|  |
| --- |
| **Распределение энергетической ценности (калорийности) на отдельные приемы пищи для детей с 3 до 7 лет** |
| **Суточная потребность СанПиН 2.4.1.30-49-13 1800** | **Завтрак, ккал**  | % выполнения | **2 завтрак, ккал** | % выполнения | **Обед, ккал** | % выполнения | **Уплотненный полдник, ккал** | % выполнения | **Итого, ккал** | % выполнения |
| 20-25% от суточного рациона | 5% от суточного рациона | 30-35% от суточного рациона | 30-35% от суточного рациона | 90-100% от суточного рациона |
| **360/450** | **90** | **540/630** | **540/630** | **1620-1800** |
| **1 день** | 379 | 21 | 87 | 5 | 564 | 31 | 596 | 33 | 1626 | 90 |
| **2 день** | 448 | 25 | 87 | 5 | 628 | 35 | 570 | 32 | 1731 | 96 |
| **3 день** | 445 | 25 | 90 | 5 | 626 | 35 | 598 | 33 | 1759 | 98 |
| **4 день** | 383 | 21 | 92 | 5 | 624 | 35 | 617 | 34 | 1716 | 95 |
| **5 день** | 418 | 23 | 87 | 5 | 562 | 31 | 630 | 35 | 1696 | 94 |
| **6 день** | 424 | 24 | 88 | 5 | 630 | 35 | 568 | 32 | 1710 | 95 |
| **7 день** | 440 | 24 | 87 | 5 | 629 | 35 | 544 | 30 | 1700 | 94 |
| **8 день** | 395 | 22 | 88 | 5 | 609 | 34 | 595 | 33 | 1688 | 94 |
| **9 день** | 424 | 24 | 88 | 5 | 586 | 33 | 619 | 34 | 1717 | 95 |
| **10 день** | 378 | 21 | 92 | 5 | 594 | 33 | 600 | 33 | 1664 | 92 |
| **11 день** | 381 | 21 | 87 | 5 | 617 | 34 | 617 | 34 | 1701 | 94 |
| **12 день** | 440 | 24 | 88 | 5 | 630 | 35 | 568 | 32 | 1726 | 96 |
| **13 день** | 374 | 21 | 92 | 5 | 573 | 32 | 628 | 35 | 1667 | 93 |
| **14 день** | 403 | 22 | 87 | 5 | 552 | 31 | 589 | 33 | 1631 | 91 |
| **15 день** | 450 | 25 | 90 | 5 | 580 | 32 | 560 | 31 | 1680 | 93 |
| **16 день** | 368 | 20 | 88 | 5 | 611 | 34 | 579 | 32 | 1646 | 91 |
| **17 день** | 445 | 25 | 88 | 5 | 589 | 33 | 605 | 34 | 1726 | 96 |
| **18 день** | 419 | 23 | 88 | 5 | 619 | 34 | 566 | 31 | 1691 | 94 |
| **19 день** | 423 | 24 | 88 | 5 | 625 | 35 | 554 | 31 | 1691 | 94 |
| **20 день** | 450 | 25 | 88 | 5 | 587 | 33 | 618 | 34 | 1744 | 97 |
| **ИТОГО в среднем за день** | **414** | **23** | **89** | **5** | **602** | **33** | **591** | **33** | **1696** | **94** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |