

Средние показатели энергетической ценности и химического состава в соответствии с примерным 10-дневным меню в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13

	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
	Б	Ж	У	Ккал
Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей 3-7 лет. (СанПиН 2.4.1.3049-13)	36-43	40-47	174-203	1200-1400
Итого за весь период	428,1	455,2	1980,8	13839,2
Среднее значение за период	42,8	45,5	198,1	1384
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13 %	30 %	57 %	100 %

Показатели энергетической ценности и химического состава в соответствии с примерным 10-дневным меню в соответствии с СанПиН 2.4.1.3049-13 в (г)

№п/п	Б	Ж	У	С	Ккал
1	40,7	40,4	222,5	69,8	1410,6
2	47,7	45,7	194,9	22,81	1408,7
3	45,4	45,3	204,25	67,6	1410,6
4	42,3	43,9	189,5	69,2	1374,7
5	39,1	39,3	163,5	143,1	1168,4
6	45,5	45,7	209,5	69,04	1437,5
7	49,6	51	191,8	28	1437,9
8	42	46,4	202	98,8	1399,3
9	45,6	47,2	183,1	75,31	1374,5
10	40,2	45,3	219,7	46,8	1417
Итого за 10 дней	42,8	45,5	198,1	69,0	1383,9

**Суммарный объем блюд по приемам пищи
в соответствии СанПиН 2.4.1.3049-13 в (г)**

Дни недели	Завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Ужин
1	335	150	535	200	400
2	340	100	520	200	400
3	335	150	510	205	400
4	335	100	520	200	400
5	315	150	525	200	400
6	335	150	520	200	400
7	340	100	510	205	400
8	330	150	510	200	420
9	320	100	520	200	400
10	350	150	520	200	400

**Распределение калорийности
в соответствии с примерным 10-дневным меню
согласно СанПиН 2.4.1.3049-13 в (%)**

Дни недели	Завтрак	Факт.	Обед	Факт.	Полдник	Факт.	Ужин	Факт.
1	25-30 %	27%	30-35 %	33%	10-15 %	16%	20-25 %	24%
2	25-30 %	28%	30-35 %	32%	10-15 %	15%	20-25 %	25%
3	25-30 %	29%	30-35 %	33%	10-15 %	14%	20-25 %	24%
4	25-30 %	31%	30-35 %	32%	10-15 %	15%	20-25 %	22%
5	25-30 %	27%	30-35 %	33%	10-15 %	15%	20-25 %	25%
6	25-30 %	27%	30-35 %	33%	10-15 %	16%	20-25 %	24%
7	25-30 %	27%	30-35 %	33%	10-15 %	15%	20-25 %	25%
8	25-30 %	29%	30-35 %	31%	10-15 %	15%	20-25 %	25%
9	25-30 %	26%	30-35 %	35%	10-15 %	16%	20-25 %	22%
10	25-30 %	29%	30-35 %	32%	10-15 %	15%	20-25 %	24%