

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 1- 3 лет	с 3 -7 лет	
<b>Неделя 1 День 1</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная	150	200	4,39	5,86	7,46	9,95	20,11	26,8	166	221,38	34
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,16	30,84	117,9	157,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
Итого за завтрак		360	440	16,76	22,36	11,06	14,79	53,77	71,64	323,7	431,64	
<b>Завтрак2</b>	Лимонный напиток	100	100	0,15	0,15	0	0	19,3	19,3	78,75	78,75	9
Итого за завтрак 2		100	100	0,15	0,15	0	0	19,3	19,3	78,75	78,75	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежей капусты	40	60	0,8	1,2	1,8	2,7	3,66	5,5	34	51	5
	Суп гороховый м\к бульон	180	200	1,66	1,84	1,83	2,03	12,1	13,44	92,9	103,22	88
	Плов из отварной птицы	160	200	12,8	16	12,72	15,9	30,32	37,9	287,2	359	12
	Компот из сух.фруктов	150	200	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37	72,57	96,76	40
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141	14
Итого за обед		570	720	18,53	23,91	16,68	21,12	84,04	110,73	580,67	750,98	
<b>Полдник</b>	Булочка сдобная	60	90	4,53	6,79	6,11	9,16	27,8	41,7	197,16	295,75	9
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
Итого за полдник		240	290	13,53	18,79	8,41	12,26	38,3	55,7	236,96	348,81	
Итого за день		1270	1550	48,97	65,21	36,15	48,17	195,4	257,37	1220,08	1610,18	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 1- 3 лет	с 3 -7 лет	
<b>Неделя 1 день2</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная	150	200	5,07	6,76	7,81	10,41	19,4	25,86	168,7	224,94	311
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,2	30,84	117,9	152,7	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за завтрак</b>		360	440	17,44	23,26	11,41	15,25	53,1	70,7	326,4	430,7	
<b>Завтрак2</b>	Компот из сух. фруктов	100	100	0,15	0,15	0,005	0,005	12,2	12,18	48,38	48,38	40
<b>Итого за завтрак 2</b>		100	100	0,15	0,15	0,005	0,005	12,2	12,18	48,38	48,38	
<b>ОБЕД</b>	Салат из лука	30	50	0,39	0,66	2,7	4,5	2,1	3,5	33,99	56,66	19
	Борщ со сметаной	180	200	1,09	1,81	2,95	4,91	7,64	12,74	61,5	102,5	57
	Гуляш из отварного мяса	50	70	6,44	10,31	5,09	8,15	1,64	2,62	78,13	125	21
	Каша гречневая	110	130	6,16	8,55	3,82	7,23	25,5	41,17	163,68	270,51	22
	Кисель	150	200	0	0	0	0	14,7	19,6	60	80	43
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,7	29,52	94	141	14
<b>Итого за обед</b>		560	710	17,12	25,89	14,88	25,27	71,2	109,15	491,3	775,67	
<b>Полдник</b>	Омлет	130	150	10,2	11,77	11,78	13,6	4,16	4,8	162,5	187,5	56
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,2	30,84	117,9	152,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за полдник</b>		340	390	22,57	28,27	15,38	18,44	37,8	49,64	320,2	392,76	
<b>Итого за день</b>		1360	1640	57,28	77,57	41,675	58,97	174	241,67	1186,28	1647,51	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	
<b>Неделя 1 день 3</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая молочная	150	200	5,95	6,98	7,8	10,4	18,8	25	166,78	222,38	33
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,2	30,84	117,9	157,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за завтрак</b>		360	440	18,32	23,48	11,4	15,24	52,4	69,84	324,48	432,64	
<b>Завтрак2</b>	Лимонный напиток	100	100	0,15	0,15	0	0	19,3	19,3	78,8	78,8	9
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,15</b>	<b>0,15</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>19,3</b>	<b>19,3</b>	<b>78,8</b>	<b>78,8</b>	
<b>ОБЕД</b>	Икра кабачковая	40	60	0,76	1,14	3,56	5,34	3,08	4,62	47,6	71,4	19
	Рассольник м\к бульон	180	200	2,01	2,8	2,35	3,27	9,21	12,8	66,24	92	14
	Жаркое по домашнему	160	200	13,24	16,53	11,98	14,98	14	17,43	224,4	280,52	51
	Компот из сух.фруктов	150	200	0,23	1,04	0,31	0,01	18,3	24,37	72,57	96,76	40
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,7	29,52	94	141	14
<b>Итого за обед</b>		570	720	19,28	26,07	18,52	24,08	64,2	88,74	504,81	681,68	
<b>Полдник</b>	Пирожок с повидлом	60	80	3,45	4,6	1,4	1,6	33,3	44,44	159,6	212,8	454
	Чай с сахаром	180	200	9	12	1,87	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за полдник</b>		240	280	12,45	16,6	3,27	4,7	43,8	58,44	199,4	265,86	
<b>Итого за день</b>		1270	1540	50,2	66,3	33,19	44,02	180	236,3	1107,49	1458,98	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		с 13 лет	с 3 - 7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		с 1- 3 лет	с 3 - 7 лет	
				с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет			
<b>Неделя 1 День 4</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная	150	200	5,07	6,76	7,8	10,4	19,4	25,87	168,7	224,9	31
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,16	30,84	117,9	157,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	38,9	53,06	113
<b>Итого за завтрак</b>		360	440	17,44	23,26	11,4	15,24	53,06	70,71	325,5	435,16	
<b>Завтрак2</b>	Компот из сух. Фруктов	100	100	0,16	0,16	0,005	0,005	12,18	12,2	48,38	48,38	40
<b>Итого за завтрак 2</b>		100	100	0,16	0,16	0,005	0,005	12,18	12,2	48,38	48,38	
<b>ОБЕД</b>	Салат из лука	30	50	0,39	0,66	2,7	4,5	2,1	3,5	33,99	56,66	19
	Щи на м/к бульоне из свежей капусты с картофелем	180	200	1,26	1,75	3,51	4,87	6,1	8,47	61,02	84,75	42
	соус томатный	30	30	0,87	0,87	1,17	1,17	7,91	7,91	36,33	36,33	34
	Котлета рыбная	60	80	16,27	21,7	4,67	6,23	3,88	5,17	123,95	165,27	43
	Макароны отварные	120	150	4,69	5,9	6,48	8,11	25,03	31,29	183,81	229,76	49
	кисель	150	200	0	0	0	0	14,7	19,6	60	80	43
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141	14
<b>Итого за обед</b>		610	770	26,52	35,44	18,85	25,36	79,4	105,46	593,1	793,77	
<b>Полдник</b>	Суп молочный рисовый	150	200	3,61	4,82	3,81	5,08	12,63	16,84	99,3	132,4	46
	батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,16	30,84	117,9	152,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за полдник</b>		360	440	15,98	21,32	7,41	9,92	46,29	61,68	257	337,66	
<b>Итого за день</b>		1430	1750	60,1	80,18	37,665	50,525	190,9	250,05	1223,98	1614,97	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	
<b>Неделя 1 День 5</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша ячневая молочная	150	200	5,15	6,87	6,03	8,04	19,44	25,92	160,54	214	311
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,16	30,84	117,9	157,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за завтрак</b>		360	440	17,52	23,37	9,63	12,88	53,1	70,76	318,24	424,26	
<b>Завтрак2</b>	Лимонный напиток	100	100	0,15	0,15	0	0	19,3	19,3	78,8	78,8	9
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,15</b>	<b>0,15</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>19,3</b>	<b>19,3</b>	<b>78,8</b>	<b>78,8</b>	
<b>ОБЕД</b>	Огурец соленый	30	50	0,38	0,57	0,07	0,11	1,61	2,42	8,05	12,08	50
	Суп картофельный с вермишелью м\к бульон	180	200	1,67	2,22	1,41	1,88	10,49	13,98	67,35	89,78	98
	Ленивые голубцы с курицей	160	200	10,63	14,61	10,64	14,64	13,58	18,68	193,76	266,41	53
	Компот из сух.фруктов	150	200	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37	72,57	96,76	40
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141	14
<b>Итого за обед</b>		560	710	15,95	22,27	10,65,8	17,12	63,64	88,97	435,73	606,03	
<b>Полдник</b>	Печенье	30	50	2,25	3,75	2,94	4,9	22,42	37,2	125,1	208,5	54
	Кисломолочный продукт	180	200	7,2	8	5,76	6,4	7,56	8,4	120,6	134	35
<b>Итого за полдник</b>		210	250	9,45	11,75	8,7	11,3	29,98	45,6	245,7	342,5	
<b>Итого за день</b>		1230	1500	43,07	57,54	1084,1	41,3	166	224,63	1078,47	1451,59	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		с 13 лет	с 3 - 7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		с 1-3 лет	с 3-7 лет	
				с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет			
<b>Неделя 2 День 6</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная	150	200	4,39	5,86	7,46	9,95	20,1	26,8	166	221,38	34
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,2	30,84	117,9	157,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за завтрак</b>		<b>360</b>	<b>440</b>	<b>16,76</b>	<b>22,36</b>	<b>11,06</b>	<b>14,79</b>	<b>53,8</b>	<b>71,64</b>	<b>323,7</b>	<b>431,64</b>	
<b>Завтрак2</b>	Компот из сух.фруктов	100	100	0,15	0,15	0,005	0,005	12,2	12,18	48,38	48,38	40
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,15</b>	<b>0,15</b>	<b>0,005</b>	<b>0,005</b>	<b>12,2</b>	<b>12,18</b>	<b>48,38</b>	<b>48,38</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежей капусты	40	60	0,8	1,2	1,8	2,7	3,67	5,5	34	51	5
	Свекольник м/к бульон со сметаной	180	200	2,8	3,74	2,65	3,54	7,64	10,18	65,83	87,78	99
	Макароны отварные	120	150	4,69	5,9	6,48	8,11	25	31,29	183,81	229,76	49
	Гуляш из отварного мяса	50	70	6,44	10,31	5,09	8,15	1,64	2,62	78,125	125	21
	Кисель	150	200	0	0	0	0	14,7	19,6	60	80	43
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,7	29,52	94	141	14
<b>Итого за обед</b>		<b>580</b>	<b>740</b>	<b>17,77</b>	<b>25,71</b>	<b>16,34</b>	<b>22,98</b>	<b>72,4</b>	<b>98,71</b>	<b>515,765</b>	<b>714,54</b>	
<b>Полдник</b>	Булочка сдобная	60	90	4,53	6,79	6,11	9,16	27,8	41,7	197,16	295,75	9
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за полдник</b>		<b>240</b>	<b>290</b>	<b>13,53</b>	<b>18,79</b>	<b>8,41</b>	<b>12,26</b>	<b>38,3</b>	<b>55,7</b>	<b>236,96</b>	<b>348,81</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1280</b>	<b>1570</b>	<b>48,21</b>	<b>67,01</b>	<b>35,815</b>	<b>50,04</b>	<b>177</b>	<b>238,2</b>	<b>1124,805</b>	<b>1543,37</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 1-3 лет	с 3-7 лет	
<b>Неделя 2 День 7</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная	150	200	5,07	6,76	7,81	10,41	19,4	25,86	168,7	224,94	311
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,16	30,84	117,9	157,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за завтрак</b>		360	440	17,44	23,26	11,41	15,25	53,06	70,7	326,4	435,2	
<b>Завтрак2</b>	Лимонный напиток	100	100	0,15	0,15	0	0	19,3	19,3	78,75	78,75	9
<b>Итого за завтрак 2</b>		100	100	0,15	0,15	0	0	19,3	19,3	78,75	78,75	
	Суп гороховый м/к бульон	180	200	1,66	1,84	1,83	2,03	12,1	13,44	92,9	103,22	88
	Капуста тушеная с мясом, курой	160	200	14,29	19,7	11,71	15	9,73	13,65	201	269	336
	Компот из сух.фруктов	150	200	0,23	0,31	0,01	0,01	18,28	24,37	72,57	96,76	40
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141	14
<b>Итого за обед</b>		530	660	19,22	26,41	13,87	17,52	59,79	80,98	460,47	609,98	
<b>Полдник</b>	Вермишель молочная	150	200	4,95	6,58	6,75	9	27	28,12	140,28	187,04	10
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,16	30,84	117,9	157,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за полдник</b>		360	440	17,32	23,08	10,35	13,84	60,66	72,96	297,98	397,3	
<b>Итого за день</b>		1350	1640	54,13	72,9	35,63	46,61	192,8	243,94	1163,6	1521,23	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 1- 3 лет	с 3 -7 лет	
<b>Неделя 2 День 8</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная	150	200	5,07	6,76	7,8	10,4	19,4	25,87	168,7	224,9	31
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,16	30,84	117,9	157,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за завтрак</b>		360	440	17,44	23,26	11,4	15,24	53,06	70,71	326,4	435,16	
<b>Завтрак2</b>	Компот из сух.фруктов	100	100	0,16	0,16	0,005	0,005	12,18	12,18	48,38	48,38	40
<b>Итого за завтрак 2</b>		100	100	0,16	0,16	0,005	0,005	12,18	12,18	48,38	48,38	
	Салат луковый	30	50	0,39	0,66	2,7	4,5	2,1	3,5	33,99	56,66	19
	ЩИ м/к оульон из свежей капусты с картофелем	180	200	1,26	1,75	3,51	4,87	6,1	8,47	61,02	84,75	42
	Гуляш из отварного мяса	50	70	6,44	10,31	5,09	8,15	1,64	2,62	78,12	125	21
	Картофельное пюре	110	130	2,48	2,94	3,45	4,06	6,2	23,97	94,55	111,73	63
	Кисель	150	200	0	0	0	0	14,7	19,6	60	80	43
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141	14
<b>Итого за обед</b>		560	710	13,61	20,22	15,07	22,06	50,42	87,68	421,68	599,14	
<b>Полдник</b>	Пирожок с повидлом	60	80	3,45	4,6	1,4	1,87	33,33	44,44	159,6	212,8	454
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за полдник</b>		240	280	12,45	16,6	3,7	4,97	43,83	58,44	199,4	265,86	
<b>Итого за день</b>		1260	1530	43,66	60,24	30,175	42,28	159,49	229,01	995,86	1348,54	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		с 13 лет	с 3 - 7 лет	Белки		Жиры		Углеводы		с 1-3 лет	с 3-7 лет	
				с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет			
<b>Неделя 2 День 9</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша геркулесовая молочная	150	200	6,12	8,16	7,38	9,84	26,7	35,6	198	264	64
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,2	30,84	117,9	157,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за завтрак</b>		360	440	18,49	24,66	10,98	14,68	60,4	80,44	355,7	474,26	
<b>Завтрак2</b>	Лимонный напиток	100	100	0,15	0,15	0	0	19,3	19,3	78,8	78,8	9
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,15</b>	<b>0,15</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>19,3</b>	<b>19,3</b>	<b>78,8</b>	<b>78,8</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свеклы	40	60	0,47	0,58	2,58	3,48	3,52	4,4	38,3	50,16	6
	Суп крестьянский м/к бульон	180	200	1,8	1,92	2,38	2,54	9,88	15,8	79,87	85,2	204
	Плов	160	200	12,8	16	12,72	15,9	30,3	37,9	287,2	359	12
	Компот из сух.фруктов	150	200	0,23	0,31	0,01	0,01	18,3	24,37	72,57	96,76	40
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	16,7	29,52	85,76	141	14
<b>Итого за обед</b>		570	720	18,34	23,37	18,01	22,41	78,7	112	563,7	732,12	
<b>Полдник</b>	Творожная запеканка	130	150	15,91	18,35	10,83	12,49	11,6	13,38	214,24	247,2	17
	Соус молочный сладкий	40	40	1,3	1,3	3,54	3,54	7,87	7,87	60,6	60,6	65
	Чай с сахаром	150	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за полдник</b>		320	390	26,21	31,65	16,67	19,13	30	35,25	314,64	360,86	
<b>Итого за день</b>		1350	1650	63,19	79,83	45,66	56,22	188	247	1312,84	1646,04	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
				Белки		Жиры		Углеводы				
		с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 13 лет	с 3 - 7 лет	с 1- 3 лет	с 3 - 7 лет	
<b>Неделя 2 День 10</b>												
<b>Завтрак</b>	Каша молочная "Дружба"	150	200	4,66	6,21	5,79	7,73	20,78	27,71	150,75	201	168
	Батон	30	40	3,37	4,5	1,3	1,74	23,16	30,84	117,9	157,2	3,4
	Чай с сахаром	180	200	9	12	2,3	3,1	10,5	14	39,8	53,06	113
<b>Итого за завтрак</b>		360	440	17,03	22,71	9,39	12,57	54,44	72,55	308,45	411,26	
<b>Завтрак2</b>	Компот из сух. Фруктов	100	100	0,15	0,15	0,005	0,005	12,18	12,18	48,38	48,38	40
<b>Итого за завтрак 2</b>		<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0,15</b>	<b>0,15</b>	<b>0,005</b>	<b>0,005</b>	<b>12,18</b>	<b>12,18</b>	<b>48,38</b>	<b>48,38</b>	
	Суп картофельный с вермишелью на м\к бульон	180	200	1,67	2,22	1,41	1,88	10,49	13,98	67,35	89,78	98
	Овощное рагу с мясом	160	200	13,9	17,38	15,08	18,86	11,98	14,98	239,53	299,42	59
	Кисель	150	200	0	0	0	0	14,7	19,6	60	80	43
	Хлеб пшеничный	40	60	3,04	4,56	0,32	0,48	19,68	29,52	94	141	14
<b>Итого за обед</b>		530	660	18,61	24,16	16,81	21,22	56,85	78,08	460,88	610,2	
<b>Полдник</b>	Булочка сдобная	60	90	4,53	6,79	6,11	9,16	27,8	41,7	197,16	295,75	9
	Какао с молоком	150	180	4,65	5,58	4,8	5,76	16,77	20,12	127,36	152,83	6
<b>Итого за полдник</b>		210	270	9,18	12,37	10,91	14,92	44,57	61,82	324,52	448,58	
<b>Итого за день</b>		1200	1470	44,97	59,39	37,115	48,72	168	224,63	1142,23	1518,42	