|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 1*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша молочная пшеничная с маслом | 200 | 6,28 | 8,045 | 29,105 | 171,78 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40/7 | 3,38 | 6,06 | 19,44 | 141,67 | 1 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,948 | 3,525 | 10,59 | 85,92 | 414 |
| ***Итого за завтрак*** | **447** | **12,61** | **17,63** | **59,135** | **399,37** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из репчетого лука | 60 | 1,6 | 2,997 | 7,878 | 61,83 | 11 |
| Щи из свежей капусты со сметаной на курином бульоне | 200 | 3,96 | 5,73 | 13,24 | 112,85 | 2-а |
| Котлета мясная с томатно-овощной подливой | 80/30 | 15,31 | 12,24 | 7,43 | 185,35 | 304 |
| Макароны отварные с маслом сливочным | 130 | 5,23 | 4,57 | 37,64 | 203,4 | 219 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,5 | 18,6 | 100,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **770** | **32,66** | **26,24** | **122,54** | **819,49** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Гречка с подливным молоком | 200 | 7,24 | 8,53 | 38,52 | 253,55 | 331 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| Кондитерские изделия(завод) печенье | 45 | 3,33 | 4,5 | 34,29 | 191,7 |  |
| Чай с сахаром | 200 | 0,12 | 0,03 | 10,004 | 39,0 | 411 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **465** | **13,79** | **13,26** | **102,91** | **578,95** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1782** | **59,56** | **57,13** | **293,68** | **1835,81** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 2*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша манная молочная | 200 | 6,59 | 9,32 | 34,58 | 250,85 | 48-а |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40/7/10 | 5,226 | 8,195 | 14,521 | 150,47 | 3 |
| Молоко кипяченое | 180 | 5,4 | 4,5 | 8,1 | 94,5 | 419 |
| ***Итого за завтрак*** | **437** | **17,22** | **22,01** | **57,201** | **495,82** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из свеклы | 60 | 1,4 | 2,99 | 3,79 | 73,17 | 34 |
| Рассольник на м/к б-не | 200 | 3,79 | 5,77 | 8,11 | 120,78 | 82 |
| Мясо тушеное с овощами в томатном соусе | 230 | 5,7 | 8,6 | 13,7 | 139,0 | 290 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0,3 | 12,06 | 57,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,28 | 0,56 | 13,92 | 78,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **750** | **16,31** | **18,22** | **68,01** | **534,31** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | рыба порционная с томатной подливой | 80/30 | 16,29 | 9,24 | 5,58 | 157,99 | 309 |
| Отварной рис | 80 | 1,94 | 2,8 | 19,56 | 111,84 | 332 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,2 | 8,04 | 38,0 | 15-а |
| Крендель сахарный | 50 | 4,707 | 5,904 | 108,57 | 225,98 | 443 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41,0 | 412 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **460** | **24,37** | **18,16** | **151,95** | **574,81** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1747** | **58,4** | **58,39** | **286,26** | **1642,94** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 3*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша пшенная молочная | 200 | 6,28 | 8,495 | 33,515 | 233,5 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40/7/10 | 5,226 | 8,195 | 14,521 | 150,47 | 3 |
| Какао с молоком | 200 | 2,947 | 3,567 | 14,649 | 120,72 | 416 |
| ***Итого за завтрак*** | **457** | **14,45** | **20,25** | **62,68** | **504,69** |  |
| ***второй завтрак*** | яблоко | **100** | **0,346** | **-** | **11,76** | **48,46** | 386 |
| ***Обед*** | Салат из репчетого лука | 60 | 1,6 | 2,997 | 7,878 | 61,83 | 11 |
| Суп-лапша по домашнему на курином бульоне | 200 | 5,53 | 3,82 | 19,54 | 130,80 | 94 |
| Запеканка картофельная с мясом | 230 | 13,32 | 8,33 | 27,09 | 236,32 | 164 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,2 | 8,04 | 38,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,28 | 0,56 | 13,92 | 78,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **750** | **25,21** | **15,91** | **92,89** | **611,31** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Яйцо вареное | 40 | 4,43 | 3,88 | 0,25 | 52,3 | 227 |
| Икра свекольная | 80 | 1,28 | - | 4,11 | 51,48 | 156 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0,3 | 12,06 | 57,0 | 15-а |
| Московская булка (завод) | 50 | 4.0 | 4.5 | 29,0 | 170,0 |  |
| Чай с лимоном | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41,0 | 412 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **400** | **11,93** | **8,7** | **55,62** | **371,78** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1707** | **51,94** | **44,86** | **222,95** | **1536,2** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 4*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая, молочная из «Геркулеса» | 200 | 5,805 | 9,07 | 30,87 | 219,55 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40/7 | 3,38 | 6,06 | 19,44 | 141,67 | 1 |
| Молоко кипяченое | 180 | 5,4 | 4,5 | 8,1 | 94,5 | 419 |
| ***Итого за завтрак*** | **427** | **14,58** | **19,63** | **58,41** | **455,72** |  |
| ***второй завтрак*** | яблоко | **100** | **0,346** | **-** | **11,76** | **48,46** | 386 |
| ***Обед*** | Салат из огурцов с луком | 60 | 0,51 | 3,06 | 1,56 | 35,88 | 20 |
| Борщ на м/к б-не со сметаной | 200 | 2,53 | 7,34 | 15,84 | 154,87 | 3-а |
| Биточки рубленные из кур подлива томатная | 80/30 | 11,46 | 17,76 | 12,41 | 255,80 | 323 |
| Гречка отварная | 130 | 3,84 | 4,97 | 19,74 | 141,54 | 331 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,5 | 18,6 | 100,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **760** | **23,44** | **33,91** | **91,54** | **792,45** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Лапшевник из творога с молочным соусом | 150/50 | 13,84 | 16,35 | 35,59 | 354,27 | 226 |
| Кондитерские изделия(завод) пряник | 50 | 3,08 | 6,66 | 36,0 | 190,83 |  |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| Чай с молоком | 200 | 2,92 | 3,53 | 14,51 | 97,0 | 413 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **470** | **21,48** | **26,82** | **93,06** | **681,1** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1757** | **59,84** | **80,36** | **254,77** | **1977,73** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 5*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая рисовая молочная | 200 | 6,315 | 9,025 | 52,505 | 311,35 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40/7 | 3,38 | 6,06 | 19,44 | 141,67 | 1 |
| Чай с молоком | 200 | 2,92 | 3,53 | 14,51 | 97,0 | 416 |
| ***Итого за завтрак*** | **447** | **12,61** | **18,61** | **86,45** | **550,02** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из свеж.капусты | 60 | 1,12 | 4,99 | 4,43 | 66,77 | 21 |
| Суп картофельный на курином бульоне | 200 | 4,24 | 4,12 | 15,31 | 119,15 | 83 |
| Гуляш из отварного мяса | 110 | 16,25 | 21,38 | 6,48 | 282,91 | 293 |
| Отварная пшеничная крупа | 130 | 4,44 | 4,11 | 27,07 | 16,705 | 330 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,5 | 18,6 | 100,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **760** | **31,15** | **35,38** | **95,28** | **690,89** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Сырники с морковью с молочной соусом | 150\50 | 26,48 | 19,34 | 25,06 | 379,73 | 226 |
| Рулет с повидлом | 70 | 5,89 | 6,53 | 131,53 | 286,78 | 444 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| Чай с сахаром | 200 | 0,12 | 0,03 | 10,004 | 39,0 | 411 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **455** | **34,13** | **26,18** | **173,55** | **744,51** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1762** | **78,39** | **80,17** | **364,38** | **2023,42** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 6*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша вязкая манная молочная | 200 | 6,59 | 9,32 | 34,58 | 250,85 | 190 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40/7 | 3,38 | 6,06 | 19,44 | 141,67 | 1 |
| Кофейный напиток | 200 | 2,948 | 3,525 | 10,59 | 85,916 | 414 |
| ***Итого за завтрак*** | **447** | **12,91** | **18,91** | **64,61** | **478,43** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из репчетого лука | 60 | 1,6 | 2,997 | 7,878 | 61,83 | 11 |
| Борщ из свеж.капусты со сметаной на кур.бульоне | 200 | 2,53 | 7,34 | 15,84 | 154,87 | 3-а |
| Макаронник с мясом с томатной подливой | 230 | 17,24 | 11,68 | 31,62 | 294,17 | 309 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,5 | 18,6 | 100,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **760** | **26,47** | **22,79** | **97,32** | **726,23** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Вареники ленивые с молочным соусом | 150/50 | 21,704 | 15,22 | 43,65 | 388,34 | 243 |
| Кондитерские изделия(завод) конфета | 15 | 0,405 | 0,645 | 1,02 | 54,6 |  |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| Чай с молоком | 200 | 2,92 | 3,53 | 14,51 | 97,0 | 413 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **475** | **26,67** | **19,67** | **66,14** | **578,94** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1782** | **66,55** | **61,37** | **237,17** | **1821,6** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 7*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша гречневая молочная | 200 | 7,24 | 8,53 | 38,52 | 253,55 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40/7/10 | 5,226 | 8,195 | 14,521 | 150,47 | 3 |
| Молоко кипяченое | 180 | 5,4 | 4,5 | 8,1 | 94,5 | 419 |
| ***Итого за завтрак*** | **437** | **17,86** | **21,22** | **61,14** | **498,52** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из огурцов с луком | 60 | 0,51 | 3,06 | 1,56 | 35,88 | 20 |
| Суп картофельный с клецками на м/к бульоне | 200 | 5,53 | 3,82 | 19,54 | 130,80 | 91 |
| Гуляш из отварного мяса с томатной подливой | 80/30 | 16,25 | 21,38 | 6,48 | 282,91 | 293 |
| Гороховое пюре | 130 | 8,99 | 4,35 | 22,54 | 158,38 | 182 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0,3 | 12,06 | 57,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,28 | 0,56 | 13,92 | 78,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **770** | **36,7** | **33,47** | **92,53** | **809,33** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Тефтели рыбные с томатным соусом | 80/30 | 24,04 | 6,24 | 5,91 | 162,45 | 277 |
| Рис припущенный | 70 | 1,7 | 2,51 | 17,11 | 97,86 | 333 |
| Московская булка (завод) | 50 | 4.0 | 4.5 | 29,0 | 170,0 |  |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,2 | 8,04 | 38,0 | 15-а |
| Чай с сахаром | 200 | 0,12 | 0,03 | 10,004 | 39,0 | 411 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **455** | **31,18** | **13,48** | **70,06** | **507,31** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1762** | **86,24** | **68,17** | **232,83** | **1853,16** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 8*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша «Дружба» молочная | 200 | 3,89 | 10,19 | 26,15 | 205,29 | 190 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40/7/10 | 5,226 | 8,195 | 14,521 | 150,47 | 3 |
| Какао с молоком | 200 | 2,947 | 3,567 | 14,649 | 120,72 | 416 |
| ***Итого за завтрак*** | **457** | **12,06** | **21,94** | **55,31** | **476,48** |  |
| ***второй завтрак*** | яблоко | **100** | **0,346** | **-** | **11,76** | **48,46** | 386 |
| ***Обед*** | Салат из зел.горошка | 60 | 1,78 | 3,11 | 3,75 | 50,16 | 10 |
| Свекольник на кур.бульоне со сметаной | 200 | 1,73 | 6,24 | 8,97 | 122,94 | 4-а |
| Голубцы ленивые с мясом и томатной подливой | 230 | 16,45 | 13,71 | 20,51 | 259,72 | 315 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0,3 | 12,06 | 57,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,28 | 0,56 | 13,92 | 78,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **740** | **25,38** | **23,92** | **75,64** | **634,18** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Яйцо вареное | 40 | 4,43 | 3,88 | 0,25 | 52,3 | 227 |
| Икра морковная | 80 | 1,34 | 6,66 | 9,69 | 102,8 | 155 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,2 | 8,04 | 38,0 | 15-а |
| Булочка «Веснушка» | 100 | 7,8 | 6,12 | 53,86 | 302,0 | 456 |
| Чай с лимоном | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41,0 | 412 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **440** | **15,01** | **16,88** | **82,04** | **536,1** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1737** | **52,79** | **62,74** | **224,75** | **1695,22** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 9*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая,молочная из «Геркулеса» | 200 | 5,805 | 9,07 | 30,87 | 219,55 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40/7 | 3,38 | 6,06 | 19,44 | 141,67 | 1 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,948 | 3,525 | 10,59 | 85,916 | 414 |
| ***Итого за завтрак*** | **447** | **12,13** | **18,65** | **60,9** | **447,13** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из свеклы | 60 | 1,4 | 2,99 | 3,79 | 73,17 | 34 |
| Суп картофельный с гренками пшенич. хлеба | 200 | 4,45 | 4,33 | 16,67 | 162,62 | 83 |
| Котлета рубленная из кур с томатной подливой | 80/30 | 11,46 | 17,76 | 12,41 | 255,80 | 324 |
| Гречка отварная | 130 | 3,84 | 4,97 | 19,74 | 141,54 | 331 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,5 | 18,6 | 100,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **770** | **26,25** | **30,83** | **94,6** | **838,48** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Вермишель в молоке | 180 | 4,91 | 7,805 | 24,57 | 181,3 | 100 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| Ватрушка с творогом | 55 | 7,04 | 8,9 | 38,53 | 271,34 | 441 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,12 | 0,03 | 10,004 | 39,0 | 411 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **455** | **13,71** | **17,02** | **80,06** | **530,64** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1772** | **52,59** | **66,5** | **244,66** | **1854,25** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 10*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая, молочная пшенная | 200 | 6,28 | 8,495 | 33,515 | 233,5 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40/7 | 3,38 | 6,06 | 19,44 | 141,67 | 1 |
| Молоко кипяченное | 180 | 5,4 | 4,5 | 8,1 | 94,5 | 419 |
| ***Итого за завтрак*** | **427** | **15,06** | **19,05** | **61,06** | **469,67** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из огурцов с луком | 60 | 0,51 | 3,06 | 1,56 | 35,88 | 20 |
| Суп овощной на м/к бульоне | 200 | 3,96 | 5,73 | 13,24 | 112,85 | 5-а |
| Плов из мяса птицы | 230 | 15,53 | 14,309 | 36,29 | 292,54 | 321 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,5 | 18,6 | 100,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **760** | **25,1** | **23,87** | **93,08** | **646,63** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Картофель в молоке | 180 | 4.05 | 8,22 | 21,96 | 178,2 | 337 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 1,64 | 0,28 | 6,96 | 39,0 | 15-а |
| Московская булка (завод) | 50 | 4.0 | 4.5 | 29,0 | 170,0 |  |
| Чай с молоком | 200 | 2,92 | 3,53 | 14,51 | 97,0 | 413 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **450** | **12,61** | **16,53** | **72,43** | **484,2** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1737** | **53,27** | **59,45** | **235,67** | **1638,5** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Среднее значение за период*** |  | **1756** | **61,96** | **63,91** | **259,71** | **1787,88** |  |