



НЕДЕЛЯ: первая

**ДЕНЬ: понедельник**

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 7 лет ( с 12ч пребыванием детей)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры	
			Б	Ж	У				
Завтрак	Каша жидкая молочная из ячневой крупы с маслом	205	6,8	7,17	40	252	0	182	
	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	6,12	18,88	36,55	340	0	1а	
	Фрукты свежие (яблоко)	60	0,24	0,24	6,78	30,24	6	4	
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,03	392	
	<b>итого</b>	<b>525</b>	<b>13,16</b>	<b>26,29</b>	<b>83,33</b>	<b>622,24</b>	<b>6,03</b>		
2 завтрак	Напиток с витаминами	200	0	0	19	80	20	17840891-2016	
	<b>итого</b>	<b>725</b>	<b>13,16</b>	<b>26,29</b>	<b>102,33</b>	<b>702,24</b>	<b>26,03</b>		
Обед	Икра кабачковая	60	0,6	2,35	3,85	45	4,8	93	
	Суп-харчо	250	4,97	6,19	21,3	152,84	9	101	
	Биточки из птицы	90	10,3	4,41	20,25	184	0,5	306	
	Соус молочный	40	1,3	3,02	4,26	50	0,02	350	
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	10,1	6,3	41,7	268	0	165	
	Компот из изюма	200	0,4	0,018	24,98	115	0,36	376	
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114	
	Хлеб ржаной	80	4,8	0,9	24	145,3	0	б/н	
		<b>итого</b>	<b>960</b>	<b>37,03</b>	<b>23,668</b>	<b>169,86</b>	<b>1101,14</b>	<b>14,68</b>	
	Полдник	Пудинг творожный с изюмом	150	22,71	16,14	36,5	382	0,28	66
Молоко сгущенное		20	1,44	1,7	11,1	66	0,2	490	
Чай с молоком		200	1,4	1,6	16,4	86	0	945	
Хлеб пшеничный		60	4,56	0,48	29,52	141	0	114	
<b>итого</b>		<b>430</b>	<b>30,11</b>	<b>19,92</b>	<b>93,52</b>	<b>675</b>	<b>0,48</b>		
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>2115</b>	<b>80,3</b>	<b>69,878</b>	<b>365,71</b>	<b>2478,38</b>	<b>41,19</b>		

НЕДЕЛЯ: первая

ДЕНЬ: вторник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 7 лет ( с 12ч пребыванием детей)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из овсянных хлопьев"Геркулес"с маслом	205	7,2	9,39	37,8	265	0	182
	Бутерброд с маслом сливочным и сыром	30/5/16	3,48	8,32	17,2	157,6	0	1
	Фрукты свежие(банан)	100	1,5	0,5	21	95	10	368
	Какао с молоком	200	3	2,5	13,7	80	0,52	274
	<b>итого</b>	<b>506</b>	<b>15,18</b>	<b>20,71</b>	<b>89,7</b>	<b>597,6</b>	<b>10,52</b>	
2 завтрак	Напиток с витаминами	200	0	0	19	80	20	17840891-2016
	<b>итого</b>	<b>706</b>	<b>15,18</b>	<b>20,71</b>	<b>108,7</b>	<b>677,6</b>	<b>30,52</b>	
Обед	Икра баклажанная	60	0,8	2,95	5,21	53,2	6,8	126
	Свекольник на курином бульоне	230	4,49	5,57	12,9	119,6	8,23	57/11
	Тефтели из говядины	90	7,56	7,5	10,26	244	2,18	279
	Соус молочный	40	1,3	3,02	4,26	50	0,02	350
	Пюре картофельное	180	3,82	5,82	25,81	313,2	12,46	12
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	376
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Хлеб ржаной	80	4,8	0,9	24	145,3	0	б/н
	<b>итого</b>	<b>980</b>	<b>29,07</b>	<b>29,28</b>	<b>143,98</b>	<b>1229,3</b>	<b>30,11</b>	
Полдник	Омлет натуральный	200	17,22	27,73	4,61	388,75	0,3	215/11
	Горошек зеленый консервированный	60	1,86	0,12	3,9	24	0	1
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Напиток из чернослива	200	1,04	0,6	10,2	50,36	8	945
	<b>итого</b>	<b>520</b>	<b>24,68</b>	<b>28,93</b>	<b>48,23</b>	<b>604,11</b>	<b>8,3</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2206</b>	<b>68,93</b>	<b>78,92</b>	<b>300,91</b>	<b>2511,01</b>	<b>68,93</b>	

НЕДЕЛЯ: первая

ДЕНЬ: СРЕДА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 7 лет (с 12ч пребыванием детей)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы с маслом	205	7,33	7,17	38,4	248	0	182
	Бутерброд с повидлом	40/10	3,06	1,16	30,96	146,54	0	2
	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	2
	Кофейный напиток с молоком	200	2,9	2,5	14,7	92,9	0	б/н
	<b>итого</b>	<b>511</b>	<b>13,69</b>	<b>11,23</b>	<b>93,86</b>	<b>534,44</b>	<b>0</b>	
2 завтрак	Напиток с витаминами	200	0	0	19	80	20	17840891-2016
	<b>итого</b>	<b>716</b>	<b>13,69</b>	<b>11,23</b>	<b>112,86</b>	<b>614,44</b>	<b>20</b>	
Обед	Горошек зеленый консервированный	60	1,86	0,12	3,9	24	0	1
	Рассольник со сметаной	230	5,06	8,6	23,41	191,31	9,2	9/2
	Макаронные изделия отварные	180	6,54	4,85	41,77	242,07	0	317
	Котлета рубленая из птицы	90	7,45	10,96	15,92	212,91	0,49	294
	Соус молочный	40	1,3	3,02	4,26	50	0,02	350
	Кисель из сока	200	0,2	0,12	39	158	4,4	359/07
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Хлеб ржаной	80	4,8	0,9	24	145,3	0	б/н
	<b>итого</b>	<b>765</b>	<b>30,47</b>	<b>26,03</b>	<b>177,52</b>	<b>1164,59</b>	<b>14,09</b>	
Полдник	Плов с фруктами	230	5,3	17,3	58,8	441	1,93	221
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,03	392
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	<b>итого</b>	<b>290</b>	<b>9,86</b>	<b>17,78</b>	<b>88,32</b>	<b>582</b>	<b>1,96</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1771</b>	<b>54,02</b>	<b>55,04</b>	<b>378,7</b>	<b>2361,03</b>	<b>36,05</b>	

НЕДЕЛЯ: первая

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 7 лет ( с 12ч пребыванием детей)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из кукурузной крупы с маслом	205	6,36	6,94	40,3	249	0,53	182
	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	6,12	18,88	36,55	340	0	1а
	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	2
	Чай с лимоном	200	0,53	0	9,87	41,6	2,13	946
	<b>итого</b>	<b>516</b>	<b>13,41</b>	<b>26,22</b>	<b>96,52</b>	<b>677,6</b>	<b>12,66</b>	
2 завтрак	Напиток с витаминами	200	0	0	19	80	20	17840891-2016
	<b>итого</b>	<b>716</b>	<b>13,41</b>	<b>26,22</b>	<b>115,52</b>	<b>757,6</b>	<b>32,66</b>	
Обед	Икра морковная	60	0,93	4,88	5,53	70	2,2	75
	Щи на мясокостном бульоне со сметаной	250/11	2,2	1,925	9,225	98,82	24,675	8
	Котлеты рыбные запеченные	120	6	6,12	50,4	175	0,24	255
	Рис припущенный	180	4,37	5,16	44,05	240,18	0	305
	Соус молочный	40	1,3	3,02	4,26	50	0,02	350
	Напиток из сушеных яблок	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	388/07
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Хлеб ржаной	80	4,8	0,9	24	145,3	0	б/н
		<b>итого</b>	<b>981</b>	<b>24,6</b>	<b>22,505</b>	<b>194,745</b>	<b>1033,3</b>	<b>27,535</b>
Полдник	Вареники ленивые с маслом	150/5	25,11	12,33	24,55	309	0,49	244
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	60	0,03	392
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
		<b>итого</b>	<b>415</b>	<b>29,67</b>	<b>12,83</b>	<b>69,07</b>	<b>510</b>	<b>0,52</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>2112</b>	<b>81,09</b>	<b>87,775</b>	<b>475,855</b>	<b>2300,9</b>	<b>73,375</b>	

НЕДЕЛЯ: первая

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 7 лет (с 12ч пребыванием детей)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша молочная из манной крупы с маслом	205	6	7,2	33,5	223	0	181
	Бутерброд с маслом	40/10	2,03	8,6	0,44	129,1	0	9
	Фрукты свежие(яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	47	10	2
	Чай с сахаром	200	0,1	0,1	15	60	0	943
	<b>итого</b>	<b>505</b>	<b>8,53</b>	<b>16,3</b>	<b>43,74</b>	<b>399,1</b>	<b>10</b>	
2 завтрак	Напиток с витаминами	200	0	0	19	80	20	17840891-2016
	<b>итого</b>	<b>705</b>	<b>8,53</b>	<b>16,3</b>	<b>62,74</b>	<b>479,1</b>	<b>40</b>	
Обед	Кукуруза отварная	60	5,5	3,48	38,24	206,4	1,33	11
	Солянка из птицы	250	14,8	13,2	4,9	199	6,4	158
	Азу	250	21,91	16,63	36,82	427	9,15	370
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	376
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Хлеб ржаной	80	4,8	0,9	24	145,3	0	б/н
	<b>итого</b>	<b>736</b>	<b>52,01</b>	<b>34,71</b>	<b>161,24</b>	<b>1231,7</b>	<b>17,28</b>	
Полдник	Крендель сахарный	75	5,31	9,85	41,8	277,5	0,18	415
	Йогурт	200	10	3	7	156	1,2	444
	Каша гречневая молочная	150/4	4,67	4,86	20,94	146	0	413
	<b>итого</b>	<b>300</b>	<b>17,08</b>	<b>16,14</b>	<b>62,74</b>	<b>526</b>	<b>1,38</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1741</b>	<b>64,98</b>	<b>55,875</b>	<b>288,265</b>	<b>2236,8</b>	<b>76,895</b>	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: понедельник

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 7 лет (с 12ч пребыванием детей)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	6,2	7,7	27,7	201	1,9	7
	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	6,12	18,88	36,55	340	0	9
	Фрукты свежие (яблоко)	60	0,24	0,24	6,78	30,24	6	4
	Кофейный напиток с молоком	200	2,9	2,5	14,7	92,9	0	б/н
	<b>итого</b>	<b>510</b>	<b>15,22</b>	<b>29,08</b>	<b>78,95</b>	<b>633,9</b>	<b>1,9</b>	
2 завтрак	Напиток с витаминами	200	0	0	19	80	20	17840891-2016
	<b>итого</b>	<b>710</b>	<b>15,22</b>	<b>29,08</b>	<b>97,95</b>	<b>713,9</b>	<b>21,9</b>	
Обед	Икра кабачковая	60	0,72	2,83	4,63	46,8	5,76	93
	Свекольник на курином бульоне	230	4,49	5,57	12,9	119,6	8,23	57/11
	Биточки из птицы	90	10,3	4,41	20,25	184	0,5	306
	Соус молочный	40	1,3	3,02	4,26	50	0,02	350
	Макаронные изделия отварные	180	6,54	4,85	41,77	242,07	0	317
	Компот из изюма	200	0,4	0,018	24,98	115	0,36	376
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Хлеб ржаной	80	4,8	0,9	24	145,3	0	б/н
	<b>итого</b>	<b>741</b>	<b>31,81</b>	<b>19,058</b>	<b>158,05</b>	<b>1043,77</b>	<b>14,85</b>	
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	150	19,05	17,74	26,08	340,2	1,862	240
	Молоко сгущенное	20	1,44	1,7	11,1	66	0,2	490
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	2,83	946
	<b>итого</b>	<b>430</b>	<b>25,18</b>	<b>19,94</b>	<b>81,9</b>	<b>609,2</b>	<b>4,892</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1881</b>	<b>72,21</b>	<b>68,078</b>	<b>337,9</b>	<b>2366,87</b>	<b>41,642</b>	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ВТОРНИК

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 7 лет( с 12ч пребыванием детей)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из кукурузной крупы с маслом	205	7,07	8,6	39,33	256	0	182
	Бутерброд с повидлом	40/10	3,06	1,16	30,96	146,54	0	2
	Фрукты свежие(банан)	100	1,5	0,5	21	95	10	368
	Какао с молоком	200	3	2,5	13,7	80	0,52	274
	<b>итого</b>	<b>515</b>	<b>13,13</b>	<b>12,26</b>	<b>83,99</b>	<b>482,54</b>	<b>0,52</b>	
2 завтрак	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0	0	19	80	20	17840891-2016
	<b>итого</b>	<b>860</b>	<b>13,13</b>	<b>12,26</b>	<b>102,99</b>	<b>562,54</b>	<b>20,52</b>	
Обед	Икра баклажанная	60	0,8	2,95	5,21	53,2	6,8	126
	Суп картофельный с горохом лущеным, с мясом	250	5,49	5,27	16,32	201	5,81	81
	Тефтели из говядины	90	7,56	7,5	10,26	244	2,18	279
	Соус молочный	40	1,3	3,02	4,26	50	0,02	350
	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180	10,1	6,3	41,7	268	0	165
	Напиток из кураги	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	704
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Хлеб ржаной	80	4,8	0,9	24	145,3	0	б/н
	<b>итого</b>	<b>960</b>	<b>35,05</b>	<b>26,44</b>	<b>159,03</b>	<b>1215,5</b>	<b>15,21</b>	
Полдник	Макаронны отварные с сыром	200	11,17	10,28	31,78	361,2	0,14	206
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Напиток из сушеных яблок	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	388/07
	<b>итого</b>	<b>460</b>	<b>16,17</b>	<b>10,78</b>	<b>89,06</b>	<b>615,2</b>	<b>0,54</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>2280</b>	<b>64,35</b>	<b>49,48</b>	<b>351,08</b>	<b>2393,24</b>	<b>36,27</b>	



НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: СРЕДА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 7 лет ( с 12ч пребыванием детей)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы с маслом	200/5	6	7,04	33,2	219	0,56	4
	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/15	3,48	8,32	17,2	157,6	0	1
	Фрукты свежие (яблоко)	60	0,24	0,24	6,78	30,24	6	4
	Чай с сахаром	200	0,1	0,1	15	60	0	943
	<b>итого</b>	<b>525</b>	<b>9,82</b>	<b>15,7</b>	<b>57,18</b>	<b>406,84</b>	<b>6,56</b>	
2 завтрак	Напиток с витаминами	200	0	0	19	80	20	17840891-2016
	<b>итого</b>	<b>725</b>	<b>9,82</b>	<b>15,7</b>	<b>76,18</b>	<b>486,84</b>	<b>26,56</b>	
Обед	Горошек зеленый консервированный	60	1,86	0,12	3,9	24	0	1
	Суп-лапша с курицей	250	8,35	9,16	27,3	224	1,4	86
	Котлета рубленая из птицы	90	7,45	10,96	15,92	212,91	0,49	294
	Сложный гарнир	180	4	6,2	43,3	156	15	440
	Кисель из сока	200	0,2	0,12	39	158	4,4	359/07
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Хлеб ржаной	80	4,8	0,9	24	145,3	0	б/н
	<b>итого</b>	<b>920</b>	<b>31,22</b>	<b>27,94</b>	<b>182,94</b>	<b>1061,21</b>	<b>21,29</b>	
Полдник	Оладьи с повидлом	150	17,6	20	65,18	488,5	0,9	47
	Чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86	0	945
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	<b>итого</b>	<b>410</b>	<b>23,56</b>	<b>22,08</b>	<b>111,1</b>	<b>715,5</b>	<b>0,9</b>	
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>2055</b>	<b>64,6</b>	<b>65,72</b>	<b>370,22</b>	<b>2263,55</b>	<b>48,75</b>	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 7 лет (с 12ч пребыванием детей)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша рисовая молочная	205	6,81	7,86	35,52	240	0	182
	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	6,12	18,88	36,55	340	0	1а
	Фрукты свежие (яблоко)	60	0,24	0,24	6,78	30,24	6	4
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,2	62	2,83	946
	<b>итого</b>		<b>515</b>	<b>13,06</b>	<b>26,76</b>	<b>87,27</b>	<b>642</b>	<b>2,83</b>
2 завтрак	Кисель с витаминами "Витошка"	200	0	0	24	95	20,1	17840891-2016
	<b>итого</b>	<b>620</b>	<b>13,06</b>	<b>26,76</b>	<b>111,27</b>	<b>737</b>	<b>22,93</b>	
Обед	Икра свекольная	60	0,93	4,88	5,53	70	2,2	75
	Рассольник со сметаной	230	5,06	8,6	23,41	191,31	9,2	9/2
	Биточки рыбные запеченные с соусом сметанным	100	13,9	2,1	9,6	113	0,4	345
	Пюре картофельное	180	3,82	5,82	25,81	313,2	12,46	12
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	376
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Хлеб ржаной	80	4,8	0,9	24	145,3	0	б/н
	<b>итого</b>	<b>770</b>	<b>33,51</b>	<b>22,8</b>	<b>145,63</b>	<b>1086,81</b>	<b>24,66</b>	
Полдник	Омлет натуральный	200	17,22	27,73	4,61	388,75	0,3	215/11
	Горошек зеленый консервированный	60	1,86	0,12	3,9	24	0	1
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Чай с сахаром	200	0,1	0,1	15	60	0	392
	<b>итого</b>	<b>320</b>	<b>23,74</b>	<b>28,43</b>	<b>38,03</b>	<b>553,75</b>	<b>0,3</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1710</b>	<b>70,31</b>	<b>77,99</b>	<b>294,93</b>	<b>2377,56</b>	<b>47,89</b>	

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: от 7 лет ( с 12ч пребыванием детей)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	пищевые вещества,г			Энергетическая ценность, ккал	вит С	№ Рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшениной крупы с маслом	205	6,74	7,27	38,13	245	0	182
	Бутерброды с маслом и сыром	30/5/15	3,48	8,32	17,2	157,6	0	1
	Фрукты свежие (банан)	100	1,5	0,5	21	95	10	368г
	Чай с молоком	200	1,4	1,6	16,4	86	0	945
	<b>итого</b>	<b>555</b>	<b>11,62</b>	<b>17,19</b>	<b>71,73</b>	<b>488,6</b>	<b>0</b>	
2 завтрак	Напиток с витаминами	200	0	0	19	80	20	17840891-2016
	<b>итого</b>	<b>755</b>	<b>11,62</b>	<b>17,19</b>	<b>90,73</b>	<b>568,6</b>	<b>20</b>	
Обед	Кукуруза отварная	60	5,5	3,48	38,24	206,4	1,33	11
	Борщ	250/10/6	3,52	5,98	9,78	117	9,74	5
	Плов из курицы	250	24,5	27	44,2	522	1,9	122
	Напиток из сушеных яблок	200	0,44	0,02	27,76	113	0,4	388/07
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141	0	114
	Хлеб ржаной	80	4,8	0,9	24	145,3	0	б/н
	<b>итого</b>	<b>896</b>	<b>43,32</b>	<b>37,86</b>	<b>173,5</b>	<b>1244,7</b>	<b>13,37</b>	
Полдник	Булочка домашняя	100	7,5	13	55	383	0	469/11
	Снежок	200	6,05	6,8	8,5	124	1,4	393
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	0	3
	<b>итого</b>	<b>340</b>	<b>18,65</b>	<b>24,4</b>	<b>63,8</b>	<b>570</b>	<b>1,4</b>	
<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1991</b>	<b>73,59</b>	<b>79,45</b>	<b>328,03</b>	<b>2383,3</b>	<b>34,77</b>	

<b>ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ</b>	<b>19862</b>	<b>681,57</b>	<b>686,054</b>	<b>3314,84</b>	<b>23672,64</b>	<b>513,557</b>	
<b>СРЕДНЯЯ</b>	<b>1986,2</b>	<b>68,157</b>	<b>68,6054</b>	<b>331,484</b>	<b>2367,264</b>	<b>51,3557</b>	