|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День1*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша молочная пшеничная с маслом | 150 | 4,71 | 6,033 | 21,83 | 128,84 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2,52 | 4,52 | 14,48 | 105,5 | 1 |
| Кофейный напиток с молоком | 165 | 3,01 | 3,85 | 10,48 | 81,52 | 414 |
| ***Итого за завтрак*** | **350** | **10,24** | **14,40** | **46,79** | **315,86** |  |
| ***второй завтрак*** | Сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из репчатого лука | 40 | 1,1 | 2,03 | 6,98 | 54.35 | 11 |
| Щи из свежей капусты со сметаной на курином бульоне | 180/9 | 5,82 | 7,78 | 18,957 | 147,32 | 2-а |
| Котлета мясная с томатно – овощной подливой | 60/20 | 11.14 | 8.904 | 5.41 | 134,8 | 304 |
| Макароны отварные с маслом сливочным | 100 | 4,02 | 3,52 | 28,95 | 156,46 | 219 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,2 | 72,4 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,13 | 12,46 | 61,66 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **619** | **26,52** | **22,84** | **102,38** | **693,35** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Гречка с подливным молоком | 150 | 6,54 | 7,43 | 34,54 | 198,51 | 331 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 0,82 | 0,066 | 6,23 | 30,83 | 15-а |
| Кондитерское изделие (завод) печенье | 30 | 2,22 | 3,0 | 22,86 | 127,8 |  |
| Чай с сахаром | 150 | 0,105 | 0,035 | 13,837 | 52,2 | 411 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **340** | **9,68** | **10,53** | **77,46** | **409,34** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1409** | **46,94** | **47,77** | **235,73** | **1456,55** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День2*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша манная молочная | 150 | 4,95 | 6,99 | 25,94 | 188,14 | 48-а |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5/10 | 5,61 | 9,15 | 12,43 | 131,03 | 3 |
| Молоко кипяченое | 155 | 4,65 | 3,87 | 6,97 | 81,37 | 419 |
| ***Итого за завтрак*** | **350** | **15,21** | **20,01** | **45,34** | **400,54** |  |
| ***второй завтрак*** | Сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из свеклы | 40 | 0,933 | 1,998 | 2,53 | 48,78 | 34 |
| Рассольник на м/к б-не со сметаной | 180/9 | 4,558 | 7,724 | 10,216 | 152,79 | 82 |
| Мясо тушеное с овощами в томатном соусе | 180 | 3,73 | 8,54 | 11,2 | 118,0 | 290 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,6 | 36,2 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,7 | 0,2 | 18,7 | 92,5 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **609** | **13,40** | **18,70** | **65,67** | **514,63** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | рыба порционная с томатной подливой | 60/20 | 12,86 | 7,349 | 4,048 | 136,03 | 309 |
| Отварной рис | 60 | 1,458 | 2,148 | 14,67 | 83,88 | 332 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,6 | 36,2 | 15-а |
| Крендель сахарный | 50 | 4,707 | 5,904 | 108,57 | 225,98 | 443 |
| Чай с лимоном | 150 | 0,07 | 0,01 | 7,10 | 29,0 | 412 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **360** | **20,415** | **15,65** | **140,98** | **511,09** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1419** | **49,52** | **54,36** | **261,09** | **1464,26** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 3*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша пшенная молочная | 150 | 6,28 | 8,49 | 25,48 | 195,32 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 30/5/10 | 5,61 | 9,15 | 12,43 | 131,03 | 3 |
| Какао с молоком | 155 | 3,04 | 3,68 | 15,13 | 124,74 | 416 |
| ***Итого за завтрак*** | **350** | **14,93** | **21,32** | **53,04** | **451,09** |  |
| ***второй завтрак*** | яблоко | **100** | **0,32** | **-** | **11.18** | **46,038** | 386 |
| ***Обед*** | Салат из репчатого лука | 40 | 1,1 | 2,03 | 6,98 | 54.35 | 11 |
| Суп-лапша по домашнему на курином бульоне | 180 | 6,980 | 4,684 | 26,579 | 160,092 | 94,118 |
| Запеканка картофельная с мясом | 180 | 10,422 | 6,516 | 21,204 | 184,95 | 164 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,6 | 36,2 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,7 | 0,2 | 18,7 | 92,5 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **600** | **21,302** | **13,71** | **84,573** | **538,15** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Яйцо вареное | 40 | 4,433 | 3,88 | 0,25 | 52,33 | 227 |
| Икра свекольная | 60 | 0,96 | - | 3,084 | 38,61 | 153 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,6 | 36,2 | 15-а |
| Рулет с повидлом | 50 | 3,73 | 8,54 | 19,98 | 171,8 | 444 |
| Чай с лимоном | 150 | 0,07 | 0,01 | 7,10 | 29,0 | 412 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **320** | **10,51** | **12,67** | **37,014** | **327,94** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1370** | **47,07** | **47,7** | **185,80** | **1363,21** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 4*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая, молочная из «Геркулеса» | 150 | 5,793 | 7,425 | 30,85 | 204,59 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2,52 | 4,52 | 14,48 | 105,5 | 1 |
| Молоко кипяченое | 165 | 4,9 | 4,12 | 7,42 | 86,62 | 419 |
| ***Итого за завтрак*** | **350** | **13,21** | **16,06** | **52,75** | **396,71** |  |
| ***второй завтрак*** | яблоко | **100** | **0,32** | **-** | **11.18** | **46,038** | 386 |
| ***Обед*** | Салат из огурцов с луком | 40 | 0,34 | 2,04 | 1,04 | 23,92 | 20 |
| Борщ на м/к б-не со сметаной | 180/9 | 2,28 | 6,61 | 14,26 | 139,39 | 63 |
| Биточки рубленные из кур подлива томатная | 60/20 | 8,34 | 12,92 | 9,03 | 186,04 | 323 |
| Гречка отварная | 100 | 3,2 | 4,14 | 16,45 | 117,95 | 331 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,2 | 72,4 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,13 | 12,46 | 61,66 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **619** | **18,6** | **26,32** | **82,87** | **667,72** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Лапшевник из творога с молочным соусом | 120/30 | 11,17 | 14,34 | 32,51 | 254,27 | 226 |
| Кондитерские изделия(завод) пряник | 40 | 2,28 | 2,64 | 28,68 | 146,4 |  |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,13 | 12,46 | 61,66 | 15-а |
| Чай с молоком | 150 | 2,75 | 3,24 | 9,45 | 84,0 | 413 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **360** | **17,84** | **20,35** | **83,1** | **546,33** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1429** | **49,97** | **62,73** | **229,9** | **1656,79** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 5*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая рисовая | 150 | 6,315 | 9,025 | 52,505 | 311,35 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2,52 | 4,52 | 14,48 | 105,5 | 1 |
| Чай с молоком | 165 | 3,02 | 3,56 | 10,39 | 92,4 | 416 |
| ***Итого за завтрак*** | **350** | **11,85** | **17,10** | **77,37** | **509,25** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из свеж. капусты | 40 | 0,93 | 4,057 | 3,908 | 64,54 | 21 |
| Суп картофельный на курином бульоне | 180 | 4,019 | 3,926 | 21,013 | 146,36 | 83 |
| Гуляш из отварного мяса | 60/20 | 14,29 | 18,02 | 6,283 | 266,28 | 293 |
| Отварная пшеничная крупа | 100 | 3,34 | 3.99 | 20,32 | 133,55 | 330 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,2 | 72,4 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,13 | 12,46 | 61,66 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **610** | **27,019** | **30,60** | **93,61** | **811,15** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Сырники с морковью с молочной соусом | 120/30 | 19,86 | 14,51 | 18,80 | 284,80 | 226 |
| Московская булка (завод) | 50 | 4.0 | 4.5 | 29,0 | 170,0 |  |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,13 | 12,46 | 61,66 | 15-а |
| Чай с молоком | 150 | 2,75 | 3,24 | 9,45 | 84,0 | 413 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **370** | **28,25** | **22,38** | **69,71** | **600,46** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1430** | **67,61** | **70,08** | **249,79** | **1958,86** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 6*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша вязкая манная молочная | 150 | 4,95 | 6,99 | 25,94 | 188,14 | 190 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2,52 | 4,52 | 14,48 | 105,5 | 1 |
| Кофейный напиток с молоком | 165 | 3,02 | 3,85 | 10,54 | 90,11 | 414 |
| ***Итого за завтрак*** | **350** | **10,49** | **15,36** | **50,96** | **383,75** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из репчатого лука | 40 | 1,1 | 2,03 | 6,98 | 54.35 | 11 |
| Борщ из свеж .капусты со сметаной на кур. бульоне | 180/9 | 2,28 | 6,61 | 14,26 | 139,39 | 3-а |
| Макаронник с мясом с томатной подливой | 180 | 20,69 | 14,02 | 37,95 | 353,0 | 309 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,6 | 36,2 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,7 | 0,2 | 18,7 | 92,5 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **609** | **28,25** | **23,1** | **100,92** | **741,8** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Вареники ленивые с молочным соусом | 120/30 | 18,184 | 12,22 | 39,583 | 348,32 | 243 |
| Кондитерские изделия(завод) конфета | 15 | 0,405 | 0,645 | 1,02 | 54,6 | 41 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,13 | 12,46 | 61,66 | 15-а |
| Чай с молоком | 150 | 2,75 | 3,24 | 9,45 | 84,0 | 413 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **335** | **22,97** | **16,23** | **62,51** | **548,58** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1394** | **62,21** | **54,69** | **223,49** | **1712,13** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 7*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша гречневая молочная | 150 | 6,54 | 7,43 | 34,542 | 198,51 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 30/5/10 | 5,61 | 9,15 | 12,43 | 131,03 | 3 |
| Молоко кипяченое | 155 | 4,5 | 3,75 | 6,75 | 78.75 | 419 |
| ***Итого за завтрак*** | **350** | **16,65** | **20,33** | **53,72** | **408,29** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из огурцов с луком | 40 | 0,34 | 2,04 | 1,04 | 23,92 | 20 |
| Суп картофельный с клецками на м/к бульоне | 180 | 7,89 | 4,68 | 26,84 | 157,83 | 91 |
| Гуляш из отварного мяса с томатной подливой | 60/20 | 14,29 | 18,02 | 6,283 | 266,28 | 293 |
| Картофель отварной | 100 | 2,151 | 2,01 | 25,54 | 123,68 | 336 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,6 | 36,2 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,7 | 0,2 | 18,7 | 92,5 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **600** | **28,85** | **27,19** | **101,43** | **766,77** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Тефтели рыбные с томатным соусом | 60/20 | 17,48 | 4,54 | 4,31 | 118,14 | 277 |
| Рис припущенный | 60 | 1,45 | 2,15 | 14,67 | 83,88 | 333 |
| Московская булка (завод) | 50 | 4.0 | 4.5 | 29,0 | 170,0 |  |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,6 | 36,2 | 15-а |
| Чай с сахаром | 150 | 0,012 | 0,03 | 10,004 | 39,0 | 411 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **360** | **24,26** | **11,46** | **64,58** | **447,22** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1410** | **70,26** | **58,98** | **228,83** | **1660,25** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 8*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша «Дружба» молочная | 150 | 3,892 | 10,19 | 26,15 | 205,29 | 190 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 30/5/10 | 5,61 | 9,15 | 12,43 | 131,03 | 3 |
| Какао с молоком | 155 | 2,947 | 3,567 | 14,649 | 120,722 | 416 |
| ***Итого за завтрак*** | **350** | **12,39** | **22,9** | **53,22** | **457,04** |  |
| ***второй завтрак*** | яблоко | **100** | **0,32** | **-** | **11.18** | **46,038** | 386 |
| ***Обед*** | Салат из зеленного горошка | 40 | 1,19 | 2,07 | 2,50 | 33,44 | 10 |
| Свекольник на кур.бульоне со сметаной | 180/9 | 2,34 | 8,919 | 11,864 | 156,64 | 4-а |
| Голубцы ленивые с мясом и томатной подливой | 160/20 | 14,373 | 11,504 | 18,48 | 211,45 | 315 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,6 | 36,2 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 30 | 2,7 | 0,2 | 18,7 | 92,5 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **609** | **22,083** | **22,93** | **74,57** | **596,59** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Яйцо вареное | 40 | 4,433 | 3,88 | 0,25 | 52,33 | 227 |
| Икра морковная | 60 | 1,512 | 7,49 | 9,315 | 112,45 | 155 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,24 | 6,6 | 36,2 | 15-а |
| Булочка «Веснушка» | 50 | 3,90 | 3,06 | 26,93 | 151,0 | 456 |
| Чай с лимоном | 150 | 0,07 | 0,01 | 7,10 | 29,0 | 412 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **320** | **11,235** | **14,68** | **50,19** | **380,98** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1379** | **46,03** | **60,51** | **189,16** | **1480,64** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 9*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая, молочная из «Геркулеса» | 150 | 5,793 | 7,43 | 30,85 | 204,59 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2,52 | 4,52 | 14,48 | 105,5 | 1 |
| Кофейный напиток с молоком | 165 | 2,748 | 3,505 | 9,59 | 81,92 | 414 |
| ***Итого за завтрак*** | **350** | **11,06** | **15,45** | **54,92** | **392,01** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из свеклы | 40 | 0,933 | 1,998 | 2,53 | 48,78 | 34 |
| Суп картофельный с гренками пшеничного хлеба | 180 | 4,019 | 3,926 | 21,013 | 146,36 | 83 |
| Котлета рубленная из кур с томатной подливой | 60/20 | 8,34 | 12,92 | 9,03 | 186,04 | 324 |
| Гречка отварная | 100 | 3,2 | 4,14 | 16,45 | 117,95 | 331 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,2 | 72,4 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,13 | 12,46 | 61,66 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **600** | **20,93** | **23,59** | **91,11** | **699,55** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Вермишель в молоке | 150 | 4,89 | 6,15 | 24,56 | 166,34 | 100 |
| Хлеб пшеничный | 10 | 0,82 | 0,07 | 6,24 | 30,83 | 15-а |
| Ватрушка с творогом | 50 | 7,04 | 8,9 | 38,532 | 271,341 | 441 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,012 | 0,03 | 10,004 | 39,0 | 411 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **370** | **12,76** | **15,15** | **79,33** | **507,51** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1420** | **45,25** | **54,19** | **234,46** | **1637,07** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 10*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая, молочная пшенная | 150 | 6,28 | 8,49 | 25,48 | 195,32 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 30/5 | 2,52 | 4,52 | 14,48 | 105,5 | 1 |
| Молоко кипяченное | 165 | 4,95 | 4,12 | 7,42 | 86,62 | 419 |
| ***Итого за завтрак*** | **350** | **13,75** | **17,13** | **47,38** | **387,44** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из огурцов с луком | 40 | 0,34 | 2,04 | 1,04 | 23,92 | 20 |
| Суп овощной на м/к бульоне | 180 | 5,82 | 7,78 | 18,957 | 147,32 | 5-а |
| Плов из мяса птицы | 180 | 14,631 | 13,50 | 34,24 | 258,68 | 321 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 40 | 2,64 | 0,48 | 13,2 | 72,4 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 10 | 0,82 | 0,07 | 6,24 | 30,83 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **610** | **24,41** | **23,87** | **90,11** | **599,51** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Картофель в молоке | 150 | 3,33 | 5,07 | 18,18 | 132 | 337 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,13 | 12,46 | 61,66 | 15-а |
| Москов. булка (завод) | 50 | 4.0 | 4.5 | 29,0 | 170,0 |  |
| Чай с молоком | 150 | 2,75 | 3,24 | 9,45 | 84,0 | 413 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **370** | **11,72** | **12,94** | **69,09** | **447,66** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1430** | **50,38** | **53,94** | **215,68** | **1472,61** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Среднее значение за период*** |  | **1409** | **53,52** | **56,49** | **225,39** | **1586,24** |  |