

Утверждаю:
Заведующий МБДОУ «Детский сад №92»
М.А.Яськова
10.01.2025г



**Основное организованное меню,
обогащенное витаминами и минеральными веществами продуктами питания
Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад №92»**

Возрастная категория: от 1.5 до 3 лет

В питании детей используется йодированное молоко, хлеб, соль.

Г. Барнаул

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

М.А. Яськова

руководитель учреждения



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепу-ры
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак								
	бутерброд с маслом (20г, 35г.)	20	1,16	1,932	7,412	51,775	0	1
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом (100г., 150 г.)	100	5,753	3,301	26,017	155,971	0	330
	Кофейный напиток с молоком сгущенным (150 г., 200 г)	150	1,126	0,03	12,284	53,895	0,15	396
	Фрукты свежие(95 г., 100 г.)	95	1,805	0,855	29,26	135,85	19	32
Итого за завтрак		365	9,844	6,118	74,973	397,491	19,15	
Обед								
	Салат из репчатого лука (30 г., 50 г.)	30	0,399	1,855	2,337	27,867	2,85	11
	Азу (50г. 70г.)	50	8,09	9,152	3,519	125,194	0,738	370
	картофельное пюре (90 г., 110)	90	1,956	2,929	13,232	87,363	15,566	321
	Хлеб пшеничный (20 г ,35 г)	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
	свекольник со сметаной (150 г., 180 г.)	150	4,211	6,089	8,858	107,547	11,021	83
	Напиток из шиповника (150 г., 180 г.)	150	0,51	0,21	17,1	72,746	52,5	538
Итого за обед		490	16,686	20,394	54,885	467,717	82,674	
Полдник								
	кисломолочный продукт (150г., 180 г.)	150	4,05	3,75	16,2	118,5	1,35	401
	Пряник (30г.50г.)	30	1,77	1,41	22,5	109,8	0	
Итого за полдник		180	5,82	5,16	38,7	228,3	1,35	
Ужин								
	овощное рагу (160г., 170 г.,)	160	2,252	6,488	13,177	121,084	29,471	137
	Чай с молоком (170 г., 200 г.)	170	3,003	2,562	12,823	87,053	1,349	413
	Яйцо (40 г., 40 г.)	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	227
	Хлеб ржаной (30 г и 40 г)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	
Итого за ужин		400	12,316	14,009	36,299	323,137	30,82	
Итого за 1 день.		1435	44,666	45,682	204,858	1416,645	133,994	



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

М.А.Яськова

расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепу-ры
			Б	Ж	У			
День 2								
Завтрак								
	Каша ячневая молочная вязкая (130 г., 150 г.)	130	3,447	5,36	17,126	131,624	1,255	261
	кофейный напиток с молоком (100 г., 150 г)	100	1,74	1,5	8,882	56,395	0,78	395
	бутерброд с маслом и сыром (25 г.30 г.)	25	2,329	3,566	8,826	77,056	0,029	3
	Фрукты свежие(95 г., 100 г.)	95	1,805	0,855	29,26	135,85	19	32
Итого за завтрак		350	9,321	11,281	64,094	400,925	21,063	
Обед								
	салат из свеклы (30 г.,50 г.)	30	0,428	1,827	2,508	28,152	2,85	33
	компот из сушеных фруктов с вит. С (150 г., 180 г)	150	0,045	0	13,864	55,935	0,675	376
	Хлеб пшеничный (20 г , 35 г)	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
	Котлета	50	7,868	7,576	8,278	130,116	0,152	299
	Суп с рыбными консервами (150 г., 180 г.)	150	5,147	2,278	10,026	79,724	4,212	87
	Макароны отварные(гарнир) (110 г, 130 г.)	110	4,15	0,49	25,785	115,816	0	218
Итого за обед		510	19,158	12,331	70,301	456,743	7,889	
Полдник								
	растягай со стуженным молоком (50 г.,70 г)	50	2,972	1,437	26,737	130,232	0,071	453
	Кефир	150	4,5	3,75	0	88,5	1,05	420
Итого за полдник		200	7,472	5,187	26,737	218,732	1,121	
Ужин								
	соус молочный сладкий (30 г., 40 г.)	30	0,585	1,369	4,685	33,502	0,195	351
	Хлеб ржаной (30 г и 40 г)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	
	Яйцо (40 г.,40 г.)	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	227
	Сок (150 г., 150 г.)	150	0,75	0,15	19,5	75	3	399
	Запеканка морковная с творогом	140	9,7	9,501	13,712	182,978	1,745	154
Итого за ужин		390	18,095	15,979	48,196	406,48	4,94	
Итого за 2 день.		1450	54,046	44,778	209,328	1482,88	35,013	



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения М.А.Яськова
расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У			
День 3								
Завтрак								
	каша геркулесовая молочная с маслом (130 г., 180 г.)	130	3,564	4,668	13,452	110,6	1,014	168
	Какао с молоком (180 г., 200 г.)	150	2,722	2,212	18,8	106,852	0,975	508
	бутерброд с маслом (20г, 35г.)	20	1,16	1,932	7,412	51,775	0	1
	Фрукты свежие(95 г., 100 г.)	95	1,805	0,855	29,26	135,85	19	32
Итого за завтрак		395	9,251	9,668	68,924	405,078	20,989	
Обед								
	компот из изюма с вит.С (150 г. 180 г.)	150	0,276	0,06	16,878	69,63	0	376
	Салат из горошка зеленого консервированного(30 г., 50 г.)	30	0,895	1,557	1,875	25,032	3,3	10
	Хлеб пшеничный (20 г., 35 г)	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
	Суп картофельный с клецками (150 г., 180 г.)	150	3,777	5,375	10,625	103,177	3,618	85
	Жаркое по-домашнему (140 г., 180 г.)	140	9,678	7,533	0	160,864	0	276
Итого за обед		490	16,146	14,684	39,218	405,704	6,918	
Полдник								
	Булочка домашняя (50 г., 70 г.)	50	3,73	6,592	31,084	198,723	0	452
	молоко кипяченое (150г. 180 г.)	150	4,35	3,75	7,2	81	1,95	400
Итого за полдник		200	8,08	10,342	38,284	279,723	1,95	
Ужин								
	Хлеб ржаной (30 г., 45 г.)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	115
	Чай с лимоном (180 г., 200 г.)	180	0,086	0,016	8,519	35,282	1,448	412
	Рис отварной	80	1,965	3,242	18,031	109,119	0	419
	Тефтели из печени (90 г., 90 г.)	90	4,589	5,073	4,132	84,935	4,283	301
	соус сметанный (20 г., 30 г.)	20	0,288	1,129	1,246	16,415	0,02	354
Итого за ужин		400	8,909	9,821	41,947	297,95	5,751	
Итого за 3 день.		1485	42,385	44,516	188,373	1388,455	35,609	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения М.А. Яськова



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепу-ры
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак								
	каша кукурузная молочная смаслом (130 г., 150 г.)	130	3,938	5,421	17,853	136,63	1,268	168
	Кофейный напиток с молоком (150 г., 180 г.)	150	2,404	2,025	11,925	59,248	0,975	513
	Фрукты свежие(95 г., 100 г.)	95	1,805	0,855	29,26	135,85	19	32
	бутерброд с сыром (20 г., 30 г.)	20	4,64	5,9	0	72,8	0,14	
Итого за завтрак		395	12,787	14,201	59,038	404,528	21,382	
Обед								
	Хлеб пшеничный (20 г , 35 г)	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
	Щи из свежей капусты с картофелем	150	2,418	4,397	6,427	72,929	12,299	73
	салат из свеклы (30 г., 50 г.)	30	0,428	1,827	2,508	28,152	2,85	33
	кисель из повидла с вит.С (150 г., 180 г)	150	0,062	0	17,171	67,164	0,075	383
	Рыба, тушеная с овощами	50	5,242	2,519	1,281	48,982	0,951	247
	Гарнир перловый	90	2,676	2,537	19,116	109,633	0	330
Итого за обед		490	12,346	11,44	56,343	373,861	16,175	
Полдник								
	кисломолочный продукт (150г., 180 г.)	150	4,05	3,75	16,2	118,5	1,35	401
	крендель с сахаром (50 г. 70 г.)	50	3,077	2,085	18,737	107,328	0	458
Итого за полдник		200	7,127	5,835	34,937	225,828	1,35	
Ужин								
	Яйцо (40 г., 40 г.)	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	227
	Хлеб ржаной (30 г., 45 г.)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	115
	Вареники ленивые (160 г., 180 г.)	160	22,598	14,506	17,653	292,36	0,305	230
	Сок (170 г., 200 г.)	170	0,85	0,17	22,1	85	3,4	399
Итого за ужин		400	30,508	19,636	50,053	492,36	3,705	
Итого за 4 день.		1485	62,767	51,113	200,371	1496,578	42,612	



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения
М.А.Яськова
расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепу-ры
			Б	Ж	У			
День 5								
Завтрак								
	бутерброд с маслом (25г, 30г.)	25	1,45	2,416	9,266	64,719	0	1
	Каша пшеничная молочная жидкая (160 г., 200 г.)	130	5,076	6,142	23,348	183,831	0,946	273
	Кофейный напиток с молоком (160 г. 200 г.)	150	2,177	2,4	10,567	73,15	0,975	414
	Фрукты свежие(95 г., 100 г.)	95	1,805	0,855	29,26	135,85	19	32
Итого за завтрак		400	10,508	11,812	72,441	457,549	20,921	
Обед								
	Печень говяжья по-строгановски (50 г., 70 г.)	50	8,36	6,149	2,907	101,483	4,009	403
	Салат из репчатого лука (30 г., 50 г.)	30	0,399	1,855	2,337	27,867	2,85	11
	Хлеб пшеничный (20 г, 35 г)	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
	Картофельное пюре (90г.110г)	90	1,891	3,963	9,811	82,805	3,059	434
	Напиток из шиповника (150 г., 180 г.)	150	0,51	0,21	17,1	72,746	52,5	538
	Борщ со сметаной (150 г., 180 г.)	150	3,694	5,711	10,258	108,035	19,832	56
Итого за обед		490	16,373	18,048	52,252	439,936	82,251	
Полдник								
	Печенье (30 г., 50 г.)	30	2,25	2,94	22,32	125,1	0	
	Чай с молоком (170 г., 200 г.)	170	3,003	2,562	12,823	87,053	1,349	413
Итого за полдник		200	5,253	5,502	35,143	212,153	1,349	
Ужин								
	Яйцо (40 г., 40 г.)	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	227
	Сок (170 г., 170 г.)	170	0,85	0,17	22,1	85	3,4	399
	котлета свекольная с повидлом (160 г., 200 г.,)	160	4,572	2,756	36,215	185,796	15,2	142
	Хлеб ржаной (30 г., 45 г.)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	115
Итого за ужин		400	12,482	7,886	68,615	385,796	18,6	
Итого за 5 день.		1490	44,616	43,248	228,451	1495,435	123,121	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

М.А.Яськова

расшифровка подписи



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У			
День 6								
Завтрак								
	бутерброд с маслом (25г, 35г.)	25	1,45	2,416	9,266	64,719	0	1
	Макаронные изделия отварные с маслом (130 г., 150 г.)	130	4,316	0,344	22,305	102,713	0	205
	Кофейный напиток с молоком сгущенным (150 г., 180 г.)	150	1,126	0,03	12,284	53,895	0,15	396
	Фрукты свежие	95	1,715	0,812	27,797	129,058	18,05	33
Итого за завтрак		400	8,606	3,601	71,651	350,384	18,2	
Обед								
	салат из моркови (30 г., 50 г.)	30	0,374	1,827	1,987	26,262	1,44	41
	Борщ с капустой и картофелем (150 г., 180 г.)	150	2,493	4,334	8,839	81,823	7,19	63
	Биточки мясные (50 г., 70 г.)	50	7,229	7,333	4,82	112,542	0,141	289
	Хлеб пшеничный (30 г и 35г)	30	2,28	0,24	14,76	70,5	0	
	Гарнир гречневый (100 г., 120 г.)	100	5,905	4,108	26,681	166,348	0	330
	кисель из повидла с вит.С (150 г., 180 г)	150	0,062	0	17,171	67,164	0,075	383
Итого за обед		510	18,343	17,843	74,258	524,638	8,845	
Полдник								
	кисломолочный продукт (150г., 180 г.)	150	4,05	3,75	16,2	118,5	1,35	401
	Вафли (30 г., 50 г.)	30	0,84	0,99	23,19	106,2	0	
Итого за полдник		180	4,89	4,74	39,39	224,7	1,35	
Ужин								
	Хлеб ржаной (30 г и 40 г)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	
	Яйцо (40 г., 40 г.)	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	227
	Сок (170 г., 170 г.)	170	0,85	0,17	22,1	85	3,4	399
	Винегрет овощной (150 г., 190 г.)	150	5,062	5,999	29,896	188,786	33,192	
Итого за ужин		390	12,972	11,129	62,296	388,786	36,592	
Итого за 6 день.		1480	44,812	37,314	247,595	1488,509	64,987	



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

М.А.Яськова

расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепту- ры
			Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак								
	бутерброд с маслом и сыром (30 г.35г.)	30	2,794	4,28	10,591	92,467	0,034	3
	Каша манная вязкая молочная с маслом (150 г., 200 г.)	130	3,898	4,381	14,45	113,15	1,276	168
	Кофейный напиток с молоком (150 г., 180 г.)	150	2,404	2,025	11,925	59,248	0,975	513
	Фрукты свежие(95 г., 100 г.)	95	1,805	0,855	29,26	135,85	19	32
Итого за завтрак		405	10,901	11,541	66,226	400,716	21,285	
Обед								
	Салат из репчатого лука (30 г., 50 г.)	30	0,399	1,855	2,337	27,867	2,85	11
	компот из сушеных фруктов с вит. С (150 г., 180 г)	150	0,045	0	13,864	55,935	0,675	376
	Хлеб пшеничный (20 г ,35 г)	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
	Говядина, тушенная с капустой (белокачанной) (150 г., 180 г.)	150	11,86	13,514	5,646	200,54	14,506	371
	суп гороховый (150 г., 180 г.)	150	5,152	4,678	11,941	110,704	7,243	81
Итого за обед		500	18,976	20,207	43,629	442,045	25,274	
Полдник								
	пирожок с морковью (50 г., 70 г.)	50	2,628	1,81	16,51	93,216	1,087	
	Кефир	150	4,5	3,75	0	88,5	1,05	420
Итого за полдник		200	7,128	5,56	16,51	181,716	2,137	
Ужин								
	соус молочный сладкий (30 г., 50 г.)	30	0,585	1,369	4,685	33,502	0,195	351
	Хлеб ржаной (30 г и 40 г)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	
	Сок (180 г., 180 г.)	180	0,9	0,18	23,4	90	3,6	399
	Запеканка рисовая с творогом	160	9,156	8,944	40,233	279,251	0,107	322
Итого за ужин		400	12,621	10,852	78,338	454,954	3,902	
Итого за 7 день.		1505	49,627	48,16	204,703	1479,431	52,597	

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения _____

М.А. Яськова

расшифровка подписи



Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита- мин С	№ рецепу- ры
			Б	Ж	У			
День 8								
Завтрак								
	Каша полтавская молочная с маслом (130 г., 180 г.)	130	2,511	4,261	7,01	76,648	1,127	168
	Какао с молоком(150 г., 180г.)	150	3,154	3,244	12,512	92,9	1,196	416
	бутерброд с маслом и сыром (25 г.30 г.)	25	2,329	3,566	8,826	77,056	0,029	3
	Фрукты свежие(95 г., 100 г.)	95	1,805	0,855	29,26	135,85	19	32
Итого за завтрак		400	9,799	11,926	57,607	382,454	21,351	
Обед								
	Напиток из шиповника (150 г., 180 г.)	150	0,51	0,21	17,1	72,746	52,5	538
	Хлеб пшеничный (20 г, 35 г)	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
	суп-лапша (150 г., 180 г.)	150	3,087	3,511	11,88	90,188	5,858	82
	плов с курицей (140 г., 160 г.)	140	14,474	15,797	24,696	299,067	4,309	304
	Огурец соленый (30 г. 50 г.)	30	0,207	0,026	0,621	3,553	0,324	146
Итого за обед		490	19,798	19,704	64,137	512,554	62,991	
Полдник								
	Чай с лимоном (150 г., 180 г.)	150	0,072	0,014	7,099	29,402	1,207	412
	пирожок с картофелем (50 г., 70 г.)	50	5,13	4,204	32,696	189,49	10,1	453/503
Итого за полдник		200	5,202	4,218	39,796	218,892	11,307	
Ужин								
	молоко кипяченое (150г. 180 г.)	150	4,35	3,75	7,2	81	1,95	400
	Хлеб ржаной (30 г и 40 г)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	
	Мясо тушеное с овощами в соусе	180	13,636	14,284	12,536	233,291	12,282	290
Итого за ужин		360	19,966	18,394	29,756	366,491	14,232	
Итого за 8 день.		1450	54,764	54,242	191,297	1480,39	109,882	



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения

М.А.Яськова

расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)				Энергетическая ценность (ккал)	Вита-МИН С	№ рецепту-ры
			Б Ж У						
			Б	Ж	У				
День 9									
Завтрак									
	Чай с молоком (150 г., 200 г.)	150	2,65	2,26	11,314	76,812	1,19	394	
	Каша рисовая молочная с маслом	150	4,256	6,42	19,683	153,459	1,448	168	
	бургер с маслом и сыром (25 г. 30 г.)	25	2,329	3,566	8,826	77,056	0,029	3	
	Фрукты свежие(95 г., 100 г.)	95	1,805	0,855	29,26	135,85	19	32	
Итого за завтрак		420	11,039	13,101	69,082	443,177	21,666		
Обед									
	салат из моркови (30 г., 50 г.)	30	0,374	1,827	1,987	26,262	1,44	41	
	Рассольник ленинградский со сметаной (150 г, 180 г.),	150	4,421	5,844	15,733	124,328	4,973	76	
	Котлеты или биточки рыбные (60 г., 80 г.)	60	8,288	1,352	5,75	69,139	0,143	255	
	Хлеб пшеничный (20 г., 35 г)	20	1,52	0,16	9,84	47	0		
	Картофельное пюре (90г. 110г)	90	1,891	3,963	9,811	82,805	3,059	434	
	соус сметанный (20 г., 30 г.)	20	0,288	1,129	1,246	16,415	0,02	354	
	Компот из свеж. яблок с вит. С	150	0,12	0,12	11,922	50,01	3	390	
Итого за обед		520	16,902	14,395	56,288	415,96	12,636		
Полдник									
	крекель с сахаром (50 г. 70 г.)	50	3,077	2,085	18,737	107,328	0	458	
	кисломолочный продукт (150г., 180 г.)	150	4,05	3,75	16,2	118,5	1,35	401	
Итого за полдник		200	7,127	5,835	34,937	225,828	1,35		
Ужин									
	Хлеб ржаной (30 г и 40 г)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0		
	Яйцо (40 г., 40 г.)	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	227	
	напиток из шиповника	180	0,184	0,076	11,59	51,246	54	398	
	каша гороховая с маслом	150	14,606	1,44	28,958	174,33	0	422	
Итого за ужин		400	21,85	6,476	50,848	340,576	54		
Итого за 9 день.		1540	56,918	39,807	211,155	1425,541	89,652		



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения М.А.Яськова

подпись

расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепту-ры
			У					
			Б	Ж	У			
День 10								
Завтрак								
	Какао с молоком(150 г., 180г.)	150	3,154	3,244	12,512	92,9	1,196	416
	бутерброд с повидлом (30 г., 40 г.)	30	1,416	0,144	16,656	72,3	0,06	2
	Суп молочный с макаронными изделиями (140 г., 180 г.)	140	3,938	3,52	13,944	102,299	0,637	93
	Фрукты свежие(95 г., 100 г.)	95	1,805	0,855	29,26	135,85	19	32
Итого за завтрак		415	10,313	7,763	72,372	403,349	20,893	
Обед								
	Голубцы ленивые	150	11,642	10,605	8,081	179,634	16,904	315
	компот из изюма с вит.С (150 г. 180 г.)	150	0,276	0,06	16,878	69,63	0	376
	Хлеб пшеничный (20 г ,35 г)	20	1,52	0,16	9,84	47	0	
	Салат из репчатого лука (30 г., 50 г.)	30	0,399	1,855	2,337	27,867	2,85	11
	Суп "Московский" со сметаной (150 г., 180 г.)	150	3,968	4,564	14,047	105,866	4,963	80
Итого за обед		500	17,805	17,244	51,184	429,997	24,718	
Полдник								
	Печенье (30 г.,50 г.)	30	2,25	2,94	22,32	125,1	0	
	Сок (170 г.,200 г.)	170	0,85	0,17	22,1	85	3,4	399
Итого за полдник		200	3,1	3,11	44,42	210,1	3,4	
Ужин								
	молоко кипяченое (150г . 180 г.)	150	4,35	3,75	7,2	81	1,95	400
	Хлеб ржаной (30 г и 40 г)	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	
	Яйцо (40 г.,40 г.)	40	5,08	4,6	0,28	62,8	0	227
	Сыр (порциями) (7г., 9г.)	7	1,624	2,065	0	25,48	0,049	7
	Запеканка картофельная с печенью (150 .г170 г.)	150	11,311	4,092	18,836	169,562	5,213	291
Итого за ужин		377	24,345	14,867	36,336	391,042	7,212	
Итого за 10 день.		1492	55,562	42,984	204,312	1434,488	56,222	



УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения **М.А.Яськова**

расшифровка подписи

Прием пищи	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ рецепу-ры
	Б	Ж	У			
Итого за весь период	510,163	451,844	2090,444	14588,351	743,689	
Среднее значение за период	51,016	45,184	209,044	1458,835	74,369	
Содержание Б, Ж, У в меню за период в % от кал-ти	14,1	28,11	57,79			