

Распределение калорийности по приемам пищи

Дни	Калорийность завтрака	Калорийность обеда	Калорийность полдника	Общая калорийность
1	707,90	921,00	460,00	2088,90
2	750,50	945,40	441,00	2136,90
3	718,70	912,00	458,00	2088,70
4	739,50	919,00	442,00	2094,50
5	752,20	935,40	443,00	2130,60
Итого за 1-ю неделю	3668,80	4626,80	2244,00	10539,60
В среднем за 1-н день	733,76	925,36	448,80	2107,92
6	665,00	952,40	446,00	2063,40
7	747,50	947,70	455,00	2150,20
8	695,70	973,00	444,00	2112,70
9	756,90	911,00	456,00	2123,90
10	741,00	915,00	447,00	2103,00
Итого за 1-ю неделю	3606,10	4699,10	2248,00	10553,20
В среднем за 1-н день	721,22	939,82	449,6	2110,64

ДНИ	Б, г	Ж, г	У, г	ЭЦ, ккал
Всего за 1 день:	64,81	75,59	253,32	2088,90
Всего за 2 день:	85,49	80,25	228,76	2136,90
Всего за 3 день:	76,12	66,21	260,78	2088,70
Всего за 4 день:	64,01	57,52	238,27	2094,50
Всего за 5 день:	57,78	36,71	311,76	2130,60
ИТОГО 1-я НЕДЕЛЯ	348,21	316,28	1292,89	10539,60
В среднем за 1 день	69,64	63,26	258,58	2107,92
Всего за 6 день:	72,41	61,49	268,22	2063,40
Всего за 7 день:	112,29	79,45	252,46	2150,20
Всего за 8 день:	85,04	68,13	281,28	2112,70
Всего за 9 день:	61,75	59,77	273,02	2123,90
Всего за 10 день:	74,27	54,49	293,16	2103,00
ИТОГО 1-я НЕДЕЛЯ	405,76	323,33	1368,14	10553,20
В среднем за 1 день	81,15	64,67	273,63	2110,64

Используемые сборники:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Под ред. М.Н. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Делта принт, 2012.-584с.
2. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга.-СПб.: Речь, 2008.-800с.
3. Регистр технологических карт Управления социального питания.

• Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.