

УТВЕРЖДАЮ: Директор ГОУ ЯО

ая школа-интернат» Л.В. Суходольская 01.09.2022г.

Примерное двухнедельное меню для учащихся общеобразовательных школ

Калорийность питания по норме для детей 7-11 лет

основании «Сборника технологических нормативов, рецептур, блюд и выпечных изделий для образовательных учреждений, для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, tu школ-интернатов» под ред. Мараухина Г.В., Яланузян И.Ю., Мозгот И.В. и др., изд. «Пионер», 2006 г., а также сборника «Питание детей в дошкольных организациях Ярославской области. Методические рекомендации» - Ярославль: Ремдер, 20Юг

*.*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** **рецептуры** | **Наименование** **блюд** | **Выход** | **Пищевые вещества** | | | **Энергети-** **ческая** **ценность,** **ккал** | **Витамины** | | | | **Минеральные вещества** | | | |  |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **E, мг** | **Са, мг** | **Mg, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |  |
|  | **День первый** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Завтрак I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 213 | \*ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 | 0,0 | 0,0 | 0,1 | 0,2 | 22,0 | 5,0 | 77,0 | 1,0 |  |
| 40 | \*КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 8,5 | 4,4 | 30,9 | 197,7 | 0,3 | 0,7 | 0,0 | 2,6 | 142,8 | 86,1 | 199,2 | 2,6 |  |
| 98 | \*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200 | 4,7 | 3,7 | 23,6 | 146,6 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 159,9 | 22,9 | 120,7 | 0,5 |  |
|  | \*ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2,2 | 2,8 | 21,9 | 122,1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 7,8 | 9,0 | 25,2 | 0,4 |  |
|  |  |  | **20,5** | **15,5** | **76,7** | **529,4** | **0,4** | **1,5** | **0,1** | **2,8** | **332,5** | **123,0** | **422,1** | **4,5** |  |
|  | **Завтрак II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,0 | 0,0 | 11,5 | 46 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **0,0** | **0,0** | **11,5** | **46,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 35 | ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ | 100 | 0,8 | 0,1 | 2,4 | 13,6 | 0,0 | 4,0 | 0,0 | 0,1 | 20,7 | 12,6 | 37,8 | 0,9 |  |
| 12 | \*СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ | 300/24 | 9,1 | 6,2 | 12,3 | 142,8 | 0,1 | 9,8 | 0,2 | 0,5 | 43,5 | 31,4 | 112,4 | 1,8 |  |
| 60 | \*ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 70/5 | 10,7 | 13,2 | 10,0 | 202,4 | 0,1 | 1,0 | 0,0 | 2,4 | 30,7 | 21,4 | 122,7 | 2,0 |  |
| 75 | \*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180/5 | 6,5 | 0,8 | 41,8 | 200,7 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 1,3 | 33,0 | 12,6 | 49,4 | 1,2 |  |
| 588 | \*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ «С» | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 0,0 | 9,9 | 2,1 | 0,0 | 0,0 |  |
|  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 100 | 6,6 | 1,2 | 39,6 | 198,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 29,0 | 47,0 | 150,0 | 3,9 |  |
|  |  |  | **33,7** | **21,5** | **125,5** | **834,9** | **0,5** | **64,8** | **0,2** | **4,3** | **166,8** | **127,1** | **472,3** | **9,8** |  |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 156 | ВАФЛИ | 50 | 1,4 | 1,6 | 37,5 | 171,7 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 7,2 | 4,5 | 16,2 | 0,7 |  |
| 429 | \*ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | 0,2 | 0,0 | 0,4 | 2,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,1 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  |  |  | **1,6** | **1,6** | **37,9** | **174,1** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **20,3** | **10,4** | **23,6** | **1,4** |  |
|  | **Ужин I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | \*СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 80/5 | 1,2 | 6,3 | 6,8 | 88,1 | 0,0 | 3,2 | 0,0 | 2,8 | 27,9 | 15,9 | 31,1 | 1,0 |  |
| 48 | \*РЫБА (ФИЛЕ) ТУШЁНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ | 75/75 | 15,5 | 0,9 | 6,7 | 98,2 | 0,1 | 2,8 | 0,6 | 0,5 | 53,2 | 56,0 | 207,5 | 1,1 |  |
| 77 | \*КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 2,9 | 0,6 | 23,6 | 111,6 | 0,2 | 12,0 | 0,0 | 0,1 | 17,4 | 31,2 | 78,7 | 1,4 |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,6 | 0,6 | 50,2 | 236,8 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 23,0 | 33,0 | 84,0 | 2,0 |  |
|  |  |  | **27,4** | **8,4** | **102,3** | **595,2** | **0,5** | **18,0** | **0,6** | **5,4** | **134,9** | **142,0** | **408,7** | **6,2** |  |
|  | **Ужин II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | \*ОБЕРЕЖЕНКА | 200 | 2,9 | 4,0 | 11,0 | 92,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **5,8** | **8,0** | **22,0** | **184,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** |  |
|  | **Всего за день:** |  | **83,2** | **58,1** | **342,4** | **2133,6** | **1,4** | **134,3** | **0,9** | **12,5** | **654,5** | **402,5** | **1326,7** | **21,9** |  |
|  | **День второй** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Завтрак I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 | \*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 1,0 | 72,9 | 1,4 | 6,61 | 0,0 | 0,0 | 5,93 | 1,0 | 12,1 | 0,0 | 19,1 | 0,2 |  |
| 15 | \*СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 25 | 5,7 | 7,4 | 0,0 | 91,0 | 0,0 | 0,3 | 0,1 | 0,1 | 250,0 | 10,0 | 116,0 | 0,2 |  |
| 46 | \*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 200/30 | 37,1 | 20,3 | 50,2 | 540,3 | 0,1 | 0,4 | 0,1 | 0,5 | 360,8 | 52,7 | 427,6 | 1,4 |  |
| 433 | \*КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,3 | 4,3 | 22,9 | 151,8 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 160,6 | 32,7 | 131,6 | 1,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
|  |  |  | **56,5** | **105,5** | **123,2** | **1019,1** | **0,4** | **1,5** | **5,95** | **3,6** | **803,6** | **125,1** | **769,9** | **4,6** |  |
|  | **Завтрак II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | БАНАН | 200 | 3,0 | 1,0 | 42,0 | 192,0 | 0,1 | 20,0 | 0,1 | 0,0 | 16,0 | 84,0 | 56,0 | 1,2 |  |
|  |  |  | **3,0** | **1,0** | **42,0** | **192,0** | **0,1** | **20,0** | **0,1** | **0,0** | **16,0** | **84,0** | **56,0** | **1,2** |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 24,1 | 0,1 | 25,1 | 0,2 | 0,4 | 14,1 | 20,1 | 26,1 | 1,0 |  |
| 8 | \*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ | 300/24 | 9,6 | 6,4 | 18,7 | 171,8 | 0,1 | 7,5 | 0,2 | 0,6 | 38,9 | 36,4 | 134,0 | 1,9 |  |
| 59 | \*КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 75 | 12,2 | 16,2 | 12,4 | 242,7 | 0,1 | 0,3 | 0,0 | 2,5 | 26,9 | 24,4 | 129,7 | 2,0 |  |
| 78 | \*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 4,0 | 1,4 | 26,7 | 135,8 | 0,2 | 13,0 | 0,0 | 0,2 | 50,6 | 36,8 | 106,8 | 1,4 |  |
| 588 | \*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 0,0 | 9,9 | 2,1 | 0,0 | 0,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ РЖАНОЙ | 100 | 6,6 | 1,2 | 39,6 | 198,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 29,0 | 47,0 | 150,0 | 3,9 |  |
|  |  |  | **33,5** | **25,4** | **120,6** | **849,8** | **0,7** | **85,9** | **0,4** | **3,7** | **169,4** | **166,8** | **546,6** | **10,2** |  |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 453 | \*ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ | 100 | 13,9 | 6,9 | 46,1 | 304,4 | 0,1 | 0,2 | 0,0 | 1,0 | 88,7 | 19,2 | 139,1 | 0,8 |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  |  |  | **14,1** | **6,9** | **61,1** | **364,9** | **0,1** | **0,2** | **0,0** | **1,0** | **102,1** | **25,1** | **146,5** | **1,5** |  |
|  | **Ужин I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 55 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПОРЦИОННАЯ (КОНС.) | 100 | 1,9 | 9,2 | 8,0 | 123,5 | 0,0 | 3,0 | 0,2 | 0,0 | 39,5 | 14,5 | 35,6 | 0,6 |  |
| 393 | \*СОСИСКИ ДЕТСКИЕ ОТВАРНЫЕ | 75 | 8,1 | 17,4 | 0,3 | 189,9 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 23,7 | 13,5 | 107,4 | 1,3 |  |
| 82 | \*КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 200 | 4,7 | 0,2 | 19,9 | 103,2 | 0,1 | 42,6 | 0,1 | 0,1 | 109,0  , | 38,3 | 76,0 | 2,3 |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
|  |  |  | **22,3** | **27,4** | **91,9** | **706,8** | **0,6** | **45,6** | **0,3** | **2,1** | **206,3** | **101,9** | **302,0** | **6,7** |  |
|  | **Ужин II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | \*СНЕЖОК | 200 | 5,0 | 4,3 | 30,3 | 179,1 | 0,1 | 0,4 | 0,1 | 0,0 | 115,1 | 28,3 | 93,4 | 1,5 |  |
|  |  |  | **5,0** | **4,3** | **30,3** | **179,1** | **0,1** | **0,4** | **0,1** | **0,0** | **115,1** | **28,3** | **93,4** | **1,5** |  |
|  | **Всего за день:** |  | **137,1** | **172,2** | **482,5** | **3388,0** | **1,9** | **121,0** | **5,95** | **14,3** | **1323,5** | **602,3** | **2000,6** | **27,2** |  |
|  | **День третий** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Завтрак I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 | \*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 1,0 | 72,9 | 1,4 | 6,6 | 0,0 | 0,0 | 5,93 | 1,0 | 12,1 | 0,0 | 19,1 | 0,2 |  |
| 15 | \*СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 25 | 5,7 | 7,4 | 0,0 | 91,0 | 0,0 | 0,3 | 0,1 | 0,1 | 250,0 | 10,0 | 116,0 | 0,2 |  |
| 31 | \*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 6,5 | 3,6 | 26,6 | 164,9 | 0,1 | 0,7 | 0,0 | 0,6 | 152,5 | 20,4 | 120,6 | 0,3 |  |
| 98 | \*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200 | 4,7 | 3,7 | 23,6 | 146,6 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 159,9 | 22,9 | 120,7 | 0,5 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
|  |  |  | **25,3** | **88,2** | **100,3** | **638,8** | **0,4** | **1,8** | **6,0** | **3,7** | **595,2** | **83,0** | **452,0** | **3,0** |  |
|  | **Завтрак II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,0 | 0,0 | 11,5 | 46,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **0,0** | **0,0** | **11,5** | **46,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | \*МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 80/5 | 1,6 | 7,9 | 4,9 | 96,7 | 0,0 | 2,1 | 0,9 | 4,1 | 26,8 | 20,8 | 39,5 | 0,6 |  |
| 13 | \*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ | 300/24 | 10,5 | 6,8 | 18,3 | 177,3 | 0,0 | 1,1 | 0,2 | 0,7 | 33,7 | 18,3 | 86,2 | 1,1 |  |
| 408 | \*ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | 100 | 15,0 | 4,6 | 5,7 | 145,9 | 0,1 | 11,4 | 5,0 | 1,0 | 20,0 | 15,4 | 217,8 | 4,7 |  |
| 74 | \*КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150 | 7,4 | 1,9 | 33,3 | 179,5 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 4,0 | 20,0 | 109,4 | 162,2 | 3,8 |  |
| 441 | \*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ "С" | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 0,0 | 8,5 | 1,8 | 0,0 | 0,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ РЖАНОЙ | 100 | 6,6 | 1,2 | 39,6 | 198,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 29,0 | 47,0 | 150,0 | 3,9 |  |
|  |  |  | **41,1** | **22,4** | **121,2** | **874,8** | **0,5** | **54,6** | **6,1** | **9,8** | **138,0** | **212,7** | **655,7** | **14,1** |  |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 107 | \*БУЛОЧКА «ВЕСНУШКА» | 100 | 9,2 | 2,4 | 59,0 | 293,9 | 0,1 | 0,2 | 0,0 | 0,2 | 48,2 | 16,5 | 94,4 | 0,9 |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  |  |  | **9,4** | **2,4** | **74,0** | **354,4** | **0,1** | **0,2** | **0,0** | **0,2** | **61,6** | **22,4** | **101,8** | **1,6** |  |
|  | **Ужин I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 35 | ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ | 100 | 0,8 | 0,1 | 2,4 | 13,6 | 0,0 | 4,0 | 0,0 | 0,1 | 20,7 | 12,6 | 37,8 | 0,9 |  |
| 58 | \*ПЛОВ С МЯСОМ ГОВЯДИНЫ | 250 | 19,7 | 20,4 | 51,4 | 467,8 | 0,1 | 1,8 | 0,3 | 4,2 | 30,1 | 54,1 | 229,8 | 2,9 |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
|  |  |  | **28,1** | **21,1** | **117,5** | **771,6** | **0,3** | **5,8** | **0,3** | **6,3** | **84,9** | **102,3** | **350,6** | **6,3** |  |
|  | **Ужин II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | \*ЙОГУРТ | 200 | 4,0 | 3,0 | 6,0 | 96,0 | 0,1 | 1,4 | 0,1 | 0,0 | 240,0 | 28,0 | 190,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **4,0** | **3,0** | **6,0** | **96,0** | **0,1** | **1,4** | **0,1** | **0,0** | **240,0** | **28,0** | **190,0** | **0,0** |  |
|  | **Всего за день:** |  | **107,9** | **137,1** | **567,6** | **2781,6** | **1,4** | **63,8** | **12,5** | **20,0** | **1119,7** | **448,4** | **1750,1** | **25,0** |  |
|  | **День четвертый** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Завтрак I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 433 | \*КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,3 | 4,3 | 22,9 | 151,8 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 160,6 | 32,7 | 131,6 | 1,0 |  |
|  | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 25 | 5,7 | 7,4 | 0,0 | 91,0 | 0,0 | 0,3 | 0,1 | 0,1 | 250,0 | 10,0 | 116,0 | 0,2 |  |
| 43 | \*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | 10,8 | 9,8 | 2,0 | 138,3 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 1,6 | 69,9 | 11,3 | 145,7 | 1,6 |  |
| 14 | \*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 1,0 | 72,9 | 1,4 | 6,6 | 0,0 | 0,0 | 5,93 | 1,0 | 12,1 | 0,0 | 19,1 | 0,2 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
| к/к | \*ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ | 50 | 1,6 | 0,1 | 3,2 | 19,4 | 0,1 | 2,0 | 0,0 | 0,6 | 9,0 | 9,5 | 27,9 | 0,4 |  |
|  |  |  | **31,8** | **95,1** | **78,2** | **636,8** | **0,5** | **3,3** | **6,05** | **5,3** | **512,3** | **93,2** | **515,9** | **5,2** |  |
|  | **Завтрак II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 372 | ЯБЛОКИ | 150 | 0,5 | 0,5 | 11,5 | 55,4 | 0,0 | 4,9 | 0,0 | 0,8 | 17,5 | 8,7 | 12,1 | 2,4 |  |
|  |  |  | **0,5** | **0,5** | **11,5** | **55,4** | **0,0** | **4,9** | **0,0** | **0,8** | **17,5** | **8,7** | **12,1** | **2,4** |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 24,1 | 0,1 | 25,1 | 0,2 | 0,4 | 14,1 | 20,1 | 26,1 | 1,0 |  |
| 9 | \*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И МЯСОМ ПТИЦЫ | 300/24 | 11,9 | 8,3 | 21,4 | 207,4 | 0,1 | 10,8 | 0,2 | 0,5 | 44,4 | 40,7 | 148,7 | 1,9 |  |
| 51 | \* БИТОЧКИ РЫБНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 75/5 | 12,8 | 5,4 | 12,2 | 147,6 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 2,4 | 44,5 | 43,1 | 175,9 | 1,3 |  |
| 73 | \*РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180/5 | 4,4 | 0,6 | 46,1 | 207,4 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 25,8 | 32,7 | 88,0 | 0,6 |  |
| 588 | \*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 0,0 | 9,9 | 2,1 | 0,0 | 0,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ РЖАНОЙ | 100 | 6,6 | 1,2 | 39,6 | 198,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 29,0 | 47,0 | 150,0 | 3,9 |  |
|  |  |  | **36,8** | **15,7** | **142,5** | **861,9** | **0,6** | **76,7** | **0,4** | **3,6** | **167,7** | **185,7** | **588,7** | **8,7** |  |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 57 | \*МАННИК | 100 | 5,9 | 3,0 | 47,6 | 242,3 | 0,0 | 0,3 | 0,0 | 0,9 | 95,3 | 16,0 | 95,0 | 0,9 |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  |  |  | **6,1** | **3,0** | **62,6** | **302,8** | **0,0** | **0,3** | **0,0** | **0,9** | **108,7** | **21,9** | **102,4** | **1,6** |  |
|  | **Ужин I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 55 | \*САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ | 80/8 | 1,0 | 7,9 | 5,2 | 95,2 | 0,0 | 2,6 | 0,0 | 3,5 | 22,9 | 13,7 | 26,4 | 0,8 |  |
| 30 | \*ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ С МЯСОМ | 250 | 23,8 | 16,6 | 36,0 | 393,2 | 0,2 | 18,0 | 0,8 | 1,6 | 81,7 | 74,8 | 296,3 | 4,9 |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
|  |  |  | **31,4** | **28,9** | **120,3** | **853,2** | **0,3** | **4,4** | **0,3** | **9,7** | **87,1** | **103,4** | **339,2** | **6,2** |  |
|  | **Ужин II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | \*ЙОГУРТ | 200 | 4,0 | 3,0 | 6,0 | 96,0 | 0,1 | 1,4 | 0,1 | 0,0 | 240,0 | 28,0 | 190,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **4,0** | **3,0** | **6,0** | **96,0** | **0,1** | **1,4** | **0,1** | **0,0** | **240,0** | **28,0** | **190,0** | **0,0** |  |
|  | **Всего за день:** |  | **107,5** | **146,2** | **421,1** | **2806,1** | **1,5** | **91,0** | **6,05** | **20,3** | **1143,1** | **430,9** | **1748,3** | **24,1** |  |
|  | **День пятый** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Завтрак I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 213 | \*ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 | 0,0 | 0,0 | 0,1 | 0,2 | 22,0 | 5,0 | 77,0 | 1,0 |  |
| 34 | \*КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 7,0 | 4,9 | 24,5 | 170,8 | 0,2 | 0,7 | 0,0 | 0,8 | 160,5 | 45,2 | 175,4 | 1,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
| 14 | \*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 1,0 | 72,9 | 1,4 | 6,6 | 0,0 | 0,0 | 5,93 | 1,0 | 12,1 | 0,0 | 19,1 | 0,2 |  |
| 98 | \*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200 | 4,7 | 3,7 | 23,6 | 146,6 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 159,9 | 22,9 | 120,7 | 0,5 |  |
|  |  |  | **22,2** | **86,7** | **98,5** | **616,7** | **0,5** | **1,5** | **6,0** | **4,0** | **357,2** | **102,8** | **467,8** | **4,5** |  |
|  | **Завтрак II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,0 | 0,0 | 11,5 | 46,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **0,0** | **0,0** | **11,5** | **46,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 35 | ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ | 100 | 0,8 | 0,1 | 2,4 | 13,6 | 0,0 | 4,0 | 0,0 | 0,1 | 20,7 | 12,6 | 37,8 | 0,9 |  |
| 193 | \*СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 300/24 | 9,6 | 6,3 | 17,9 | 166,3 | 0,1 | 7,8 | 0,2 | 0,4 | 51,4 | 40,1 | 125,8 | 2,4 |  |
| 72 | \*КОЛБАСКИ "СТУДЕНЧЕСКИЕ" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 80/5 | 13,1 | 19,2 | 12,2 | 272,7 | 0,0 | 2,0 | 0,0 | 4,5 | 19,8 | 23,9 | 127,9 | 1,9 |  |
| 82 | \*КАПУСТА ТУШЁНАЯ | 200 | 4,7 | 0,2 | 19,9 | 103,2 | 0,1 | 42,6 | 0,1 | 0,1 | 109,0 | 38,3 | 76,0 | 2,3 |  |
| 588 | \*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 0,0 | 9,9 | 2,1 | 0,0 | 0,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ РЖАНОЙ | 100 | 6,6 | 1,2 | 39,6 | 198,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 29,0 | 47,0 | 150,0 | 3,9 |  |
|  |  |  | **34,8** | **27,0** | **111,4** | **831,2** | **0,4** | **96,4** | **0,3** | **5,1** | **239,8** | **164,0** | **517,5** | **11,4** |  |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ЗЕФИР | 50 | 0,4 | 0,1 | 38,7 | 158,1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 11,3 | 2,7 | 5,4 | 0,6 |  |
| 429 | \*ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | 0,2 | 0,0 | 0,4 | 2,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,1 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  |  |  | **0,6** | **0,1** | **39,1** | **160,5** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **24,4** | **8,6** | **12,8** | **1,3** |  |
|  | **Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 75 | ИКРА МОРКОВНАЯ | 80 | 1,4 | 5,5 | 7,8 | 86,9 | 0 | 2,7 | 1,5 | 2,9 | 40,6 | 29,0 | 47,3 | 0,9 |  |
| 373 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ | 320 | 21,4 | 15,8 | 21,4 | 323,0 | 0,2 | 7,2 | 0,1 | 4,7 | 74,1 | 66,7 | 287,7 | 1,8 |  |
| 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0 | 0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
|  |  |  | **30,4** | **21,9** | **92,9** | **700,1** | **0,4** | **9,9** | **1,6** | **9,6** | **148,8** | **131,3** | **418,0** | **5,2** |  |
|  | **Всего за день:** |  | **88,0** | **135,7** | **353,4** | **2354,5** | **1,3** | **107,8** | **7,9** | **18,7** | **770,2** | **406,7** | **1416,1** | **22,4** |  |
|  | **Всего за 5 дней:** |  | **500,4** | **523,6** | **1898,6** | **12689,1** | **7,2** | **521,4** | **24,98** | **73,6** | **4956,8** | **2190,2** | **7890,3** | **117,4** |  |
|  | **День шестой** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Завтрак I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | \*ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 2,2 | 2,8 | 21,9 | 122,1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 7,8 | 9,0 | 25,2 | 0,4 |  |
| 433 | \*КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,3 | 4,3 | 22,9 | 151,8 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 160,6 | 32,7 | 131,6 | 1,0 |  |
| 213 | \*ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 | 0,0 | 0,0 | 0,1 | 0,2 | 22,0 | 5,0 | 77,0 | 1,0 |  |
| 32 | \*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 7,3 | 4,2 | 31,0 | 191,1 | 0,2 | 0,7 | 0,0 | 0,8 | 150,0 | 39,3 | 164,1 | 1,0 |  |
|  |  |  | **19,9** | **15,9** | **76,1** | **528,0** | **0,3** | **1,5** | **0,1** | **1,0** | **340,4** | **86,0** | **397,9** | **3,4** |  |
|  | **Завтрак II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,0 | 0,0 | 11,5 | 46,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **0,0** | **0,0** | **11,5** | **46,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | КУКУРУЗА (КОНСЕРВИРОВАННАЯ) ПОРЦИОННАЯ ОТВАРНАЯ | 50 | 1,6 | 0,1 | 3,2 | 19,4 | 0,1 | 2,0 | 0,0 | 0,6 | 9,0 | 9,5 | 27,9 | 0,4 |  |
| 15 | \*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 300 | 8,5 | 0,8 | 17,5 | 111,4 | 0,1 | 9,0 | 0,2 | 0,3 | 44,5 | 46,1 | 143,4 | 1,3 |  |
| 287 | \*ГОЛУБЦЫ "ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ" С СОУСОМ | 200/100 | 19,5 | 23,0 | 21,8 | 373,2 | 0,1 | 25,8 | 0,4 | 3,5 | 91,9 | 55,1 | 220,0 | 3,9 |  |
| 588 | \*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 0,0 | 9,9 | 2,1 | 0,0 | 0,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ РЖАНОЙ | 100 | 6,6 | 1,2 | 39,6 | 198,0 | 0,2 | 00,0 | 0,0 | 0,0 | 29,0 | 47,0 | 150,0 | 3,9 |  |
|  |  |  | **36,2** | **25,1** | **101,5** | **779,4** | **0,5** | **76,8** | **0,6** | **4,4** | **184,3** | **159,8** | **541,3** | **9,5** |  |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ВАФЛИ | 52 | 1,5 | 1,7 | 40,2 | 184,1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 8,3 | 5,2 | 18,7 | 0,8 |  |
| 429 | \*ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | 0,2 | 0,0 | 0,4 | 2,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,1 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  |  |  | **1,7** | **1,7** | **40,6** | **186,5** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **21,4** | **11,1** | **26,1** | **1,5** |  |
|  | **Ужин I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 35 | ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ | 100 | 0,8 | 0,1 | 2,4 | 13,6 | 0,0 | 4,0 | 0,0 | 0,1 | 20,7 | 12,6 | 37,8 | 0,9 |  |
| 49 | \*РЫБА (ФИЛЕ) ЗАПЕЧЁННАЯ | 75 | 14,3 | 5,3 | 3,0 | 116,4 | 0,1 | 0,6 | 0,0 | 2,1 | 33,7 | 40,2 | 175,8 | 0,6 |  |
| 78 | \*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 4,0 | 1,4 | 26,7 | 135,8 | 0,2 | 13,0 | 0,0 | 0,2 | 50,6 | 36,8 | 106,8 | 1,4 |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
|  |  |  | **26,7** | **7,4** | **95,8** | **556,0** | **0,5** | **17,6** | **0,0** | **4,4** | **139,1** | **125,2** | **403,4** | **5,4** |  |
|  | **Ужин II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | \*ОБЕРЕЖЕНКА | 200 | 2,9 | 4,0 | 11,0 | 92,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **5,8** | **8,0** | **22,0** | **184,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** |  |
|  | **Всего за день:** |  | **84,5** | **50,1** | **314,0** | **2049,9** | **1,3** | **95,9** | **0,7** | **9,8** | **685,2** | **382,1** | **1368,7** | **19,8** |  |
|  | **День седьмой** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Завтрак I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 98 | \*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200 | 4,7 | 3,7 | 23,6 | 146,6 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 159,9 | 22,9 | 120,7 | 0,5 |  |
| 14 | \*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 1,0 | 72,9 | 1,4 | 6,6 | 0,0 | 0,0 | 5,93 | 1,0 | 12,1 | 0,0 | 19,1 | 0,2 |  |
| 15 | \*СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 25 | 5,7 | 7,4 | 0,0 | 91,0 | 0,0 | 0,3 | 0,1 | 0,1 | 250,0 | 10,0 | 116,0 | 0,2 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
| 46 | \*ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ИЗЮМОМ | 200/30 | 29,8 | 19,2 | 50,0 | 498,0 | 0,2 | 0,4 | 0,1 | 0,6 | 318,1 | 52,6 | 391,3 | 1,9 |  |
|  |  |  | **48,6** | **103,8** | **128,7** | **971,9** | **0,5** | **1,5** | **6,13** | **3,7** | **760,1** | **115,2** | **722,7** | **4,6** |  |
|  | **Завтрак II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ЯБЛОКИ | 200 | 0,8 | 0,8 | 19,0 | 91,2 | 0,1 | 8,0 | 0,0 | 1,3 | 28,8 | 14,4 | 19,8 | 4,0 |  |
|  |  |  | **0,8** | **0,8** | **19,0** | **91,2** | **0,1** | **8,0** | **0,0** | **1,3** | **28,8** | **14,4** | **19,8** | **4,0** |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ | 100 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  |
| 6 | \*БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И ГОВЯДИНОЙ | 300/24 | 9,2 | 6,1 | 14,9 | 151,8 | 0,0 | 9,4 | 0,3 | 0,4 | 57,3 | 34,9 | 111,9 | 2,1 |  |
| 393 | \*СОСИСКИ ДЕТСКИЕ ОТВАРНЫЕ | 75 | 8,1 | 17,4 | 0,3 | 189,9 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 23,7 | 13,5 | 107,4 | 1,3 |  |
| 76 | \*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ | 250/5 | 9,0 | 1,0 | 53,0 | 257,2 | 0,1 | 3,8 | 0,6 | 2,0 | 61,1 | 34,8 | 104,0 | 2,2 |  |
| 588 | \*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 0,0 | 9,9 | 2,1 | 0,0 | 0,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ РЖАНОЙ | 100 | 6,6 | 1,2 | 39,6 | 198,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 29,0 | 47,0 | 150,0 | 3,9 |  |
|  |  |  | **32,9** | **25,7** | **127,2** | **874,3** | **0,4** | **53,2** | **0,9** | **2,4** | **181,0** | **132,3** | **473,3** | **9,5** |  |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
| 453 | \*ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ПОВИДЛОМ | 100 | 7,5 | 3,7 | 64,2 | 321,1 | 0,1 | 0,2 | 0,0 | 1,0 | 40,9 | 14,3 | 76,4 | 1,0 |  |
|  |  |  | **7,7** | **3,7** | **79,2** | **381,6** | **0,1** | **0,2** | **0,0** | **1,0** | **54,3** | **20,2** | **83,8** | **1,7** |  |
|  | **Ужин I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
| 402 | \*АЗУ С ГОВЯДИНОЙ | 300 | 20,6 | 24,4 | 29,9 | 422,4 | 0,3 | 14,5 | 0,0 | 4,9 | 41,9 | 58,3 | 241,7 | 3,9 |  |
| 75 | \*ИКРА ОВОЩНАЯ | 100 | 1,5 | 7,3 | 9,2 | 109,5 | 0,0 | 3,8 | 0,7 | 3,6 | 34,8 | 24,4 | 44,8 | 1,2 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
|  |  |  | **29,7** | **32,3** | **102,8** | **822,1** | **0,5** | **18,3** | **0,7** | **10,5** | **110,8** | **118,3** | **369,5** | **7,6** |  |
|  | **Ужин II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | \*СНЕЖОК | 200 | 5,0 | 4,3 | 30,3 | 179,1 | 0,1 | 0,4 | 0,1 | 0,0 | 115,1 | 28,3 | 93,4 | 1,5 |  |
|  |  |  | **5,0** | **4,3** | **30,3** | **179,1** | **0,1** | **0,4** | **0,1** | **0,0** | **115,1** | **28,3** | **93,4** | **1,5** |  |
|  | **Всего за день:** |  | **124,7** | **170,6** | **487,2** | **3320,2** | **1,7** | **81,6** | **7,83** | **18,9** | **1250,1** | **428,7** | **1762,5** | **28,9** |  |
|  | **День восьмой** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Завтрак I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 | \*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 1,0 | 72,9 | 1,4 | 6,6 | 0,0 | 0,0 | 5,93 | 1,0 | 12,1 | 0,0 | 19,1 | 0,2 |  |
| 15 | \*СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 25 | 5,7 | 7,4 | 0,0 | 91,0 | 0,0 | 0,3 | 0,1 | 0,1 | 250,0 | 10,0 | 116,0 | 0,2 |  |
| 35 | \*КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 6,2 | 2,7 | 28,6 | 164,4 | 0,1 | 0,5 | 0,0 | 0,0 | 117,0 | 28,8 | 145,1 | 1,4 |  |
| 433 | \*КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,3 | 4,3 | 22,9 | 151,8 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 160,6 | 32,7 | 131,6 | 1,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
|  |  |  | **25,6** | **87,9** | **101,6** | **643,5** | **0,4** | **1,6** | **6,0** | **3,1** | **560,4** | **101,2** | **487,4** | **4,6** |  |
|  | **Завтрак II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,0 | 0,0 | 11,5 | 46,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **0,0** | **0,0** | **11,5** | **46,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 35 | ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ | 100 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  |
| 13 | \*СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ ПТИЦЫ | 300/24 | 10,5 | 6,8 | 18,3 | 177,3 | 0,0 | 1,1 | 0,2 | 0,7 | 33,7 | 18,3 | 86,2 | 1,1 |  |
| 62 | \*ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 100 | 19,4 | 14,7 | 7,9 | 261,9 | 0,2 | 12,8 | 6,2 | 5,8 | 25,2 | 21,6 | 274,8 | 5,7 |  |
| 82 | \*КАПУСТА ТУШЁНАЯ | 200 | 4,7 | 0,2 | 19,9 | 103,2 | 0,1 | 42,6 | 0,1 | 0,1 | 109,0 | 38,3 | 76,0 | 2,3 |  |
| 441 | \*НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА С ВИТАМИНОМ "С" | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 0,0 | 8,5 | 1,8 | 0,0 | 0,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ РЖАНОЙ | 100 | 6,6 | 1,2 | 39,6 | 198,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 29,0 | 47,0 | 150,0 | 3,9 |  |
|  |  |  | **41,2** | **22,9** | **105,1** | **817,8** | **0,5** | **96,5** | **6,5** | **6,6** | **205,4** | **127,0** | **587,0** | **13,0** |  |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
| 112 | \*ПИРОЖКИ ПЕЧЁНЫЕ СДОБНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С КАРТОФЕЛЕМ, ЛУКОМ | 100 | 6,7 | 2,0 | 38,2 | 197,1 | 0,1 | 3,6 | 0,0 | 0,2 | 30,7 | 18,0 | 81,5 | 1,1 |  |
|  |  |  | **6,9** | **2,0** | **53,2** | **257,6** | **0,1** | **3,6** | **0,0** | **0,2** | **44,1** | **23,9** | **88,9** | **1,8** |  |
|  | **Ужин I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 24,1 | 0,1 | 25,1 | 0,2 | 0,4 | 14,1 | 20,1 | 26,1 | 1,0 |  |
| 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 50/75 | 17,1 | 19,0 | 4,9 | 258,6 | 0,1 | 1,5 | 0,0 | 2,7 | 15,6 | 20,8 | 150,6 | 2,2 |  |
| 463, таб. 4 | ГРЕЧА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 7,4 | 1,9 | 33,3 | 179,6 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 4,0 | 27,0 | 110,6 | 162,9 | 3,9 |  |
| 376 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 12,1 | 5,6 | 7,4 | 0,7 |  |
|  | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,6 | 0,6 | 50,2 | 236,8 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 23,0 | 33,0 | 84,0 | 2,0 |  |
|  |  |  | **33,4** | **21,7** | **107,2** | **759,6** | **0,6** | **26,6** | **0,2** | **9,1** | **91,8** | **190,1** | **431,0** | **9,8** |  |
|  | **Ужин II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | \*ЙОГУРТ | 200 | 4,0 | 3,0 | 6,0 | 96,0 | 0,1 | 1,4 | 0,1 | 0,0 | 240,0 | 28,0 | 190,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **4,0** | **3,0** | **6,0** | **96,0** | **0,1** | **1,4** | **0,1** | **0,0** | **240,0** | **28,0** | **190,0** | **0,0** |  |
| **Всего за день:** | **Всего за день:** |  | **111,1** | **137,5** | **384,6** | **2620,5** | **1,8** | **126,1** | **12,8** | **19,0** | **1141,7** | **470,2** | **1784,3** | **28,4** |  |
|  | **День девятый** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Завтрак I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 | \*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 1,0 | 72,9 | 1,4 | 6,6 | 0,0 | 0,0 | 5,93 | 1,0 | 12,1 | 0,0 | 19,1 | 0,2 |  |
| 15 | \*СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 25 | 5,7 | 7,4 | 0,0 | 91,0 | 0,0 | 0,3 | 0,1 | 0,1 | 250,0 | 10,0 | 116,0 | 0,2 |  |
| к/к | ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ | 50 | 1,6 | 0,1 | 3,2 | 19,4 | 0,1 | 2,0 | 0,0 | 0,6 | 9,0 | 9,5 | 27,9 | 0,4 |  |
| 43 | \*ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 110 | 10,8 | 9,8 | 2,0 | 138,3 | 0,1 | 0,2 | 0,2 | 1,6 | 69,9 | 11,3 | 145,7 | 1,6 |  |
| 98 | \*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200 | 4,7 | 3,7 | 23,6 | 146,6 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 159,9 | 22,9 | 120,7 | 0,5 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
|  |  |  | **31,2** | **94,5** | **78,9** | **631,6** | **0,5** | **3,3** | **6,032** | **5,3** | **521,6** | **83,4** | **505,0** | **4,7** |  |
|  | **Завтрак II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 372 | ЯБЛОКИ | 150 | 0,5 | 0,5 | 11,5 | 55,4 | 0,0 | 4,9 | 0,0 | 0,8 | 17,5 | 8,7 | 12,1 | 2,4 |  |
|  |  |  | **0,5** | **0,5** | **11,5** | **55,4** | **0,0** | **4,9** | **0,0** | **0,8** | **17,5** | **8,7** | **12,1** | **2,4** |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | \*СВЕКЛА ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 80/5 | 1,2 | 6,3 | 6,8 | 88,1 | 0,0 | 3,2 | 0,0 | 2,8 | 27,9 | 15,9 | 31,1 | 1,0 |  |
| 7 | \*ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ | 300/28 | 9,3 | 6,2 | 10,6 | 135,9 | 0,0 | 14,8 | 0,3 | 0,3 | 58,8 | 33,0 | 109,4 | 2,0 |  |
| 445 | КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ | 115 | 17,1 | 14,6 | 6,2 | 225,9 | 0,1 | 2,9 | 0,4 | 0,5 | 37,9 | 26,4 | 143,1 | 1,5 |  |
| 73 | \*РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180/5 | 4,4 | 0,6 | 46,1 | 207,4 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 0,3 | 25,8 | 32,7 | 88,0 | 0,6 |  |
| 588 | \*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 0,0 | 9,9 | 2,1 | 0,0 | 0,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ РЖАНОЙ | 100 | 6,6 | 1,2 | 39,6 | 198,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 29,0 | 47,0 | 150,0 | 3,9 |  |
|  |  |  | **38,6** | **28,9** | **128,7** | **932,7** | **0,4** | **60,9** | **0,7** | **3,9** | **189,3** | **157,1** | **521,6** | **9,0** |  |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 46 | \*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 230/30 | 42,7 | 22,2 | 53,2 | 589,8 | 0,1 | 0,5 | 0,1 | 0,7 | 393,1 | 58,2 | 481,0 | 1,7 |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  |  |  | **42,9** | **22,2** | **68,2** | **650,3** | **0,1** | **0,5** | **0,1** | **0,7** | **406,5** | **64,1** | **488,4** | **2,4** |  |
|  | **Ужин I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 43 | ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ПОРЦИОННЫЕ | 100 | 0,8 | 0,1 | 2,4 | 13,6 | 0,0 | 4,0 | 0,0 | 0,1 | 20,7 | 12,6 | 37,8 | 0,9 |  |
| 22 | \*КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 4,4 | 0,7 | 31,1 | 149,5 | 0,2 | 16,5 | 0,4 | 0,5 | 41,3 | 49,6 | 118,1 | 2,3 |  |
| 47 | \*РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (ПРИПУЩЕННАЯ) | 75 | 14,3 | 0,8 | 0,3 | 65,9 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,2 | 35,3 | 41,6 | 179,5 | 0,6 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  |  |  | **27,1** | **2,2** | **97,5** | **519,2** | **0,5** | **21,3** | **0,4** | **2,8** | **131,4** | **139,4** | **418,4** | **6,3** |  |
|  | **Ужин II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ЙОГУРТ | 200 | 3,9 | 2,9 | 5,8 | 93,1 | 0,1 | 0,6 | 0,1 | 0,0 | 204,0 | 22,4 | 152,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **3,9** | **2,9** | **5,8** | **93,1** | **0,1** | **0,6** | **0,1** | **0,0** | **204,0** | **22,4** | **152,0** | **0,0** |  |
|  | **Всего за день:** |  | **144,2** | **151,2** | **390,6** | **2882,3** | **1,6** | **101,5** | **7,3** | **13,5** | **1470,3** | **475,1** | **2097,5** | **24,8** |  |
|  | **День десятый** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Завтрак I** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 433 | \*КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 5,3 | 4,3 | 22,9 | 151,8 | 0,1 | 0,8 | 0,0 | 0,0 | 160,6 | 32,7 | 131,6 | 1,0 |  |
| 213 | \*ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ | 40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63,0 | 0,0 | 0,0 | 0,1 | 0,2 | 22,0 | 5,0 | 77,0 | 1,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
| 14 | \*МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | 1,0 | 72,9 | 1,4 | 6,6 | 0,0 | 0,0 | 5,93 | 1,0 | 12,1 | 0,0 | 19,1 | 0,2 |  |
| 33 | \*КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 6,0 | 3,7 | 31,2 | 182,9 | 0,1 | 0,7 | 0,0 | 0,1 | 150,0 | 29,8 | 142,3 | 0,4 |  |
|  |  |  | **24,8** | **86,1** | **104,5** | **634,0** | **0,4** | **1,5** | **6,0** | **3,3** | **365,4** | **97,2** | **445,6** | **4,4** |  |
|  | **Завтрак II** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 0,0 | 0,0 | 11,5 | 46,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 |  |
|  |  |  | **0,0** | **0,0** | **11,5** | **46,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** |  |
|  | **Обед** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦ.) | 100 | 1,1 | 0,2 | 3,8 | 24,1 | 0,1 | 25,1 | 0,2 | 0,4 | 14,1 | 20,1 | 26,1 | 1,0 |  |
| 10 | \*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ И ГОВЯДИНОЙ | 300/24 | 13,8 | 6,6 | 22,0 | 202,9 | 0,3 | 5,2 | 0,2 | 2,6 | 54,8 | 45,6 | 151,1 | 3,1 |  |
| 75 | \*МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180/5 | 6,5 | 0,8 | 41,8 | 200,7 | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 1,3 | 33,0 | 12,6 | 49,4 | 1,2 |  |
| 59 | \*КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 75 | 12,5 | 17,4 | 12,4 | 254,4 | 0,1 | 0,3 | 0,0 | 2,6 | 27,0 | 25,1 | 133,6 | 2,0 |  |
| 588 | \*КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" | 200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 0,0 | 9,9 | 2,1 | 0,0 | 0,0 |  |
|  | \*ХЛЕБ РЖАНОЙ | 100 | 6,6 | 1,2 | 39,6 | 198,0 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 29,0 | 47,0 | 150,0 | 3,9 |  |
|  |  |  | **40,5** | **26,2** | **139,0** | **957,5** | **0,8** | **70,6** | **0,4** | **6,9** | **167,8** | **152,5** | **510,2** | **11,2** |  |
|  | **Полдник** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | ЗЕФИР | 50 | 0,4 | 0,1 | 38,7 | 158,1 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 11,3 | 2,7 | 5,4 | 0,6 |  |
| 429 | \*ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | 0,2 | 0,0 | 0,4 | 2,4 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,1 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  |  |  | **0,6** | **0,1** | **39,1** | **160,5** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **0,0** | **24,4** | **8,6** | **12,8** | **1,3** |  |
|  | **Ужин** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 62 | \*САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 80 | 1,7 | 4,1 | 8,8 | 80,8 | 0,0 | 41,1 | 0,0 | 17,6 | 47,2 | 2,4 | 5,6 | 0,6 |  |
| 78 | \*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 4,0 | 1,4 | 26,6 | 135,7 | 0,2 | 13,0 | 0,0 | 0,2 | 50,6 | 36,8 | 106,8 | 1,4 |  |
| 332 | \*ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ | 80 | 11,3 | 9,4 | 15,8 | 197,6 | 0,1 | 1,6 | 16,0 | 16,0 | 66,4 | 4,8 | 5,6 | 0,8 |  |
| 430 | \*ЧАЙ С САХАРОМ | 200/15 | 0,2 | 0,0 | 15,0 | 60,5 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 13,4 | 5,9 | 7,4 | 0,7 |  |
|  | \*ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 100 | 7,4 | 0,6 | 48,7 | 229,7 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 20,7 | 29,7 | 75,6 | 1,8 |  |
|  |  |  | **24,6** | **15,5** | **114,9** | **704,3** | **0,5** | **55,7** | **16,0** | **35,8** | **198,3** | **79,6** | **201,0** | **5,3** |  |
|  | **Всего за день:** |  | **90,5** | **127,9** | **409,0** | **2502,3** | **1,7** | **127,8** | **22,4** | **46,0** | **755,9** | **337,9** | **1169,6** | **22,2** |  |
|  | **Всего за 5 дней:** |  | **555,0** | **621,8** | **1962,4** | **13375,2** | **8,0** | **526,4** | **51,1** | **107,2** | **5303,2** | **2094,0** | **8182,6** | **124,9** |  |
|  | **Итого за весь период:** |  | **1055,4** | **1145,4** | **3861,0** | **26064,3** | **15,1** | **1047,8** | **75,9** | **180,8** | **11260,0** | **4284,2** | **16073,** | **243,3** |  |
|  | **Среднее значение за период:** |  | **106,0** | **115,6** | **386,1** | **2606,4** | **1,5** | **104,7** | **7,6** | **18,1** | **1126,0** | **428,4** | **1607,3** | **24,3** |  |

.