



## 2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
<b>Завтрак</b>																					
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	12.0	13.4	17.0	279.0	0.00	0.11	0.00	0.36	0.00	152.72	330.90	25.45	3.64	0.00	0.00	0.00	0.00	214	2008	
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	1.0	1.0	13.0	24.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.3	2.4	26.6	66.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	379	2011	
БАТОН	50	3.0	1.0	12.0	101.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>19.3</b>	<b>17.8</b>	<b>68.6</b>	<b>470.0</b>	<b>0.00</b>	<b>0.11</b>	<b>0.00</b>	<b>0.36</b>	<b>0.00</b>	<b>152.72</b>	<b>330.90</b>	<b>25.45</b>	<b>3.64</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			
<b>Обед</b>																					
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2.0	5.0	15.0	201.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	112	2011	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	2.0	5.0	13.0	148.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	125	2011	
КНЕЛИ ИЗ КУР (ПАРОВЫЕ)	100	13.0	9.0	11.0	212.0	2.50	0.10	0.00	0.10	0.00	55.03	180.09	25.01	2.50	0.00	0.00	0.00	0.00	319	2008	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	10.0	7.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	349	2011	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	3.0	1.0	31.0	102.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>790</b>	<b>20.0</b>	<b>20.0</b>	<b>80.0</b>	<b>670.0</b>	<b>2.50</b>	<b>0.10</b>	<b>0.00</b>	<b>0.10</b>	<b>0.00</b>	<b>55.03</b>	<b>180.09</b>	<b>25.01</b>	<b>2.50</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>39.3</b>	<b>37.8</b>	<b>148.6</b>	<b>1 140.0</b>	<b>2.50</b>	<b>0.21</b>	<b>0.00</b>	<b>0.46</b>	<b>0.00</b>	<b>207.75</b>	<b>510.99</b>	<b>50.47</b>	<b>6.14</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			

### 3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
<b>Завтрак</b>																					
КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	250	4.0	7.0	32.0	210.0	0.00	0.03	0.00	0.05	0.00	16.66	81.65	26.66	0.67	0.00	0.00	0.00	0.00	324	2008	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	100	15.0	12.0	21.0	161.0	0.00	0.02	0.00	0.08	0.00	135.00	86.00	7.00	0.30	0.00	0.00	0.00	0.00	3	2008	
КИСЕЛЬ	200	0.1	0.1	18.0	99.0	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	5.00	8.00	2.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.00	411	2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>19.1</b>	<b>19.1</b>	<b>71.0</b>	<b>470.0</b>	<b>2.00</b>	<b>0.06</b>	<b>0.00</b>	<b>0.13</b>	<b>0.00</b>	<b>156.66</b>	<b>175.65</b>	<b>35.66</b>	<b>1.37</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			
<b>Обед</b>																					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С	250	6.0	11.0	5.0	171.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	88	2011	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	280	11.0	8.0	29.0	337.0	20.55	0.15	0.00	0.41	0.00	69.14	351.29	69.14	22.42	0.00	0.00	0.00	0.00	311	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	215	0.0	0.0	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.38	8.60	4.30	1.08	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.0	1.0	31.0	102.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>795</b>	<b>20.0</b>	<b>20.0</b>	<b>80.0</b>	<b>670.0</b>	<b>20.55</b>	<b>0.15</b>	<b>0.00</b>	<b>0.41</b>	<b>0.00</b>	<b>74.51</b>	<b>359.89</b>	<b>73.44</b>	<b>23.50</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>39.1</b>	<b>39.1</b>	<b>151.0</b>	<b>1 140.0</b>	<b>22.55</b>	<b>0.21</b>	<b>0.00</b>	<b>0.54</b>	<b>0.00</b>	<b>231.17</b>	<b>535.54</b>	<b>109.10</b>	<b>24.86</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			



5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			F, мг
<b>Завтрак</b>																				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	250	12.0	11.0	36.3	298.0	0.00	0.12	0.00	0.00	0.00	344.96	479.95	53.99	1.80	0.00	0.00	0.00	0.00	224	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/15/7	1.0	0.0	15.0	38.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	377	2011
ПЕЧЕНЬЕ	80	6.0	8.0	32.0	134.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>552</b>	<b>19.0</b>	<b>19.0</b>	<b>83.3</b>	<b>470.0</b>	<b>0.00</b>	<b>0.12</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>344.96</b>	<b>479.95</b>	<b>53.99</b>	<b>1.80</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>		
<b>Обед</b>																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250/15	5.0	2.0	8.0	188.0	6.00	0.16	0.00	0.21	0.00	50.00	139.00	38.00	1.90	0.00	0.00	0.00	0.00	99	2008
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	4.0	11.0	15.0	201.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	128	2011
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	8.0	6.0	9.0	123.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	234	2011
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0.0	0.0	2.0	8.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.37	8.60	4.30	1.07	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	215	0.0	0.0	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	3.0	1.0	31.0	90.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>	<b>20.0</b>	<b>20.0</b>	<b>80.0</b>	<b>670.0</b>	<b>6.00</b>	<b>0.16</b>	<b>0.00</b>	<b>0.21</b>	<b>0.00</b>	<b>55.37</b>	<b>147.60</b>	<b>42.30</b>	<b>2.97</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>39.0</b>	<b>39.0</b>	<b>163.3</b>	<b>1 140.0</b>	<b>6.00</b>	<b>0.28</b>	<b>0.00</b>	<b>0.21</b>	<b>0.00</b>	<b>400.34</b>	<b>627.55</b>	<b>96.29</b>	<b>4.77</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>		



**7 день**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			F, мг
<b>Завтрак</b>																				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	8.0	6.0	32.0	195.0	0.00	0.28	0.00	0.05	0.00	24.62	270.81	181.57	6.15	0.00	0.00	0.00	0.00	181	2008
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100	4.0	10.0	3.0	108.0	12.01	0.07	0.00	0.23	0.00	25.73	103.49	20.01	1.14	0.00	0.00	0.00	0.00	308	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.0	2.0	27.0	66.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	379	2011
БАТОН	50	3.0	1.0	12.0	101.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>18.0</b>	<b>19.0</b>	<b>74.0</b>	<b>470.0</b>	<b>12.01</b>	<b>0.35</b>	<b>0.00</b>	<b>0.27</b>	<b>0.00</b>	<b>50.35</b>	<b>374.30</b>	<b>201.58</b>	<b>7.30</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>		
<b>Обед</b>																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	3.0	4.0	13.0	149.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	77	2012
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4.0	4.0	18.0	141.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	321	2011
ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10.0	11.0	8.0	271.0	0.00	0.10	0.00	0.02	0.00	18.00	205.97	32.00	4.00	0.00	0.00	0.00	0.00	271	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	10.0	7.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	349	2011
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.0	1.0	31.0	102.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>780</b>	<b>20.0</b>	<b>20.0</b>	<b>80.0</b>	<b>670.0</b>	<b>0.00</b>	<b>0.10</b>	<b>0.00</b>	<b>0.02</b>	<b>0.00</b>	<b>18.00</b>	<b>205.97</b>	<b>32.00</b>	<b>4.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>38.0</b>	<b>39.0</b>	<b>154.0</b>	<b>1 140.0</b>	<b>12.01</b>	<b>0.45</b>	<b>0.00</b>	<b>0.29</b>	<b>0.00</b>	<b>68.35</b>	<b>580.27</b>	<b>233.57</b>	<b>11.30</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>		

### 8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг			Ф, мг
<b>Завтрак</b>																				
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ	250	1.0	4.0	35.0	243.0	0.00	0.03	0.00	0.05	0.00	16.66	81.64	26.66	0.67	0.00	0.00	0.00	0.00	324	2008
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	100	15.0	12.0	21.0	161.0	0.00	0.06	0.00	0.23	0.00	386.10	245.96	20.02	0.86	0.00	0.00	0.00	0.00	3	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.0	2.0	27.0	66.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	379	2011
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>	<b>19.0</b>	<b>18.0</b>	<b>83.0</b>	<b>470.0</b>	<b>0.00</b>	<b>0.09</b>	<b>0.00</b>	<b>0.28</b>	<b>0.00</b>	<b>402.76</b>	<b>327.60</b>	<b>46.68</b>	<b>1.52</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>		
<b>Обед</b>																				
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ	250	3.0	5.0	5.0	46.0	12.00	0.10	0.00	0.20	0.00	34.00	66.00	28.00	1.10	0.00	0.00	0.00	0.00	90	2008
КОТЛЕТА "ЗДОРОВЬЕ"	100	9.0	8.0	2.0	232.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	38	2012
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	5.0	6.0	32.0	195.0	0.00	0.25	0.00	0.04	0.00	22.15	243.67	163.37	5.54	0.00	0.00	0.00	0.00	181	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.0	1.0	31.0	102.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0.0	0.0	10.0	95.0	13.00	0.01	0.00	0.00	0.00	8.00	5.00	3.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	436	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>780</b>	<b>20.0</b>	<b>20.0</b>	<b>80.0</b>	<b>670.0</b>	<b>25.00</b>	<b>0.36</b>	<b>0.00</b>	<b>0.24</b>	<b>0.00</b>	<b>64.15</b>	<b>314.67</b>	<b>194.37</b>	<b>6.64</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>39.0</b>	<b>38.0</b>	<b>163.0</b>	<b>1 140.0</b>	<b>25.00</b>	<b>0.45</b>	<b>0.00</b>	<b>0.52</b>	<b>0.00</b>	<b>466.91</b>	<b>642.27</b>	<b>241.05</b>	<b>8.16</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>		



9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
<b>Завтрак</b>																					
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	4.0	6.0	24.0	99.0	6.00	0.17	0.00	0.05	0.00	56.40	102.00	34.80	1.32	0.00	0.00	0.00	0.00	335	2008	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	90	11.0	9.0	5.0	127.0	1.80	0.13	0.00	0.34	0.00	34.21	154.86	27.01	0.90	0.00	0.00	0.00	0.00	241	2008	
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0.0	0.0	1.0	8.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0.2	0.2	27.0	105.0	2.00	0.01	0.00	0.00	0.00	7.00	4.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	394	2008	
БАТОН	50	4.0	1.0	26.0	131.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>580</b>	<b>19.2</b>	<b>16.2</b>	<b>83.0</b>	<b>470.0</b>	<b>9.80</b>	<b>0.30</b>	<b>0.00</b>	<b>0.39</b>	<b>0.00</b>	<b>97.61</b>	<b>260.86</b>	<b>65.81</b>	<b>3.22</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			
<b>Обед</b>																					
БОРЩ С МЯСОМ	250	5.0	4.0	14.0	111.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	62	2011	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	7.0	6.0	17.0	221.0	0.00	0.07	0.00	0.00	0.00	4.65	41.82	8.13	0.93	0.00	0.00	0.00	0.00	209	2008	
ГУЛЯШ	50/50	5.0	9.0	3.0	188.0	1.00	0.04	0.00	0.01	0.00	14.00	150.00	20.00	2.00	0.00	0.00	0.00	0.00	259	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.0	1.0	31.0	90.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0.0	0.0	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	8.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>780</b>	<b>20.0</b>	<b>20.0</b>	<b>80.0</b>	<b>670.0</b>	<b>1.00</b>	<b>0.11</b>	<b>0.00</b>	<b>0.01</b>	<b>0.00</b>	<b>23.65</b>	<b>199.82</b>	<b>32.13</b>	<b>3.93</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>39.2</b>	<b>36.2</b>	<b>163.0</b>	<b>1 140.0</b>	<b>10.80</b>	<b>0.41</b>	<b>0.00</b>	<b>0.40</b>	<b>0.00</b>	<b>121.26</b>	<b>460.68</b>	<b>97.94</b>	<b>7.15</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			





## 12 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
<b>Завтрак</b>																					
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	250	13.0	17.0	39.0	301.0	17.50	0.20	0.00	0.48	0.00	47.50	150.00	60.00	2.50	0.00	0.00	0.00	0.00	133	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	215	0.2	0.1	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	8.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0.5	0.1	1.0	7.8	3.00	0.01	0.01	0.00	0.00	13.80	14.40	8.40	0.36	84.60	0.00	0.00	0.00		2008	
БАТОН	50	3.0	1.0	12.0	101.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>575</b>	<b>16.7</b>	<b>18.2</b>	<b>67.0</b>	<b>469.8</b>	<b>20.50</b>	<b>0.21</b>	<b>0.01</b>	<b>0.48</b>	<b>0.00</b>	<b>66.30</b>	<b>172.40</b>	<b>72.40</b>	<b>3.86</b>	<b>84.60</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			
<b>Обед</b>																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ	250	4.0	9.0	8.0	196.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	104	2011	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	13.0	10.0	26.0	324.0	18.32	0.13	0.00	0.37	0.00	61.63	313.15	61.63	19.99	0.00	0.00	0.00	0.00	311	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0.0	0.0	15.0	60.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5.00	8.00	4.00	1.00	0.00	0.00	0.00	0.00	430	2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3.0	1.0	31.0	90.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00		2008	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>750</b>	<b>20.0</b>	<b>20.0</b>	<b>80.0</b>	<b>670.0</b>	<b>18.32</b>	<b>0.13</b>	<b>0.00</b>	<b>0.37</b>	<b>0.00</b>	<b>66.63</b>	<b>321.15</b>	<b>65.63</b>	<b>20.99</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>36.7</b>	<b>38.2</b>	<b>147.0</b>	<b>1 139.8</b>	<b>38.82</b>	<b>0.35</b>	<b>0.01</b>	<b>0.84</b>	<b>0.00</b>	<b>132.93</b>	<b>493.55</b>	<b>138.03</b>	<b>24.85</b>	<b>84.60</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>	<b>0.00</b>			

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	F, мг
Итого за весь период	466,3	459,9	1890,7	13679,8	160.04	3.13	0.01	3.83	0.00	1 869.22	5 157.88	1 308.41	108.03	84.60	0.00	0.00	0.00
Среднее значение за период	38.9	38.3	157.6	1 140.0	13.34	0.26	0.00	0.32	0.00	155.77	429.82	109.03	9.00	7.10	0.00	0.00	0.00
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13.6	30.3	56.1														

**СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)**

Возраст детей	Завтрак	Обед
7-11 лет	556	781