

Утверждаю,  
Заведующая МБДОУ № 94 "Аистёнок"  
Бурчик В.И



«01» \_\_\_\_\_ 09 2022 год

**Примерное циклическое меню для  
детей дошкольного возраста (3-7 лет).  
В МБДОУ №94 "Аистёнок"  
на летне-осенний период**

День: первый (понедельник)

Неделя: первая

№ Рецеп- туры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса Пор- ций	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (калл)	Витамин С (мг)
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
89	Суп молочный овсяный	250	8,72	8,33	25,88	213,25	1,3
393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41,0	2,83
3	Батон с маслом и сыром	50/5/ 6,4	6,68	8,45	19,39	180,0	0,11
10 ч. 399	Сок натуральный	150	0,9	0	18,18	76,0	3,6
	<b>Итого завтрак</b>		<b>16,42</b>	<b>16,8</b>	<b>73,65</b>	<b>510,25</b>	<b>7,84</b>
<b>Обед</b>							
76	Рассольник «Ленинградский»	250	1,99	5,11	16,92	121,75	7,53
247	Рыба тушеная в овощах	80	7,66	3,85	2,2	74,0	1,96
315	Рис отварной	120	2,91	4,29	29,35	167,76	0
376	Компот из изюма	180	0,39	0,018	25,0	101,7	0,36
13	Салат из огурцов	50	0,38	3,0	1,18	34,0	4,75
	Хлеб ржаной	50	3,17	0,58	16,42	86,88	0
	Хлеб пшеничный	10	0,77	0,3	4,98	26,2	0
	<b>Итого обед</b>		<b>17,27</b>	<b>17,148</b>	<b>96,05</b>	<b>612,29</b>	<b>14,6</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
213	Яйцо варенное 1шт.	40	5,08	4,6	0,28	63,0	0
473	Булочка сдобная «Веснушка»	140	10,92	8,57	75,4	422,8	0
397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,0	1,43
314	Каша ячневая	120	2,59	3,38	16,66	106,8	0
	Икра кабачковая	40	0,5	3,5	3,5	48,5	4,14
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	52,4	0
	<b>Итого полдник</b>		<b>24,3</b>	<b>23,84</b>	<b>121,62</b>	<b>800,5</b>	<b>5,57</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>57,99</b>	<b>57,788</b>	<b>291,32</b>	<b>1923,04</b>	<b>28,01</b>

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

Завтрак			Обед		Уплотненный полдник	
Норма	Факт	2-й завтрак	Норма	Факт	Норма	Факт
400-550	491,4	150,0	600-800	740	450-600	540

День: **второй (вторник)**

Неделя: первая

№ Рецеп туры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса Пор ций	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (калл)	Витами н С (мг)
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
92	Суп молочный манный	250	6,85	6,3	20,1	164,75	1,22
393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41,0	2,83
3	Батон с маслом и сыром	50/5/ 6,4	6,68	8,45	19,39	180,0	0,11
10 ч. 399	Сок натуральный	150	0,9	0	18,18	76,0	3,6
	<b>Итого завтрак</b>		<b>14,55</b>	<b>14,77</b>	<b>67,87</b>	<b>461,75</b>	<b>7,76</b>
<b>Обед</b>							
58	Борщ со свежей капусты	250	2,04	5,0	14,1	109,75	20,04
282	Котлета говяжья	80	15,64	3,89	13,46	151,0	0,14
354	Соус сметанный	30	0,42	1,5	1,76	22,23	0,012
321	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,6	91,5	12,1
15	Салат из огурцов и помидоров	50	0,49	3,08	1,87	37,1	8,38
372	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55
	Хлеб ржаной	50	3,17	0,58	16,42	86,88	0
	Хлеб пшеничный	10	0,77	0,3	4,98	26,2	0
	<b>Итого обед</b>		<b>24,71</b>	<b>17,69</b>	<b>87,68</b>	<b>612,5</b>	<b>42,222</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
231	Сырники творожные	150	27,99	19,0	39,0	350,0	0,38
	Сгущенное молоко	30	1,5	2,55	16,38	90,3	0
401	Простокваша	180	5,22	4,5	7,38	91,0	1,44
	Кондитерские изделия (печенье)	40	3,0	6,4	27,6	180,0	0
	Яблоки печенные	80	0,28	0,28	21,73	91,0	2,97
	<b>Итого полдник</b>		<b>37,99</b>	<b>32,73</b>	<b>112,09</b>	<b>802,3</b>	<b>4,79</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>77,25</b>	<b>65,19</b>	<b>267,64</b>	<b>1876,55</b>	<b>54,772</b>

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

Завтрак			Обед		Уплотненный полдник	
Норма	Факт	2-й завтрак	Норма	Факт	Норма	Факт
400-550	491,4	150	600-800	750	450-600	480

День: **третий (среда)**

Неделя: первая

№ Рецеп- туры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса Пор- ций	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность (калл)	Витами- н С (мг)
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
93	Суп молочный вермишелевый	250	5,75	6,52	23,55	181,5	1,14
393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41,0	2,83
3	Батон с маслом и сыром	50/5/ 6,4	6,68	8,45	19,39	180,0	0,11
10 ч. 368	Свежие фрукты	130	0,52	0,52	12,74	57,2	13,0
	<b>Итого завтрак</b>		<b>13,07</b>	<b>15,51</b>	<b>65,88</b>	<b>459,7</b>	<b>17,08</b>
<b>Обед</b>							
58	Свекольник	230	2,04	5,0	14,1	109,75	8,78
286	Тефтеля говяжья	160	11,78	12,91	14,9	223,0	1,13
314	Каша гречневая	120	3,66	4,0	16,41	116,4	0
13	Салат из огурцов	50	0,49	3,08	1,87	37,1	8,38
376	Компот из изюма	180	0,39	0,018	25,0	101,7	0,36
	Хлеб ржаной	50	3,17	0,58	16,42	86,88	0
	<b>Итого обед</b>		<b>21,53</b>	<b>25,588</b>	<b>88,7</b>	<b>674,83</b>	<b>18,65</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
258	Рыбный шницель натуральный	80	12,08	3,92	8,21	116,0	2,73
137	Рагу овощное	155	2,4	11,33	13,59	166,0	8,27
382	Кисель из натурального сока	180	0,52	0,05	27,18	111,2	0,98
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	0
	Пряник	40	2,2	1,6	29,6	144,0	0
	<b>Итого полдник</b>		<b>19,51</b>	<b>17,8</b>	<b>93,52</b>	<b>615,8</b>	<b>11,98</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>54,11</b>	<b>58,898</b>	<b>248,1</b>	<b>1750,33</b>	<b>47,71</b>

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

Завтрак			Обед		Уплотненный полдник	
Норма	Факт	2-й завтрак	Норма	Факт	Норма	Факт
400-550	491,4	130,0	600-800	790	450-600	485

День: **четвертый (четверг)**  
Неделя: первая

№ Рецеп туры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса Пор ций	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
94	Суп молочный рисовый	250	6,02	6,34	21,0	165,5	1,13
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,0	1,17
3	Батон с маслом и сыром	50/5/ 6,4	6,68	8,45	19,39	180,0	0,11
10 ч. 368	Свежие фрукты	130	1,95	0,65	27,3	123,5	13,0
	<b>Итого завтрак</b>		<b>17,5</b>	<b>17,85</b>	<b>82,05</b>	<b>560,0</b>	<b>15,41</b>
<b>Обед</b>							
81	Суп гороховый	250	5,49	5,27	16,32	108,94	5,8
276	Жаркое по- домашнему	220	27,53	7,47	21,95	265,0	8,97
15	Салат из огурцов и помидоров	50	0,57	3,09	0,87	39,55	10,21
372	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55
	Хлеб ржаной	50	3,17	0,58	16,42	86,88	0
	<b>Итого обед</b>		<b>36,9</b>	<b>16,55</b>	<b>77,05</b>	<b>588,21</b>	<b>26,53</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
215	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157,0	0,15
314	Каша пшенная	100	2,8	3,33	15,96	105,0	0
54	Икра кабачковая	50	0,45	2,35	2,96	34,8	2,76
393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41,0	2,83
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	0
	<b>Итого полдник</b>		<b>13,2</b>	<b>20,06</b>	<b>45,57</b>	<b>416,4</b>	<b>5,74</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>67,6</b>	<b>54,46</b>	<b>204,67</b>	<b>1564,61</b>	<b>47,68</b>

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

Завтрак			Обед		Уплотненный полдник	
Норма	Факт	2-й завтрак	Норма	Факт	Норма	Факт
400-550	491,4	130,0	600-800	750	450-600	445

День: **пятый (пятница)**

Неделя: первая

№ Рецеп туры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса Пор ций	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (калл)	Витами н С (мг)
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
94	Суп молочный с крупой гречневой	250	7,46	6,84	21,25	177,0	1,14
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,0	1,17
3	Батон с маслом и сыром	50/5/ 6,4	6,68	8,45	19,39	180,0	0,11
10 ч. 399	Сок натуральный	150	0,9	0	18,18	76,0	3,6
	<b>Итого завтрак</b>		<b>17,89</b>	<b>17,7</b>	<b>73,18</b>	<b>524,0</b>	<b>6,02</b>
<b>Обед</b>							
84	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	5,6	3,02	15,67	112,25	11,17
282	Котлета говяжья	80	12,44	9,24	12,56	183,0	0,12
132	Капуста тушенная	130	12,71	4,82	12,46	104,0	21,66
372	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55
	Хлеб ржаной	50	3,17	0,58	16,42	86,88	0
	Хлеб пшеничный	10	0,77	0,3	4,98	26,2	0
	<b>Итого обед</b>		<b>34,83</b>	<b>18,1</b>	<b>83,58</b>	<b>600,17</b>	<b>34,5</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
212	Лапшевик творожный	205	17,86	14,77	42,13	373,0	0,17
401	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	92,0	0,54
	Сгущенное молоко	30	1,5	2,55	16,28	90,3	0
	Кондитерские изделия (печенье)	40	3,0	6,4	27,0	180,0	0
368	Свежие фрукты	100	0,4	0,4	9,8	50,4	10,0
	<b>Итого полдник</b>		<b>27,98</b>	<b>28,62</b>	<b>102,77</b>	<b>785,7</b>	<b>10,71</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>80,7</b>	<b>64,42</b>	<b>259,53</b>	<b>1909,87</b>	<b>51,23</b>

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

Завтрак			Обед		Уплотненный полдник	
Норма	Факт	2-й завтрак	Норма	Факт	Норма	Факт
400-550	491,4	150,0	600-800	700	450-600	555

День: **шестой (понедельник)**

Неделя: вторая

№ Рецеп туры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса Пор ций	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (калл)	Витами н С (мг)
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
89	Суп молочный овсяный	250	8,72	8,33	25,88	213,25	1,3
393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41,0	2,83
3	Батон с маслом и сыром	50/5/ 6,4	6,68	8,45	19,39	180,0	0,11
10 ч. 399	Сок натуральный	150	0,9	0	18,18	76,0	3,6
	<b>Итого завтрак</b>		<b>16,42</b>	<b>16,8</b>	<b>73,65</b>	<b>510,25</b>	<b>7,84</b>
<b>Обед</b>							
81	Суп гороховый	250	5,49	5,27	16,32	108,94	5,8
261	Рыбные тефтели тушеные в соусе	80	9,86	3,47	10,67	113,0	0,38
321	Пюре картофельное	130	2,65	4,16	17,68	118,95	15,73
376	Компот из изюма	180	0,39	0,018	25,0	101,7	0,36
14	Салат из помидоров	50	0,57	3,09	0,87	39,55	0,21
	Хлеб ржаной	50	3,17	0,58	16,42	86,88	0
	Хлеб пшеничный	10	0,77	0,3	4,98	26,2	0
	<b>Итого обед</b>		<b>22,9</b>	<b>16,888</b>	<b>91,94</b>	<b>595,22</b>	<b>22,48</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
213	Яйцо варенное 1шт.	40	5,08	4,6	0,28	63,0	0
492	Песочник с изюмом	80	6,78	13,94	47,23	340,8	0,112
397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,0	1,43
314	Каша пшенная	130	3,63	4,34	20,75	136,5	0
	Икра кабачковая	50	0,5	3,5	3,5	48,5	4,14
	<b>Итого полдник</b>		<b>19,66</b>	<b>29,57</b>	<b>87,58</b>	<b>695,8</b>	<b>5,682</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>58,98</b>	<b>63,258</b>	<b>253,17</b>	<b>1801,27</b>	<b>36,002</b>

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

Завтрак			Обед		Уплотненный полдник	
Норма	Факт	2-й завтрак	Норма	Факт	Норма	Факт
400-550	491,4	150,0	600-800	750	450-600	480

День: **седьмой (вторник)**

Неделя: вторая

№ Рецеп туры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса Пор ций	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (калл)	Витами н С (мг)
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
92	Суп молочный манный	250	6,85	6,3	20,1	164,75	1,22
393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41,0	2,83
3	Батон с маслом и сыром	50/5/ 6,4	6,68	8,45	19,39	180,0	0,11
10 ч. 399	Сок натуральный	150	0,9	0	18,18	76,0	3,6
	<b>Итого завтрак</b>		<b>14,55</b>	<b>14,77</b>	<b>67,87</b>	<b>461,75</b>	<b>7,76</b>
<b>Обед</b>							
67	Суп из разных овощей	250	1,74	4,98	8,48	84,75	18,47
304	Плов из отварной птицы	210	20,3	17,00	35,69	377,0	1,01
15	Салат из огурцов и помидоров	50	0,49	3,08	1,87	37,1	8,38
372	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55
	Хлеб ржаной	50	3,17	0,58	16,42	86,88	0
	<b>Итого обед</b>		<b>25,84</b>	<b>25,78</b>	<b>83,95</b>	<b>673,57</b>	<b>29,41</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
240	Пудинг из творога с яблоками	150	20,43	16,7	22,0	320,0	2,02
401	Ряженка	180	5,22	4,5	7,56	92,0	0,54
	Сгущенное молоко	30	1,5	2,55	16,28	90,3	0
	Пряник	40	2,2	1,6	29,6	144,0	0
368	Свежие фрукты	100	0,4	0,4	9,8	50,4	10,0
	<b>Итого полдник</b>		<b>29,75</b>	<b>25,75</b>	<b>85,24</b>	<b>696,7</b>	<b>12,56</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>70,14</b>	<b>66,3</b>	<b>237,06</b>	<b>1832,02</b>	<b>49,73</b>

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

Завтрак			Обед		Уплотненный полдник	
Норма	Факт	2-й завтрак	Норма	Факт	Норма	Факт
400-550	491,4	150,0	600-800	740	450-600	500



День: **восьмой (среда)**

Неделя: вторая

№ Рецеп туры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса Пор ций	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (калл)	Вита мин С (мг)
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
94	Суп молочный с крупой гречневой	250	7,46	6,84	21,25	177,0	1,14
393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41,0	2,83
3	Батон с маслом и сыром	50/5/ 6,4	6,68	8,45	19,39	180,0	0,11
10 ч. 399	Сок натуральный	150	0,9	0	18,18	76,0	3,6
	<b>Итого завтрак</b>		<b>15,16</b>	<b>15,31</b>	<b>69,02</b>	<b>474,0</b>	<b>7,68</b>
<b>Обед</b>							
76	Рассольник «Ленинградский»	250	1,99	5,11	16,92	121,75	7,53
282	Котлета говяжья	80	12,44	9,24	12,56	183,0	0,12
205	Макаронные изделия отварные с маслом	120	4,41	3,61	21,15	134,8	0
16	Салат летний	30	0,37	1,56	1,93	23,25	5,61
372	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55
	Хлеб ржаной	50	3,17	0,58	16,42	86,88	0
	<b>Итого обед</b>		<b>22,52</b>	<b>20,24</b>	<b>90,47</b>	<b>637,52</b>	<b>15,49</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
275	Сарделька отварная	60	6,84	10,92	0,78	128,4	0
132	Капуста тушенная	130	2,71	4,82	12,46	104,0	21,66
382	Кисель из натурального сока	180	0,52	0,05	27,18	111,2	0,98
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	0
368	Свежие фрукты	100	1,5	0,5	21,0	95,0	10,0
	<b>Итого полдник</b>		<b>13,88</b>	<b>17,19</b>	<b>73,36</b>	<b>517,2</b>	<b>32,64</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>51,56</b>	<b>52,42</b>	<b>232,85</b>	<b>1628,72</b>	<b>55,81</b>

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

Завтрак			Обед		Уплотненный полдник	
Норма	Факт	2-й завтрак	Норма	Факт	Норма	Факт
400-550	491,4	150,0	600-800	710	450-600	500

День: **девятый (четверг)**

Неделя: **вторая**

№ Рецеп туры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса Пор ций	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (калл)	Витами н С (мг)
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
94	Суп молочный рисовый	250	6,02	6,34	21,0	165,5	1,13
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,0	1,17
3	Батон с маслом и сыром	50/5/ 6,4	6,68	8,45	19,39	180,0	0,11
10 ч. 368	Свежие фрукты	130	1,95	0,65	27,3	123,5	13,0
	<b>Итого завтрак</b>		<b>17,5</b>	<b>17,85</b>	<b>82,05</b>	<b>560,0</b>	<b>15,41</b>
<b>Обед</b>							
58	Свекольник	250	2,04	5,0	14,1	109,75	8,78
276	Жаркое по- домашнему	220	27,53	7,47	21,95	265,0	8,97
13	Салат из огурцов	50	0,38	3,0	1,18	34,0	4,75
372	Компот из яблок	180	0,14	0,14	21,49	87,84	1,55
	Хлеб ржаной	50	3,17	0,58	16,42	86,88	0
	<b>Итого обед</b>		<b>33,26</b>	<b>16,19</b>	<b>75,14</b>	<b>583,47</b>	<b>24,05</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
258	Рыбный шницель натуральный	80	12,08	3,92	8,21	116,0	2,73
10	Салат из зеленого горошка	60	1,78	3,11	3,75	50,16	6,6
314	Каша «Артек»	120	2,8	3,33	15,96	105,0	0
393	Чай с сахаром и лимоном	180	0,12	0,02	10,2	41,0	2,83
	Хлеб пшеничный	30	2,31	0,9	14,94	78,6	0
	<b>Итого полдник</b>		<b>19,09</b>	<b>11,28</b>	<b>53,06</b>	<b>390,76</b>	<b>12,16</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>76,58</b>	<b>45,32</b>	<b>210,25</b>	<b>1534,23</b>	<b>51,62</b>

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

Завтрак			Обед		Уплотненный полдник	
Норма	Факт	2-й завтрак	Норма	Факт	Норма	Факт
400-550	491,4	130,0	600-800	750	450-600	470

День: **десятый (пятница)**

Неделя: вторая

№ Рецеп туры	Прием пищи. Наименование блюда	Масса Пор ций	Пищевые вещества (г)			Энергети ческая ценность (калл)	Витамин С (мг)
			Б	Ж	У		
<b>Завтрак</b>							
94	Суп молочный пшеничный	250	7,25	6,84	23,21	183,5	1,14
395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91,0	1,17
3	Батон с маслом и сыром	50/5/ 6,4	6,68	8,45	19,39	180,0	0,11
10 ч. 399	Сок натуральный	150	0,9	0	18,18	76,0	3,6
	<b>Итого завтрак</b>		<b>17,68</b>	<b>17,7</b>	<b>75,14</b>	<b>530,5</b>	<b>6,02</b>
<b>Обед</b>							
84	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	5,6	3,02	15,67	112,25	11,17
286	Тефтеля говяжья	160	11,78	12,91	14,9	223,0	1,13
314	Каша гречневая	100	3,05	3,34	27,13	97,0	0
15	Салат из огурцов и помидоров	50	0,49	3,08	61,87	37,1	8,38
376	Компот из кураги	150	0,33	0,015	20,83	84,75	0,3
	Хлеб ржаной	50	3,17	0,58	16,42	86,88	0
	Хлеб пшеничный	10	0,77	0,3	4,98	26,2	0
	<b>Итого обед</b>		<b>25,19</b>	<b>23,245</b>	<b>161,8</b>	<b>667,18</b>	<b>20,98</b>
<b>Уплотненный полдник</b>							
238	Запеканка творожная с морковью	150	17,49	15,43	35,67	351,0	1,06
401	Простокваша	180	5,22	4,5	7,38	91,0	1,44
	Кондитерские изделия (печенье)	40	3,0	6,4	27,6	180,0	0
	Сгущенное молоко	30	1,5	2,55	16,28	90,3	0
368	Свежие фрукты	100	1,5	0,5	21,0	95,0	10,0
	<b>Итого полдник</b>		<b>28,71</b>	<b>29,38</b>	<b>107,93</b>	<b>807,3</b>	<b>12,5</b>
	<b>Итого за день</b>		<b>71,58</b>	<b>70,325</b>	<b>344,87</b>	<b>2004,98</b>	<b>39,5</b>

**Суммарные объемы блюд по приемам пищи (в граммах)**

Завтрак			Обед		Уплотненный полдник	
Норма	Факт	2-й завтрак	Норма	Факт	Норма	Факт
400-550	491,4	150,0	600-800	770	450-600	500