|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 1*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша манная вязкая молочная | 200 | 6,59 | 9,32 | 34,58 | 250,85 | 189 |
| 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** | **12,89** | **18,91** | **68,53** | **489,52** |  |
| ***второй завтрак*** | яблоко | **100** | **0,346** | **-** | **11,76** | **48,46** | 386 |
| ***Обед*** | Салат из репчатого лука | 60 | 1,6 | 2,997 | 7,878 | 61,83 | 11 |
| Суп картофельный с гренками пшеничного хлеба на курином бульоне | 200 | 4,45 | 4,33 | 16,67 | 162,62 | 83 |
| Котлета мясная с томатно-овощной подливой | 80/30 | 15,31 | 12,24 | 7,43 | 185,35 | 304 |
| Макароны отварные с маслом | 130 | 5,23 | 4,57 | 37,64 | 203,4 | 219 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 15-а |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **770** | **33,15** | **24,83** | **126,24** | **869,26** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Гречка с подливным молоком | 200 | 7,24 | 8,54 | 38,52 | 253,55 | 199 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 15-а |
| Пирожок с повидлом | 50 | 5,87 | 6,53 | 128,27 | 274,28 | 437 |
| «Снежок»2,5%,к/м продукт | 180 | 5,04 | 6,12 | 19,8 | 154,8 |  |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **450** | **21,25** | **21,39** | **206,69** | **777,33** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1767** | **67,63** | **65,13** | **413,22** | **2184,57** |  |

1

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 2*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая пшеничная молочная | 200 | 6,28 | 8,045 | 29,11 | 171,78 | 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** | **16,91** | **20,74** | **51,73** | **416,75** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из моркови | 60 | 0,7 | 2,99 | 8,59 | 65,07 | 42 |
| Борщ из свежей капусты на м/к б-не со сметаной | 200 | 2,53 | 7,34 | 15,84 | 154,87 | 63 |
| Гуляш из отварного мяса с томатной подливой | 100 | 14,78 | 19,44 | 5,89 | 257,18 | 293 |
| Рис припущенный | 130 | 2,84 | 3,76 | 28,35 | 165,05 | 333 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб пшеничный | 40 | 6,2 | 0,4 | 40,2 | 189,4 | 15-а |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,32 | 0,2 | 8,04 | 38,0 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **760** | **28,53** | **34,13** | **123,34** | **935,93** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Рыба под омлетом с белым соусом | 150/50 | 22,15 | 19,23 | 15,54 | 310,82 | 263 |
| Хлеб ржаной | 30 | 1.98 | 0,3 | 12,06 | 57,0 | 15-а |
| Чай с лимоном | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41,0 | 412 |
| Кондитерские изделия (завод) пряник | 50 | 2,85 | 3,3 | 35,85 | 183,0 |  |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **480** | **27,1** | **22,85** | **73,65** | **591,82** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1777** | **73,04** | **77,72** | **257,82** | **1982,5** |  |

2

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 3*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая пшенная молочная | 200 | 6,28 | 8,49 | 33,51 | 233,5 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40/7/10 | 5,226 | 8,195 | 14,521 | 150,47 | 3 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 2,948 | 3,525 | 10,59 | 85,91 | 414 |
| ***Итого за завтрак*** | **457** | **14,454** | **20,21** | **58,621** | **469,88** |  |
| ***второй завтрак*** | Сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из капусты | 60 | 1,12 | 4,99 | 4,43 | 66,77 | 21 |
| Суп гороховый на курином бульоне | 200 | 6,43 | 2,85 | 25,43 | 147,94 | 87 |
| Куры порционные в томатно-овощном соусе | 80/30 | 12,73 | 4,57 | 3,41 | 107,0 | 319 |
| Картофель отварной | 130 | 2,44 | 2,145 | 23,94 | 120,15 | 136 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **760** | **29,28** | **15,25** | **113,84** | **697,92** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Капуста тушеная | 200 | 3,52 | 10,99 | 12,91 | 169,24 | 143 |
| Хлеб ржаной | 30 | 2.92 | 3.53 | 14.51 | 97,0 | 15-а |
| Чай с лимоном | 200 | 2.7 | 0.2 | 18.7 | 92.5 | 412 |
| Ватрушка с творогом | 50 | 7,04 | 8,9 | 38,53 | 271,34 | 441 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **485** | **16,18** | **23,62** | **84,65** | **630,08** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1802** | **60,41** | **59,08** | **266,21** | **1835,88** |  |

3

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 4*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Суп рисовый молочный | 200 | 6,31 | 9,02 | 52,51 | 311,35 | 97 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40/7 | 3,38 | 6,06 | 19,44 | 141,67 | 1 |
| Какао с молоком | 200 | 2,94 | 3,57 | 14,65 | 120,72 | 416 |
| ***Итого за завтрак*** | **447** | **12,63** | **18,65** | **86,6** | **573,74** |  |
| ***второй завтрак*** | яблоко | **100** | **0,346** | **-** | **11,76** | **48,46** | 386 |
| ***Обед*** | Салат из репчатого лука | 60 | 1,6 | 2,997 | 7,878 | 61,83 | 11 |
| Свекольник на курином бульоне со сметаной | 200 | 1,73 | 6,24 | 8,98 | 122,94 | 4-а |
| Мясные тефтели в томатно-сметанной подлив | 80/30 | 13,61 | 10,88 | 6,61 | 167,47 | 304 |
| Отварная пшеничная крупа | 130 | 4,44 | 4,11 | 27,07 | 167,05 | 330 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,16 | - | 16,43 | 66,36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **770** | **27,94** | **24,92** | **107,16** | **775,35** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Вареники ленивые с молочным соусом | 150/50 | 21,704 | 15,22 | 43,654 | 388,34 | 243 |
| «Ряженка»,к/м продукт 2,5% | 180 | 5,4 | 10,8 | 7,38 | 151,2 | 420 |
| Хлеб с повидлом | 20 | 1,74 | 0,26 | 22,69 | 95,8 | 2 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **400** | **28,84** | **26,28** | **73,72** | **635,34** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1717** | **69,75** | **69,85** | **279,24** | **2032,89** |  |

4

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 1***  ***День 5*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая из «Геркулеса»,молочная | 200 | 5,81 | 9,07 | 30,87 | 216,55 | 199 |
| Бутерброд с маслом слив. | 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** | **12,14** | **18,66** | **60,9** | **444,14** |  |
| ***второй завтрак*** | Яблоко | **100** | **0,346** | **-** | **11,76** | **48,46** | 386 |
| ***Обед*** | Салат из свеклы | 60 | 1,4 | 2,99 | 3,79 | 73,17 | 34 |
| Суп с фрикадельками на м/к бульоне | 200 | 8,08 | 6,43 | 22,38 | 175,66 | 89 |
| Овощное рагу с мясом | 230 | 5,7 | 8,6 | 13,7 | 139,0 | 362 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **750** | **21,74** | **18,72** | **96,5** | **643,89** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Рыба порционная в томатно-сметанном соусе | 80/30 | 16,299 | 9,24 | 5,58 | 157,99 | 309 |
| Отварной рис | 80 | 1,94 | 2,8 | 19,56 | 111,84 | 332 |
| Хлеб ржаной | 30 | 2.49 | 0.39 | 14.43 | 68.10 | 15-а |
| Чай с лимоном | 200 | 2.7 | 0.2 | 18.7 | 92.5 | 412 |
| Булочка «Веснушка» | 100 | 7,8 | 6,12 | 53,86 | 302,0 | 456 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **520** | **31,22** | **18,75** | **112,13** | **732,43** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1817** | **65,44** | **56,13** | **281,29** | **1868,92** |  |

5

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 6*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Вермишель в молоке | 200 | 4,91 | 7,805 | 24,575 | 181,3 | 100 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40/7 | 3,38 | 6,06 | 19,44 | 141,67 | 1 |
| Какао с молоком | 200 | 2,947 | 3,567 | 14,649 | 120,722 | 416 |
| ***Итого за завтрак*** | **447** | **11,23** | **17,43** | **58,65** | **443,69** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из 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 |
| Плов из мяса птицы | 230 | 15,52 | 14,309 | 36,29 | 292,54 | 321 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **750** | **27,44** | **24,12** | **112,66** | **734,52** |  |
| ***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 |
| к/м продукт «Ряженка»2,5% | 180 | 5,4 | 10,8 | 7,38 | 151,2 | 420 |
| Хлеб ржаной | 30 | 2.49 | 0.39 | 14.43 | 68.10 | 15-а |
| Рулет с повидлом | 70 | 5,89 | 6,53 | 131,53 | 286,78 | 444 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **400** | **19,55** | **28,26** | **163,28** | **661,18** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1697** | **58,72** | **69,81** | **343,69** | **1877,39** |  |

6

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 7*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая пшеничная, молочная | 200 | 6,28 | 8,045 | 29,105 | 171,78 | 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** | **16,9** | **20,74** | **51,72** | **416,75** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из репчатого лука | 60 | 1,6 | 2,997 | 7,878 | 61,83 | 11 |
| Щи из свежей капусты на м/к бульоне,со сметаной | 200 | 3,96 | 5,73 | 13,24 | 112,85 | 73 |
| Гуляш из отварного мяса с томатной подливой | 110 | 16,25 | 21,38 | 6,48 | 282,91 | 293 |
| Пюре гороховое | 130 | 8,99 | 4,35 | 22,54 | 158,38 | 182 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **760** | **37,36** | **35,15** | **106,76** | **872,03** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Рыба порционная в томатно- сметанном соусе | 80/30 | 16,29 | 9,24 | 5,58 | 157,99 | 309 |
| Капуста тушеная | 80 | 1,41 | 4,39 | 5,16 | 67,69 | 143 |
| Хлеб ржаной | 30 | 2.49 | 0.39 | 14.43 | 68.10 | 15-а |
| Чай с лимоном | 200 | 2.7 | 0.2 | 18.7 | 92.5 | 412 |
| Кондитерское изделие(завод) печенье | 45 | 3,33 | 4,5 | 34,29 | 191,7 |  |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **460** | **26,22** | **18,72** | **78,16** | **577,98** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1757** | **80,98** | **74,61** | **245,74** | **1904,76** |  |

7

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 8*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша «Дружба» молочная | 200 | 3,898 | 10,19 | 26,152 | 205,29 | 191 |
| Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 40/7/10 | 5,226 | 8,195 | 14,521 | 150,47 | 3 |
| Чай с молоком | 200 | 2,92 | 3,53 | 14,51 | 97,0 | 416 |
| ***Итого за завтрак*** | **457** | **12,044** | **21,91** | **55,18** | **452,76** |  |
| ***второй завтрак*** | яблоко | **100** | **0,346** | **-** | **11,76** | **48,46** | 386 |
| ***Обед*** | Салат из свеклы | 60 | 1,4 | 2,99 | 3,79 | 73,17 | 34 |
| Суп лапша по домашнему, на курином бульоне | 200 | 5,53 | 3,82 | 19,54 | 130,80 | 94 |
| Биточки рубленные из кур, с молочным соусом | 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 | 20,1 | 95,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **770** | **28,79** | **30,24** | **112,11** | **857,37** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Пудинг из творога с молочным соусом | 150/50 | 19,22 | 13,56 | 37,51 | 341,6 | 249 |
| к/м продукт «Снежок» 2,5% | 180 | 5,04 | 6,12 | 19,8 | 5,04 |  |
| Московская булка(завод) | 50 | 4.0 | 4.5 | 29,0 | 170,0 |  |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **430** | **28,26** | **24,18** | **86,31** | **516,64** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1757** | **69,43** | **76,33** | **265,36** | **1875,23** |  |

8

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 9*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша манная молочная | 200 | 6,59 | 9,32 | 34,58 | 250,85 | 189 |
| 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** | **12,91** | **18,9** | **64,61** | **478,43** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из моркови | 60 | 0,7 | 2,99 | 8,59 | 65,07 | 42 |
| Суп фасолевый на курином бульоне | 200 | 6,43 | 2,84 | 26,94 | 147,94 | 87 |
| Голубцы ленивые с мясом с томатным соусом | 230 | 16,46 | 13,72 | 20,51 | 259,72 | 315 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 20 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **760** | **30,15** | **20,25** | **112,67** | **728,79** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Лапшевник с творогом с молочным соусом | 150/50 | 13,84 | 16,35 | 35,59 | 354,27 | 226 |
| Чай с молоком | 200 | 0,12 | 0,03 | 10,004 | 39,0 | 413 |
| Хлеб с повидлом | 30 | 2.49 | 0.39 | 14.43 | 68.10 | 2 |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **430** | **16,45** | **16,77** | **60,02** | **461,37** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1737** | **60,01** | **55,92** | **246,4** | **1706,59** |  |

9

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование  блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая  ценность | №  рецептуры |
| белки | жиры | углеводы |
| ***Неделя 2***  ***День 10*** | | | | | | | |
| ***завтрак*** | Каша жидкая из «Геркулеса» | 200 | 5,81 | 9,07 | 30,87 | 219,55 | 199 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 40/7 | 3,38 | 6,06 | 19,44 | 141,67 | 1 |
| Какао с молоком | 200 | 2,947 | 3,567 | 14,649 | 120,72 | 416 |
| ***Итого за завтрак*** | **447** | **12,14** | **18,69** | **64,95** | **481,94** |  |
| ***второй завтрак*** | сок | **100** | **0,5** | **-** | **9,1** | **38,0** | 418 |
| ***Обед*** | Салат из капусты | 60 | 1,12 | 4,99 | 4,43 | 66,77 | 21 |
| Рассольник ленинградский на м/к бульоне | 200 | 3,79 | 5,77 | 8,11 | 120,78 | 82 |
| Жаркое по домашнему с куриным мясом | 230 | 14,69 | 8,39 | 21,81 | 255,39 | 292 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0.16 | - | 16.43 | 66.36 | 394 |
| Хлеб ржаной | 20 | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95,0 | 15-а |
| Хлеб пшеничный | 40 | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 15-а |
| ***Итого за обед*** | **750** | **26,16** | **19,85** | **90,98** | **699,0** |  |
| ***Уплотненный полдник*** | Рыбные тефтели в томатно-овощном соусе | 150/50 | 43,71 | 11,36 | 10,76 | 295,37 | 277 |
| Хлеб ржаной | 30 | 2.49 | 0.39 | 14.43 | 68.10 | 15-а |
| Чай с лимоном | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41,0 | 412 |
| Московская булка(завод) | 50 | 4.0 | 4.5 | 29,0 | 170,0 |  |
| ***Итого за уплотненный полдник*** | **480** | **50,32** | **16,27** | **64,39** | **574,47** |  |
| ***Итого за день*** |  | **1777** | **89,12** | **54,81** | **229,42** | **1793,41** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Среднее значение за период*** |  | **1761** | **69,45** | **65,94** | **282,84** | **1906,21** |  |

10