,8		

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
фактически:	547,00	2,99	14,50	84,33	497,22
СанПиН 100% от суточной нормы:		77,00	79,00	335,00	2350,00
норма по СанПиН 20% от суточной нормы:		15,40	15,80	67,00	470,00
норма по СанПиН 25% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,50
выход норм в % соотношении за 5 дней		3,89	18,35	25,17	21,16

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
фактически:	842,00	6,77	19,65	104,70	688,01
СанПиН 100% от суточной нормы:		77,00	79,00	335,00	2350,00
норма по СанПиН 30% от суточной нормы:		23,10	23,70	100,50	705,00
норма по СанПиН 35% от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,50
выход норм в % соотношении за 5 дней		8,79	24,88	31,25	29,28

ИТОГО ЗАВТРАК+ОБЕД 50-60 % ЗА ПЕРВУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
фактически:		9,76	34,15	189,02	1185,23
СанПиН 100% от суточной нормы:		77	79	335	2350
норма по СанПиН 50% от суточной нормы:		38,5	39,5	167,5	1175
норма по СанПиН 60% от суточной нормы:		46,2	47,4	201	1410
выход норм в % соотношении за 5 дней		12,67	43,23	56,43	50,44

ИТОГО ЗАВТРАК 20-25 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
фактически:	548,00	3,93	14,11	88,45	568,76
		77,00	79,00	335,00	2350,00
СанПиН 100% от суточной нормы:		15,40	15,80	67,00	470,00
норма по СанПиН 20% от суточной нормы:		19,25	19,75	83,75	587,50
норма по СанПиН 25% от суточной нормы:		5,11	17,86	26,40	24,20
выход норм в % соотношении за 5 дней					

ИТОГО ОБЕД 30-35 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
фактически:	784,00	6,39	17,10	98,26	621,08
		77,00	79,00	335,00	2350,00
СанПиН 100% от суточной нормы:		23,10	23,70	100,50	705,00
норма по СанПиН 30% от суточной нормы:		26,95	27,65	117,25	822,50
норма по СанПиН 35% от суточной нормы:		8,30	21,65	29,33	26
выход норм в % соотношении за 5 дней					

ИТОГО ЗАВТРАК+ОБЕД 50-60 % ЗА ВТОРУЮ НЕДЕЛЮ (5 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
фактически:		10,32	31,21	186,71	1189,84
		77,00	79,00	335,00	2350,00
СанПиН 100% от суточной нормы:		38,50	39,50	167,50	1175,00
норма по СанПиН 50% от суточной нормы:		46,20	47,40	201,00	1410,00
норма по СанПиН 60% от суточной нормы:		13,40	39,51	55,73	50,63
выход норм в % соотношении за 5 дней					

ИТОГО ЗАВТРАК+ОБЕД 50-60 % ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД (10 ДНЕЙ)					
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценност
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
фактически:		10,04	32,68	187,87	1187,54
		77,00	79,00	335,00	2350,00
СанПиН 100% от суточной нормы:		38,50	39,50	167,50	1175,00
норма по СанПиН 50% от суточной нормы:		46,20	47,40	201,00	1410,00
норма по СанПиН 60% от суточной нормы:		13,04	41,37	56,08	50,53
выход норм в % соотношении за 5 дней					

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ЗАВТРАК) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ	Масса порции	Пищевые вещества			Энергет и-ческая ценност
		Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	
1 ДЕНЬ	580	4,74	16,7	64,11	421,7
2 ДЕНЬ	515	2,44	10,9	91,81	482,8
3 ДЕНЬ	500	0,8	12,3	107,3	622
4 ДЕНЬ	550	4,74	26,3	82,91	588,5
5 ДЕНЬ	590	2,24	6,3	75,51	371,1
6 ДЕНЬ	0	0	0	0	0
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 5 ДНЕЙ:	547,00	2,99	14,50	84,33	497,22
7 ДЕНЬ	530	2,94	16,35	75,61	532,4
8 ДЕНЬ	540	5,94	15,3	75,81	529,7
9 ДЕНЬ	640	2,74	12,7	118,11	674,5
10 ДЕНЬ	530	6,94	15,5	55,51	454,4
11 ДЕНЬ	500	1,1	10,7	117,2	652,8
12 ДЕНЬ	0	0	0	0	0
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 5 ДНЕЙ:	548,00	3,93	14,11	88,45	568,76
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 10 ДНЕЙ(ЗАВТРАК):	547,50	3,46	14,31	86,39	532,99

ДНИ ПРИЕМА ПИЩИ (ОБЕД) ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 ДЕНЬ	930	6,9	20,3	117,8	765,3
2 ДЕНЬ	810	3,24	19,9	118,01	745,8
3 ДЕНЬ	750	10,7	16,5	85,9	529,9
4 ДЕНЬ	920	5,24	20	111,11	731,2
5 ДЕНЬ	800	7,75	21,56	90,66	667,86
6 ДЕНЬ	0	0	0	0	0
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ПЕРВЫЕ 6 ДНЕЙ:	842,00	6,77	19,65	104,70	688,01
7 ДЕНЬ	800	5,84	19,7	98,01	675,8
8 ДЕНЬ	750	3,7	11,6	95,2	502,4
9 ДЕНЬ	810	10,9	22,9	113,5	779,1
10 ДЕНЬ	750	3,3	15,2	98,7	553,1
11 ДЕНЬ	810	8,2	16,1	85,9	595
12 ДЕНЬ	0	0	0	0	0
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА ВТОРЫЕ 6 ДНЕЙ:	784,00	6,39	17,10	98,26	621,08
ИТОГО В СРЕДНЕМ ЗА 12 ДНЕЙ(ОБЕД):	813,00	6,58	18,38	101,48	654,55