

# Примерное десятидневное меню МДОУ детский сад №3 «Радуга» п.г.т Рамешки.

Меню-раскладка и № технологических карт к примерному 10-дневному меню для детей от 1,5 до 3-х лет

SHble	, мГ	Fa			0.36			0.36		1.24		9.0	6,0	0	0,04	0.3		0,78	5,22		0.75		99:0		99'0	
Минеральные	вещества, мг	Са			107	165		272		10.5		17	25,5	( )	0.00	15,75		62'6	104,19		143.55		126	3.75	129.75	A 40 C B C B
		C			66'0			66'0		3		2	9		2,73	2,7		0	22,45		0		1	0		
bl. MT		B2			0.02			0.02		0.01		-	0.04	000	0.00	0.007		0.03	0.147		0.04		0.07	0	0.07	17411
Витамины, мг		.B1			0.04	0.05		0.00		0.02		0	0.07	0	0.10	0.01		90.0	0.285		0.05		0.28	0	0.28	
Энергетическая	ценность (ккал)		НЬ		. 164	50	98.65	312,65		64.5		40.9	116,11	20000	100,233	68,44		50	477,685	3	76,78		228,9	44.88	273.78	
		S	ПЕРВЫЙ ДЕНЬ	3ABTPAK	18,59	15,08	12.6	46,27	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	14.85	ОБЕД	4.4	12,76	0 00	5.5	15,8		∞	67,26	полдник	6,82	ужин	25,3	9.7	35	100
зещества(г		X	Paramet.		6,3	1,33	4.8	12,43	BT	0.15		2,3	4,8	100	2,81	0.0		0.3	16,11		3.55		5,5	0	u,	
Пищевые вещества(г)		Б			3.16	1,25	1.6	6,01		0.75		8.0	2,9	720	8.7	0.32		1,5	17,78		2,12		4,3	0.1	4.4	
Масса порции(г)					150/5	150	20			180		45	150/5	001	051	150		30			150		145/15/10	150		
Прием пиши,	е блюд				Каша рисовая молочная с маслом сливочным	Кофейный напиток	Печенье			Сок фруктовый		Салат	Рассольник со	Сметаной	Биточки мясные	Компот из	сухофруктов	Хлеб ржаной			МОЛОКО		Рожки отварные с	Чай с сахаром		
N <sub>0</sub>	рецептуры				189	57	32			442		33	68	C	61	59	ī	76			434		26	55		

### ВТОРОЙ ДЕНЬ

Каша пшенная молочная	150	4,47	5,99	21,19	159,75	0.12	0.07	66.0	110	
Кофейный напиток	150	1,25	1,33	15,08	50	0.05			165	
Хлеб пшеничный	50	3,8	2	18	106			1	57	
		9,52	9,32	54,27	315,75	0.17	0.07	0.99	280.7	0,0
			В	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	PAK					2
	100	0.4		11.3	46.0	0.54	0.23	7.5	18.0	0.92
				ОВЕД	ů.					
Помидоры свежие	50	0.50	0.00	1.71	10.4	0.03		-	Č	
Борш на мясном бульоне со сметаной	150	2,08	8,9		93,69	60.0	0.03	13,5	18,75	2,25
Греча отварная с сосиской	130/50	9*6	11,08	31,1	292,5	0.38	r	0,87	75,8	8,67
Компот из сухофруктов	150	0.32	0.0	15,8	68,44	0.01	0.007	2,7	15.75	0.3
Хлеб ржаной	30	1,5	0.3	8	50	0.00	0.03	0	9 7 9	0.78
		22.46	26.1	105.89	749.2	0.57	0.067	79 67	100 00	0,70
				полдник			0000	70,62	190,09	17,/
	150	3	2,3	4,5	72	0.0	0	-	081	
		,	Ç				,;	1,1	001	0.0
		0	5,2	4,5	72	0,0	0,,	1,1	180	0.0
				ужин						
Блины с маслом сливочным	100/10	9,71	13,1	45,5	328,5	0.11	80.0	1,15	53,4	69,1
Чай с сахаром	150	0.1	0	7.6	44,88	0	0	0	3,75	
		9.81	13.1	55.7	27.20		0			
		126	1,01	7,00	3/3,38	0.11	80.0	1.15	57,15	69,1
		75 10	20 00	721 12						

третий день

	0,86		5,96	6.55		3.45	;		3,75	0,04	10			5.89	1000	0.75	0.2			6.0	0.88	1.78	18,62
	117	165	22.1	304.1		18.0			15	35,25	154	15,75	62.6	91.49		143.55	14	157.55		191.4	8.99	200.39	771,53
	66'0		12,5	13,49		7.5				3,75	0	2,7	0	6.45		0	,			0	4.1	4.1	31,54
	90.0		0.008	0.068		0.05			ot.	90.0	0.05	0.007	0.03	0.147		0.04		0.04		0.05		0.05	0.805
	60.0	0.05	0.008	0.148		0.05			9.0	0.105	0.00	0.01	0.00	0,835		0.05		0.05		0.07	0.011	0.081	1,164
D	188,56	50	136	374,56	PAK	46.0	·	51.8	125,2	100,24	88.93	68,44	50	484,61		76,78	133	209,78		351.22	61.61	412.83	1527,78
3ABTPAK	15,16	15,08	14,62	44,86	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	11.3	ОБЕД	1.5	16,51	20,8	46.79	15,8	∞	109,4	ПОЛДНИК	6,82		6,82	ужин	33.22	15.31	48.52	220,9
	8,51	1.33	6,2	16,04	В			5.04	4,12	3.81	1.93	0.0	0.3	15,2		3.55		3.55		9.82	0.01	9.83	44,62
	2,57	1,25	2,4	6,22		0.4		0.36	6,18	3.56	10.36	0.32	1,5	22,28		2,12	96	98,12		32.49	0.07	32.56	159,58
	150	150	30/10			100		50	150	130	70	150	30			150	35			200/10	150		
	Каша геркулесовая молочная	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный с маслом			груша		Огурец свежий	Суп гороховый на мясном бульоне	Картофельное пюре	Рыбная котлета	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной			Молоко	Конфета			Сырники со сливочным маслом	Чай с лимоном		
	49	57	4		C I	70		33	, 66	22	61	59	92			434	331			64	99		

# четвертый день

	0.36			0.36		1.24			1,87	1,14			3,01		0.0				0,3	0.3	
	6,501	165	22.1	293		10.5			38,25		15,75	62.6	63,79		180		89,4	3.75	5,7	98,85	(10,00
	66.0		12,5	13,49		3			5		2,7	0	17,7		1,1		9,0	O	) 1	9,0	00 50
	90.0		0.008	0.068		0.01		526	0.015		0.007	0.03	0.115		0,,		0.03	0		0.03	0 333
	90.0	0.05	0.008	0.118		0.02			0.03		0.01	90.0	0.1		0,0		0.05	0		0.05	0000
	149	50	136	335	1K	64.5		42.84	104,49	228	68,44	50	493,77		72		144,25	44 88	901	295,13	1760 40
SABIPAK	21,09	15,08	14,62	50,79	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	14.85	ОБЕД	1.84	5.7	90,61	15,8	8	50,4	полдник	4,5	УЖИН	13,02	7.6	18	40,72	161 36
	7,5	1,33	6,2	15,03	BTO	0.15		3.65	5.9	6,8	0.0	0.3	18,75		2,3		60.0	0	2	2,09	16 17
	3,21	1,25	2,4	68'9		0.75		0.57	2,15	8,16	0.32	1,5	11,7		3		0.42	0.1	3,8	4,32	25.01
	150	150	30/10			180		50	150/10	180	150	30			150		150	150	50		
	Каша манная молочная	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный с маслом			Сок фруктовый		Салат из свежих	. Щи на мясном бульоне со сметаной	Жаркое по домашнему	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной			Йогурт		Суп молочный	вермишелевый Чай с сахаром	Хлеб пшеничный		
	48	57	4			442		7.7	7	12	59	92			23		6	55	71		

#### ПЯТЫЙ ДЕНЬ

		60	44		55			76		59	55	29		IJ	27		442			4	23	4	
		Кисель	Запеканка манная		Какао с молоком			Хлеб ржаной	сухофруктов	Компот из	Котлета мясная	Рожки отварные	консервов	Суп из рыбных	Салат капустный		Сок фруктовый			Хлеб пшеничный с маслом	Кофейный напиток	Каша гречневая	
		150	100		150			30		150	80	130		150	50		180			30/10	150	150	
38,83	4,11	1,02	3,09		2,8		20,72	1,5	0.5	030	9.2	4,79		4,25	0.66		0.75		10,45	2,4	1,25	6,8	
46,95	4,2		4,2		2,9	_	25,07	0.3	0.0	00	14	4,59		2,15	4.03		0.15	ВТ	14,63	6,2	1,33	7,1	
222,87	40,17	24	16,17	нижи	19,46	полдник	86,09	8	15,0	- A - C	11147	30,62		15,95	4.25	ОБЕД	14.85	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	59,3	14,62	15,08	26,9	
1401,93	232,24	911	116,24		76,96		643,24	50	00,44	1.707	2021	182.95		85,85	53.9		64.5	AK	384,99	136	50	198,99	
6,358							6,14	0.06	0.01					5.7			0.02		0.198	0.008	0.05	0.14	
0.595							0.57	0.03	0.007	0007				0.47			0.01		0.015	0.008		0.007	
33,15	12	12					4,86	0	2,/	)				2.16			3		13,29	12,5		0,99	
331.43		7					38,86	9.79	15,75				1030	13 32			10.5		282.07	22.1	165	96,97	
49.99							39,75	30					1.1.0	975			1.24		9			9	

ШЕСТОЙ ДЕНЬ

	26	99	603			442			∞	22 F	10	59	92			434			49	57 F	71		
	Рожки отварные с сыром и маслом	Чай с сахаром	Пряник			Сок фруктовый		Огурец соленый	Суп крестьянский на мясном бульоне	Картофельное пюре	Мясная котлета	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной	,		Молоко			Каша геркулесовая молочная	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный с маслом		
	145/15/10	150	30			180		40	150	130	09	150	30			150			150	150	30/10		
	4,3	0.1	1.77	6,17		0.75		0.36	1,1	3.56	10.68	0.32	1,5	17,53		2,12	2,12		2,57	1,25	2,4	6.22	
	5,5	0	1.41	6,91	B	0.15		0.05	3,7	3,81	8.72	0.0	0.3	16,58		3.55	3.55		8,51	1,33	6,2	16.04	
ШЕСТОИ ДЕНЬ ЗАВТРАК	25,3	6.7	22.05	55,05	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	14.85	ОБЕД	1.17	7,4	20,8	10.74	15,8	8	63,91	полдник	6,82	6,82	ужин	15,16	15,08	14,62	44.86	
-dh	228,9	44,88	109.8	383,58	PAK	64.5	*	6.3	110,18	100.24	176.75	68,44	50	511,91		76,78	76,78		188,56	50	136	374.56	
	0.28	0		0.28		0.02		0.01	0.21	0.105	0.05	0.01	0.06	0.445		0.05	0.05		0.09	0.05	0.008	0.148	0.
	0.07	0		. 0.07		0.01		0.01	0.02	90.0	0.03	0.007	0.03	0.157		0.04	0.04		90.0		0.008	8900	
	1	0				8		10.08	9,9	3.75	133	2.7	0	24,46		0	0		66'0		12,5	13.40	
	126	3.75	2	129,75		10.05		961	18,7	3575	10.07	15,75	9 79	108.62		143,55	143.55		117	165	22.1	304.1	
	99.0			99,0		1.24		1 0	2,25	0.04	0.00	èi		6.19		0.75	0.75		98,0		5,96	689	

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ

1,33		0,36		5,96	6,32		2.2		92.0	4,65	0,27			5,68		0.0			1,69		1,69	15,89
SABTPARK   SABTPARK		137,7	165	22.1	324,8		44		19.2	24	8,3	15,75	62.6	77,04		180	180		53,4	3,75	57,45	683,29
сдружбам ивочними востиный востиный изотном ный напиток         150         4,15         22,3         180,83         0.1           поснимный с наслом наслом поснимный с наслом         150         1,25         1,33         15,08         50         0.05           поснимный с наслом         30/10         2,4         6,2         14,62         136         0.008           паслом         7,8         11,98         52         366,83         0.158           паслом         100         0,40         11,30         46.0         0.08           паслом         100         0,40         11,30         46.0         0.08           паслом         100         0,40         11,30         46.0         0.08           паслом         100         0,57         3,65         1,84         42.84         0.1           министеле         150         0,92         2,81         6.04         84,8         0.3           министеле         160         8,5         4,78         20,32         135,76         0.0           с курицей         160         8,5         4,78         20,32         136,44         0.01           пражной - 150         3         2,3         4,5         72		0,75		12,5	13,25		50		2.8	5,1	0	2,7	0	9,01		1,1	1,1		1,15	0	1,15	75,56
сДружба»         150         4,15         4,45         22,3         180,83           паесным пый напиток ный напиток ный напиток ный напиток ный напиток         150         1,25         1,33         15,08         50           пеничный с заслом         30/10         2,4         6,2         14,62         136           пеничный с заслом         7,8         11,98         52         366,83           пеничный с заслом         7,8         11,98         52         366,83           пеничный с заслом         7,8         11,98         52         366,83           паслом         7,8         11,98         52         366,83           паслом         7,8         11,30         46.0           ОБРД         1,84         42.84         42.84           минство         0,92         2,81         6,04         84,8           минство         8,5         4,78         20,32         135,76           минство         30         1,5         0,3         8         50           в фруктен         150         3         2,3         4,5         72           в фруктен         150         0,1         0         9,7         44,8           в самар		0.13		0.008	0.138				0.007	5.9	90.0	0.007	0.03	290,9		0,0	0,0		80.0	0	80.0	6,285
Саданов Авремба»         150         4,15         4,45         22,3         ABTPAK           вочным ный салом         150         1,25         1,33         15,08         15,08           шеничный с зо/10         2,4         6,2         14,62         14,62         14,62           паслом         7,8         11,98         52         11,30         7           паслом         100         0,40         11,30         7         11,30         7           паслом         100         0,40         11,30         11,30         7         11,30 <t< td=""><td></td><td>0.1</td><td>0.05</td><td>0.008</td><td>0.158</td><td></td><td>0.08</td><td></td><td>0.1</td><td>0.3</td><td>0.03</td><td>0.01</td><td>90.0</td><td>0.5</td><td></td><td>0,0</td><td>0,0</td><td></td><td>0.11</td><td>0</td><td>0.11</td><td>0,848</td></t<>		0.1	0.05	0.008	0.158		0.08		0.1	0.3	0.03	0.01	90.0	0.5		0,0	0,0		0.11	0	0.11	0,848
«Дружба»       150       4,15       4,45         ная с маслом       150       1,25       1,33         ный напиток       150       1,25       1,33         шеничный с з0/10       2,4       6,2         наслом       7,8       11,98         гаслом       7,8       11,98         пофельный рамищелью       150       0,92       2,81         минислью       150       0,92       2,81         минот из офруктов       150       0,92       2,81         минот из офруктов       30       1,5       0,3         б ржаной -       3       2,3       2,3         с повидлом       150       9,71       13,1         с сахаром       150       0.1       0         9,81       13,1         13,1       13,1	Q I	180,83	50	136	366,83	AK	46.0		42.84	84,8	135,76	68,44	50	386,84		72	72		328,5	44,88	373,38	1245,05
«Дружба»     150     4,15     4,45       ная с маслом ней напиток     150     1,25     1,33       ный напиток     30/10     2,4     6,2       наслом     7,8     11,98       паслом     100     0,40     3,65       на помидор     150     0,92     2,81       ртофельный     150     0,92     2,81       миностыон     160     8,5     4,78       минот из     150     0,32     0,0       офруктов     30     1,5     0,3       б ржаной -     30     1,5     0,3       с сахаром     150     9,71     13,1       с сахаром     150     0,1     0       9,81     13,1       13,1	3ARTPAK	22,3	15,08	14,62	52	ОРОЙ ЗАВТЕ	11.30	ОБЕД	1.84	6,04	20,32	15,8	8	52	полдник	4,5	4,5	ужин	45,5	6.7	55,2	175
«Дружба» 150 ная с маслом ный напиток 150 ный напиток 30/10 наслом на свежих 50 в и помидор ртофельный 150 мишелью с курицей 160 митот из 150 митот из 150 офруктов 30 с говидлом 100/10 с с сахаром 150		4,45	1.33	6,2	11,98	BT			3.65	2.81	4,78	0.0	0.3	11,54		2,3	2,3		13,1	0	13,1	38,92
«Дружба» ная с маслом ный напиток шеничный с наслом в и помидор ртофельный мишелью с курицей мипот из офруктов б ржаной с повидлом с ссахаром		4,15	1,25	2,4	7.8		0.40		0.57	0,92	8,5	0.32	1,5	11,81		3	3		9,71	0.1	18,6	32,82
«Дружба» ная с маслом ный напиток шеничный с наслом в и помидор ртофельный мишелью с курицей мипот из офруктов б ржаной с повидлом с сахаром		150	150	30/10			100		50	150	160	150	30			150			100/10	150		
		Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным		Хлеб пшеничный с маслом			яблоко		Салат из свежих огурцов и помидор	Суп картофельный с вермишелью	Плов с курицей	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной			Йогурт			Блины с повидлом	Чай с сахаром		
4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4 4		46	57	4			69	4	1.7	72	1/69	59	92			23			53	55		

восьмой день

		0.05 0.7 75,64 1,5	165	0.004 0 56,57 0	0.09 0.7 297,21 1,5		0.05 7.5 18.0 3.45		0.013 3.15 21.6 0.86	0.015 15 38,25 1,87	0.06 3,75 35,25 0,04	- 0.9 34.5 1.1	0.007 2,7 15,75		0.03 0 9,79	0.188 25,5 155,14 43,87		0.04 0 143,55 0.75	14 0.2	0.04 157,55 0,95		0.02 0.8 142 0.6	0 0 3,75	
		0.07	0.05	0.004	0.124		0.05		0.04	0.03	0.105	0	0.01		90.0	0.245		0.05		0.05		0.04	0	
Hb		258,75	50	45	353,75		46.0		6.3	104,49	100,24	601	68,44		50	438,47		76,78	133	209,78		330.81	44,88	
ВОСЬМОЙ ДЕНЬ	3ABTPAK	39,9	15,08	8,52	63,5		11.3	ОБЕД	1.17	5,7	20,8	8.4	15,8		8	59,87	полдник	6,82		6,82	ужин	39.75	6.7	
В		6,51	1,33	0,51	8,35				0.05	5.9	3,81	4.1	0.0		0.3	14,16		3.55		3,55		8.31	0	
		3.27	1,25	1,32	5,84		0.4		0.36	2,15	3.56	11.5	0.32		1,5	19,39		2,12	96	98,12		24.26	0.1	
		150	150	30/10		ABTPAK	100		50	150/10	130	80	150		30			150	35			150	150	
		Каша ячневая	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный с сыром		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	груша		Огурец свежий	Щи с мясом ,сметаной	Картофельное пюре	Тефтели	Компот из	сухофруктов	Хлеб ржаной			Молоко	Конфета			Пудинг творожно- манный	Чай с сахаром	
		50	57	ю			70		- 81	7	22	54	59		92			434	331			40	55	

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ

## ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ

			5,96	5,96		1.24		98.0	2,25	_	0,04			4,15	*			1.3		1.04	2,34	13,69
	89,4	165	22.1	276,5		10.05		21.6	18,75	17	35,25	15,75	6,79	118,14				17.0	3,75	13.05	33,8	438,49
	9,0		12,5	0		13,1		3.15	13,5	4.5	3,75	2,7	0	27,6				1.0	0	0	1.0	41,7
	0.03		800.0	0.01		0.048	garage and the second	0.013	0.03		90.0	0.007	0.03	0.14				0.05	0	0.04	0.00	0.288
	0.05	0.05	0.008	0.108		0.02		0.04	60.0		0.105	0.01	90.0	0.305				0.1	0	0.08	0.18	0.613
	144,25	50	136	330,25	PAK	64.5		6.3	63,69	177	100,24	68,44	50	539,23		96,92		191.39	44,88	130.5	366,74	1377,68
3ABTPAK	13,02	15,08	14,62	42,72	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	14.85	ОБЕД	1.17	18,8		20,8	15,8	8	75,69	ПОЛДНИК	19,46	УЖИН	14.6	7.6	25.05	49,35	195,95
	60.0	1,33	6,2	7,62		0.15		0.05	8,9	=	3,81	0.0	0.3	21,96		2,9		11.05	0	6.0	11.95	44,58
	0.42	1,25	2,4	4,07		0.75		0.36	2,08	12	3.56	0.32	1,5	19,82		2,8		8.6	0.1	2.48	11,18	38,62
	150	150	30/10			180		50	150	70	130	150	30			150		200	150	30		
	Суп молочный вермишелевый	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный с маслом			Сок фруктовый		Огурец свежий	Борш мясной со сметаной	Гуляш из мяса - куры	Картофельное пюре	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной			Какао с молоком		Салат овощной	чай с лимоном	Хлеб ржаной		
	6	57	4			442		18	8	39	22	59	92			28		99	99	92		

Меню-раскладка и № технологических карт к примерному 10-дневному меню для детей от 3-х до 7 JIET

наименование блюд					ценность (ккал)	i i	1DI, MI		минеральные вещества, мг	e ,
		9	×	y		.B.	B2	O	Ca	Fa
				ПЕРВЫЙ ДЕНЬ	CHB					
				3ABTPAK			7.			
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200/5	5.2	8.4	28.8	212	0.05	0.03	1.33	142.67	0.48
<ul> <li>Кофейный напиток</li> </ul>	200	2.79	3.19	19.71	69.811	0.07			220	
Печенье	20	1.6	4.8	12.6	98.65					
		65.6	16.39	61.11	429.34	0.12	0.03	1.33	362.67	0.48
			100	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	FPAK					
Сок фруктовый	180	0.75	0.15	14.85 OEF II	64.5	0.02	0.01	8	10.5	1.24
Салат	45	0.8	2.3	4.4	40.9	0	1	2	17	90
«Свеколка»			ì		<u> </u>	5		1		2
Рассольник со сметаной	250/5	3	5.8	17.2	133	60.0	0.05	8	34	1.2
Картофельное пюре	150.0	3.73	6.48	24.3	169.2	0.14	0.08	5	47	0.05
Биточки мясные	70.0	8.7	4.9	5.5	102	0.04	0.01	8	6.0	2.6
Компот из сухофруктов	180	0.53	0.01	28.93	91.3	0.02	0.01	3.6	21.0	0.4
Хлеб ржаной	45	2.48	6.0	25.05	130.5	0.08	0.04	0	13.05	1.04
80.8		19,24	20,39	105,83	6,999	0.37	0.19	26,6	133,4	5.89
				полдник	X					
МОЛОКО	180	4.58	3.98	7.58	194.13	0.07	0.05	0	191.4	0.1
				ужин						
Рожки отварные с сыром и маслом	180/15/10	9.12	13.55	34.2	80	0.38	0.01	ı	891	0.88
чай с сахаром	180	0.1	0	9.7	37	0	0	0	v.	
		9.22	13.55	43.9	117	0.38	0.01	_	173	0.88
		43.38	50.48	233.27	1471,87	96.0	0.24	31.93	870,97	8.01

#### второи день

		0.4	0.52		0.92		0.7	3.0	12	0.4	1.04	17.14		0.0	0.0		2.54		2.54	20.6
146.67	220	7.6	374.27		18.0		70	25	105	21.0	13.05	234.05		081	180		80.1	5	85.1	891.42
1.33			1.33		7.5		12.6	8	1.2	3.6	0	35.4			13		1.73	0	1.73	47.06
0.1	ı		, 0.13		0.23		ī	0.04	ű .	0.01	0.04	0.00		0,,	0,,		0.12	0	0.12	0.44
91.0	0.07		0.31		0.54		0.03	0.12	0.53	0.02	0.08	0.78		0,0	0,0		0.16	0	0.16	0.94
244	152	104.8	508	4K	46.0		10.4	112	405	91.3	130.5	749.2		72	72		492.8	37	529.8	1905
32.53	28.7	20.6	61.83	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	11.3	ОБЕД	1.71	13.1	43.1	22.93	25.05	105.89	полдник	4,5	4,5	ужин	68.29	6.7	77.99	250.21
9.2	3.6	1.2	14	BT			60.0	5.6	19.5	0.01	6.0	26.1		2,3	2,3		19.73	0	19.73	62.13
7.47	2.5	c	12.97		0.4		0.50	5.2	13.4	0.88	2.48	22.46		c	3		14.57	0.1	14.67	53.5
200	200	70			100		50	250	150/50	180	09			150			150/10	180		
Каша пшенная молочная	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный			груша		Помидоры свежие	Борш на мясном бульоне со сметаной	Греча отварная с сосиской	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной	,		Йогурт			Блины с маслом сливочным	Чай с сахаром		
681	57	71			70		75	8	19	59	92			23			53	55		Итого

третий день

	49 K	57 K	X			70		33	0 7 66	22 Ka	61	59	92			434	331			64 CJ	99		
	Каша геркулесовая молочная	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный с маслом			груша		Огурец свежий	Суп гороховый на мясном бульоне	Картофельное пюре	Рыбная котлета	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной			Молоко	Конфета			Сырники со	Чай с лимоном		
	200	200	70/10			100		50	250	150	70	180	09			180	35			200/10	180		
	8.9	2.79	4	13.59		0.4		0.36	6.2	3.73	10.36	0.88	2.48	71.53		4.58	96	73.58		32.49	0.07	32.56	191.26
	01	3.19	8.9	22.09	BT			5.04	5.6	6.48	1.93	0.01	6.0	96.61		3.98		3.98		9.82	0.01	9.83	55.86
3ABTPAK	25.2	19.71	22	16.99	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	11.3	ОБЕД	1.5	22.3	24.3	46.79	22.93	25.05	145.87	ПОЛДНИК	7.58		7.58	ужин	33.22	15.31	48.52	268.88
	217.33	118.69	153	489.02	AK	46.0		51.8	191	169.2	88.93	91.3	130.5	698.73		194.13	133	327.13		351.22	61.61	412.83	1973.71
	0.13	0.07	0.02	0.22		0.05			8.0	0.14	0.00	0.02	80.0	1:1		0.07		0.07		0.07	0.011	0.081	1.521
	0.08		0.02	, 0.1		0.05		7		80.0	0.05	0.01	0.04	0.23		0.05		0.05		0.05		0.05	0.48
	1.33		29.2	30.53		7.5				5	0	3.6	0	9.8		0				0	4.1	4.1	50.73
	156	220	22.1	398.1		18.0			20	47	15.4	21.0	13.05	116.45		191.4	14	205.4		191.4	8.99	200.39	976.95
	1.15		13.92	15.07		3.45			5	0.05	2.1	0.4	1.04	8.59		0.1	0.2	0.03		6.0	0.88	1.78	28.92

# ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ

	0.48		13.92	14.4		1.24			2.5	4.1	0.4	1.04	4.7		0.0					0.52	21.5
	141.3	220	22.1	383.4		10.5			51		21.0	13.05	85,05	-	180		149	V		651	893.95
	1.33		29.2	30.53		3			20		3.6	0	23,6		1.1					-	89.23
	80.0	,	0.02	0.1		0.01			0.02		0.01	0.04	0.07		0		0.05	- 1		80.0	0.32
	0.08	0.07	0.02	0.17		0.02			0.04		0.02	80.0	0.14		0,0		80.0			0.16	0.57
	209.33	118.69	153	481.02	K	64.5		42.84	114.35	250	91.3	130.5	628.99		72		156.08	18 64	10.00	391.92	1638.43
SABIPAR	27.6	19.71	22	69.31	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	14.85	ОБЕД	1.84	15.6	23.6	22.93	25.05	89.02	полдник	4,5	ужин	21.7	0.7		40.6	218.28
	8.27	3.19	8.9	20.36	BTO	0.15		3.65	5.6	14.4	0.01	6.0	24.56		2,3		0.15	4.0	<u> </u>	5.05	52.42
	6.13	2.79	4	12.92		0.75		0.57	3.2	0.6	0.88	2.48	16.13		3		0.7	0.1		9.9	39.4
	200	200	40/10			180		50	250/10	220	180	09			150		250	180	70		
	Каша манная молочная	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный с			Сок фруктовый		· Салат из свежих огурцов и помидор	Щи на мясном бульоне со сметаной	Жаркое по домашнему	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной			Йогурт		Суп молочный	вермишелевый	Хлеб пшеничный		
	48	57	4			442	4	1.7	7	12	59	92			23		6	37	71		

ПЯТЫЙ ДЕНЬ

	12.0		13.92	25.92		1.24			16.25				0.4		1.04	69.71							44.85
	129.3	220	22.1	371.4		10.5			22.2				21.0		13.05	56.7	8						438.6
	1.33		29.2	30.53		3			3.6				3.6		1	7.2					12	12	52.73
	0.1		0.02	0.12		0.01			0.78				0.01		0.04	0.83							96.0
	0.19	0.07	0.02	0.28		0.02			9.58				0.02		0.08	89.6							86.6
	265.33	118.69	153	537.02	К	64.5		53.9	157.2		182,95	202.1	91.3		130.5	817.95		153.92		232.48	116.19	348.67	1922.06
3ABTPAK	35.87	19.71	22	77.58	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	14.85	ОБЕД	4.25	18		30,62	11.47	22.93		25.05	112.32	ПОЛДНИК	25.95	ужин	32.34	29.02	61.36	292.06
	9.47	3.19	8.9	21.56	BTO	0.15		4.03	4.98		4,59	14	0.01		6.0	28.51	П	3.93		8.37		8.37	62.52
	9.07	2.79	4	15.86		0.75		99.0	10.09		4,79	9.2	0.88		2.48	28.1		3.77		6.18	1.36	7.54	56.02
	200	200	70/10			180		50	250		130	80	180		.09			200		200	200		
	Каша гречневая	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный с маслом			Сок фруктовый		• Салат капустный	Суп из рыбных	консервов	Рожки отварные	Котлета мясная	Компот из	сухофруктов	Хлеб ржаной			Какао с молоком		Запеканка манная	Кисель		25
	4	23	4			442	4	27	w		29	55	59		92			58		44	09		

ШЕСТОЙ ДЕНЬ

	3.39	0.88		4.27		1.24		6.1	3.75		0.05	2.0	0.4	9	1.04	9.14		0.1	0.1		1.15		13.92	15.07	29.82
	168	8.99		176.99		10.05		9.61	52		47	10.07	21.0	1	13.05	162.72		191.4	191.4		156	220	22.1	308.1	939.26
	1	4.1		4.1		3		10.08	=		5	1.33	3.6			31.01		·	1		1.33		29.2	30.53	68.64
	0.01	0.01		0.05		0.01		0.01	0.04		80.0	0.03	0.01		0.04	0.21		0.05	0.05		0.08		0.02	0.1	0.3
	0.38	0.01		0.48		0.02		0.01	0.35		0.14	0.05	0.02	0	0.08	0.65		0.07	0.07		0.13	0.07	0.02	0.22	1.44
q	80	09	109.8	249.8	AK	64.5		6.3	112,47		169.2	176.75	91.3		150.5	686.52		194.13	194.13		217.33	118.69	115	451.02	1645.97
ШЕСТОИ ДЕНЬ ЗАВТРАК	34.2	15.2	22.05	71.45	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	14.85	ОБЕД	1.17	12,34		24.3	10.74	22.93	0	20.02	96.53	полдник	7.58	7.58	ужин	25.2	19.71	6.8	17.15	166.67
=	13.55	E	1.41	14.96	BT	0.15		0.05	6,19		6.48	8.72	0.01		6.0	22.35		3.98	3.98		10	3.19	6	22.19	63.63
	9.12	0.3	1.77	11.19		0.75		0.36	1,85	1	3.73	10.68	0.88	0 40	2.40	19.98		4.58	4.58		8.9	2.79	Ξ	10.69	47.19
	180/10/10	200	30			180		40	250		150	09	180	03	00			180			200	200	70/10		
	Рожки отварные с сыром и маслом	чай с лимоном	Пряник			Сок фруктовый		Огурец соленый	. Суп крестьянский	на мясном бульоне	Картофельное пюре	Мясная котлета	Компот из	сухофруктов	лисо ржаной			Молоко			Каша геркулесовая	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный со сливочным	MacJIOM	
	26	99	603			442		7 29	∞		22	10	59	76	0/			434			49	57	71		

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ

183.6	103.0	0		-				0.76	7.75	0,4	0.4	1.04	10,05		0.0			2.54	0.88	3.42	30.07
		220	22.1	425.7		44		19.2	40	12	21.0	13.05	105,25		180			80.1	8.99	89.09	844.04
1.0	2.		29.2	30.2		50		2.8	8.5	0	3.6	0	14,9			1,1		1.73	4.1	5.83	102.03
0.18	01.0		0.05	0.20				0.0067		90.0	0.01	0.04	0.087		0,,	0"		0.12	1	0.12	0.407
0.14	† :	0.07	0.02	0.23		0.08		0.1	0.5	0.04	0.02	0.08	0.74		0,0	0,0		0.16	0.011	0.171	1.941
241.11	7	118.69	153	512.8	AK	46.0		42.84	92.19	195,15	91.3	130.5	551.98		72	72		492.8	61.62	554.42	1737.2
3ABTPAK 35.09	0.00	19.71	22	2.97	ВТОРОЙ ЗАВТРАК	11.30	ОБЕД	1.84	10.07	26,88	22.93	25.05	86,77	полдник	4,5	4,5	ужин	68.29	15.34	83.63	263
8.33	0	3.19	8.9	20.42	BT			3.65	4.69	5,85		6.0	15.09		2,3	2,3		19.73	0.01	19.74	57.55
6.55		2.79	4	13.34		0.40		0.57	1.54	9,45	0.88	2.48	14,92		3	3		14.57	0.07	14.64	44.3
200		200	70/10			100		50	250	230	081	09			150			150/10	180		
Каша «Дружба»	молочная с маслом сливочным	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный с маслом			яблоко		Салат из свежих огурцов и помидор	Суп картофельный с вермишелью	Плов с курицей	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной			Йогурт			Блины с повидлом	Чай сладкий		
46		57	4			69	7	1.7	72	69/1	. 65	92			23			53	55		

ВОСЬМОЙ ДЕНЬ

		2.0		0	000	7.00		3.45	98.0	0.90	0.05	0.00	0.4	1.04	4.15			. 55.	7.0	55:1	9.0	0	90	0.0
		100.86	220	132	70 (2)	437.00	0.01	10.0	21.6	5. 1.	47	34.5	21.0	13.05	188.6			108	197	777	142	132	274.0	2.00
		96.0		0	090	0.07	U	G.	3.15	25	v	6.0	3.6	0	37.65		(	7	,	1	8.0	0	0.8	19 61
		80.0		0.01	0.00	70.0	20.0	0.00	0.013	0.186	0.08		0.01	0.04	0.329		- 000	0.000	0.033		0.02	0.01	0.03	0 523
		0.1	0.07	0.01	0.18		50.0	20.0	0.04	0.04	0.14	0	0.02	0.08	0.32		0.053	0.000	0.053		0.04	0.01	0.05	1 103
Hb		345	118.69	105	568.69		46.0		6.3	114.35	169.2	109	91.3	130.5	677.35		116.0	133	249.0		330.81	61.62	392.43	1933 47
ВОСЬМОЙ ДЕНЬ	<b>3ABTPAK</b>	53.3	19.71	6.61	92.91		11.3	ОБЕД	1.17	9.12	24.3	8.4	22.93	25.05	70.06	ПОЛДНИК	9.4		9.4	ужин	39.75	15.31	55.06	258 74
B		11.4	3.19	1.2	15.79				0.05	7.82	6.48	4.1		6.0	19.35		6.4		6.4		8.31	0.01	8.32	49.86
		7.3	2.79	3.1	13.19		0.4		0.36	2.58	3.73	11.5	0.88	2.48	21.53		5.6	96	9.101		24.26	0.07	24.33	161.05
		200	200	70/10		ABTPAK	100		50	250	150	80	180	09			180	35			150	180		
		Каша ячневая молочная с маслом	Кофейный напиток	Хлеб пшеничный с сыром		ВТОРОЙ ЗАВТРАК	груша		Огурец свежий	. Щи с мясом	Картофельное пюре	Тефтели	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной	j		Молоко	Конфета			Пудинг творожно- манный	Чай сладкий		
		20	57	8			70		81	7	22	54	59	92			434	331			40	55		

ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ

189	- 1										
	Каша рисовая молочная	200	5.2	8.4	28.8	212	0.05	0.03	1.33	142.67	0.48
57	Кофейный напиток	200	2.79	3.19	19.71	118.69	0.07				
4	Хлеб пшеничный с маслом	70/10	4	8.9	22	153	0.02	0.00	29.2	22.1	13.92
			11.99	20.49	70.51	483.69	0.14	0.05	30 53	201 77	-
69	CHARLE			BTC	ВТОРОЙ ЗАВТРАК			20.0	00:00	204.//	14.4
	MOJIORO	100	0.40		11.30	46.0	0.08		04	7	
I,	H				ОБЕД				00	77	7.7
0	Помидоры свежие	20	0.5	0.09	Ξ	10.4	0.1	0.0067	2.8	19.2	0.76
78	Суп картофельный вегетарианский	250	17.0	13,5	12,8	190	0	0,01	0,1	80	7
34	Капуста тушённая с мясом курицы	250	14,9	11,7	17,6	262,1	0	0.2	53.2	98,4	3,6
59	Компот из сухофруктов	180	0.88	0	22.93	91.3	0.02	0.01	3.6	21.0	0.4
92	Хлеб ржаной	09	2.48	6.0	25.05	130.5	0.08	0.04	C	13.05	-
	ji		35,76	26,19	79,49	684,3	0.92	0.327	59,7	231,65	6,9
23	Zorvat	031			ПОЛДНИК						
	id finish	061	3	2,3	4,5	72	0,0	0,,	1,1	180	0.0
1					УЖИН						
77	Яйцо	40	5.64	7.16	89.0	88.8	0.03	0.02	0	11.36	
10	Булочка домашняя	09	4.37	7.07	36.8	228.20	0.1	0.05		16.70	
99	Чай сладкий с лимоном	081	0.07	0.01	15.31	61.62	0.01	0.01	0 0	16.67	0.8
			10.08	14.33	52.79	378.62	0.14	00 0		0000	
							1				9

## ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ

1479   3.19   19.71   118.69   0.07   0.0   0.200   2.20   2.20   1.479   21.69   75.11   475.69   0.11   0.01   0.01   0.042.1   0.02   0.02   2.20.1   0.02   0.02   0.02   0.02   2.20.1   0.05   0.05   0.04   0.01   0.01   0.01   0.048.1   0.05   0.05   0.04   0.01   0.01   0.05   0.05   0.04   0.01   0.01   0.05   0.0	Вермишель 200	200		8.0	9.6	33.4	204	0.02		0	240	
14.79   2.16   1.53	молочная Кофейный напиток		200	2.79	01 %	10.71	07 011		<		2	
14.79   21.69   75.11   475.69   0.11   0.01   0   482.1			0/10	4	8.0	77.71	118.69	0.07	0	0	220	0
14.79   21.69   75.11   475.69   0.11   0.01   0.01   482.1     0.75   0.15   14.85   0.45   0.02   0.03   29.2   10.05     0.75   0.15   14.85   0.45   0.02   0.03   29.2   10.05     0.36   0.05   1.17   6.3   0.04   0.013   3.15   21.6     12   11   5   1.17   6.3   0.04   0.01   3.15   21.0     12   11   5   1.17   0.03   0.03   8.25   3.9     13   14.45   24.2   168.2   0.09   0.05   3.33   31.3     2.48   0.9   25.05   130.5   0.05   0.01   3.6   142.95     2.143   21.6   91.45   736   0.01   0.01   0.01   0.01     2.48   0.9   25.05   130.5   0.01   0.01   0.01   0.01     3.77   3.93   25.95   130.5   0.01   0.01   0.01   0.01     2.48   0.9   25.05   130.5   0.08   0.04   0   130.5     2.48   0.9   25.05   130.5   0.01   0.01   0.10   0.11     3.77   3.93   25.95   130.5   0.01   0.01   0.01   0.10     11.15   11.96   54.96   383.51   0.19   0.11   1.0   162.05     11.15   11.16   11.96   54.96   833.51   0.19   0.11   1.0   162.05     2.48   0.9   25.05   130.5   0.93   0.273   52.85   797.15   2				-	0.7	777	133	0.07	0.02	29.2	22.1	13.92
10.75   0.15   14.85   64.5   0.02   0.03   29.2   10.05     0.36   0.05   1.17   6.3   0.04   0.013   3.15   21.6     1.2   1.1   5   1.7   6.3   0.04   0.013   3.15   21.6     1.2   1.1   5   1.7   0.03   0.03   8.25   3.9     1.3.1   4.45   24.2   168.2   0.09   0.05   3.33   31.3     2.143   2.16   21.45   24.2   130.5   0.08   0.04   0   13.05     2.143   2.15   2.505   130.5   0.01   0.143   22.83   142.95     3.77   3.93   25.95   153.92   0.1   0.05   0.01   0.1   17.0     8.6   11.05   14.6   191.39   0.1   0.01   0   13.05     2.48   0.9   25.05   130.5   0.08   0.04   0   13.05     2.48   0.9   25.05   130.5   0.08   0.04   0   13.05     2.48   0.9   25.05   130.5   0.08   0.04   0   13.05     2.48   0.9   25.05   130.5   0.08   0.04   0   13.05     11.15   11.96   54.96   383.51   0.19   0.11   1.0   162.05     60.89   59.33   26.2.3   1813.62   0.93   0.273   52.85   797.15   2				14.79	21.69	75.11	475.69	0.11	0.01	0	482.1	13.92
0.75   0.15   14.85   0.45   0.02   0.03   29.2   10.05     0.36   0.05   1.17   6.3   0.04   0.013   3.15   21.6     2.0   5.2   13.1   106.0   0.38   0.03   8.25   39     3.71   4.45   24.2   168.2   0.09   0.05   3.33   31.3     2.143   21.6   22.93   91.3   0.02   0.01   3.6   21.0     2.148   0.9   25.05   130.5   0.08   0.04   0.13.05     3.77   3.93   25.95   153.92   0.01   0.01   0.01   0.01     3.77   3.93   25.95   130.5   0.08   0.04   0   13.05     3.78   0.9   25.05   130.5   0.01   0.01   0.01   0.01     3.79   0.07   0.01   15.31   61.62   0.08   0.04   0   13.05     3.115   11.96   54.96   383.51   0.19   0.11   1.0   162.05     4.5   1.105   11.96   54.96   383.51   0.19   0.11   1.0   162.05     5.0   0.08   0.9   25.03   1813.62   0.93   0.273   52.85   797.15   2						ВТОРОЙ ЗАВТ	PAK					
OBEJI   OBEJI	Сок фруктовый	-	80	0.75	0.15	14.85	64.5	0.02	0.03	29.2	10.05	1.24
0.36   0.05   1.17   6.3   0.04   0.013   3.15   21.6     2.0   5.2   13.1   106.0   0.38   0.03   8.25   39     12   11   5   177   4.5   4.5   12.03   91.3   0.02   0.01   3.6   21.0     2.48   0.9   25.05   130.5   0.01   0.143   22.83   142.95     3.77   3.93   25.95   130.5   0.01   0.01   0.01   0.01     8.6   11.05   14.6   191.39   0.1   0.05   0.01   0.01   0.01     2.48   0.9   25.05   130.5   0.01   0.01   0.01   0.01     8.6   11.05   14.6   191.39   0.1   0.05   0.01   0.01   0.01     2.48   0.9   25.05   130.5   0.08   0.04   0   13.05     11.15   11.96   54.36   383.51   0.19   0.1   1.0   162.05     60.89   59.33   262.32   1813.62   0.93   0.273   52.85   797.15   2						ОБЕД	*					
1.0   1.0	Огурец свежий	4,	09	0.36	0.05	1.17	6.3	0.04	0.013	3.15	21.6	0.86
12   11   5   177   4.5   177   4.5   177   178   4.5   177   178   178   178   178   178   178   178   178   178   178   178   178   178   178   178   178   183.51   183.52   183.5	Борш мясной со сметаной	2	20	2.0	5.2	13.1	106.0	0.38	0.03	8.25	39	0.98
3.71         4.45         24.2         168.2         0.09         0.05         3.33         31.3           0.88         0         22.93         91.3         0.02         0.01         3.6         21.0           2.48         0.9         25.05         130.5         0.08         0.04         0         13.05           21.43         21.6         91.45         736         0.01         0.143         22.83         142.95           11.43         21.6         91.45         736         0.01         0.143         22.83         142.95           3.77         3.93         25.95         153.92         153.92         1.0         17.0           8.6         11.05         14.6         191.39         0.1         0.05         1.0         17.0           8.6         11.05         14.6         191.39         0.1         0.01 <td>- p;</td> <td>7</td> <td>0</td> <td>12</td> <td>=</td> <td></td> <td>177</td> <td></td> <td></td> <td>4.5</td> <td>17</td> <td>-</td>	- p;	7	0	12	=		177			4.5	17	-
0.88         0         22.93         91.3         0.02         0.01         3.6         21.0           2.48         0.9         25.05         130.5         0.08         0.04         0         13.05           21.43         21.6         91.45         736         0.01         0.04         0         13.05           3.77         3.93         25.95         153.92         153.92         153.92         153.92         17.0           8.6         11.05         14.6         191.39         0.1         0.05         1.0         17.0           0.07         0.01         15.31         61.62         0.01 <td>Картофельное пюре</td> <td>15</td> <td>0</td> <td>3.71</td> <td>4.45</td> <td>24.2</td> <td>168.2</td> <td>0.00</td> <td>0.05</td> <td>3.33</td> <td>31.3</td> <td>0.73</td>	Картофельное пюре	15	0	3.71	4.45	24.2	168.2	0.00	0.05	3.33	31.3	0.73
2.48       0.9       25.05       130.5       0.08       0.04       0       13.05         21.43       21.6       91.45       736       0.08       0.04       0       142.95         3.77       3.93       25.95       153.92       153.92       153.92         8.6       11.05       14.6       191.39       0.1       0.05       1.0       17.0         0.07       0.01       15.31       61.62       0.01       0.01       0.01       0.132         2.48       0.9       25.05       130.5       0.08       0.04       0       13.05         11.15       11.96       54.96       383.51       0.19       0.19       0.1       1.0         60.89       59.33       262.32       1813.62       0.93       0.273       52.85       797.15	Компот из 18(	18(	0	0.88	0	22.93	91.3	0.02	0.01	3.6	21.0	0.4
21.43   21.6   91.45   736   0.61   0.143   22.83   142.95   142.95   153.92   153.92   142.95   153.92   153.92   153.92   153.92   153.92   153.92   153.92   153.92   153.92   153.92   11.05   11.05   14.6   191.39   0.1   0.05   1.0   17.0   13.05   13.05   11.15   11.96   54.96   383.51   0.19   0.11   1.0   162.05   1813.62   0.93   0.273   52.85   797.15	Хлеб ржаной 30	30		2.48	6.0	25.05	130.5	0.08	0.04	0	13.05	1.04
3.77       3.93       25.95       153.92       153.92       153.92         8.6       11.05       14.6       191.39       0.1       0.05       1.0       17.0         0.07       0.01       15.31       61.62       0.01       0.01       0.01       0       132         2.48       0.9       25.05       130.5       0.08       0.04       0       13.05         11.15       11.96       54.96       383.51       0.19       0.19       0.1       1.0       162.05         60.89       59.33       262.32       1813.62       0.93       0.273       52.85       797.15				21.43	21.6	91.45	736	0.61	0.143	22.83	142.95	5.01
3.77       3.93       25.95       153.92       153.92         8.6       11.05       14.6       191.39       0.1       0.05       1.0       17.0         0.07       0.01       15.31       61.62       0.01       0.01       0       132         2.48       0.9       25.05       130.5       0.08       0.04       0       13.05         11.15       11.16       54.96       383.51       0.19       0.1       1.0       162.05         60.89       59.33       262.32       1813.62       0.93       0.273       52.85       797.15						ПОЛДНИК						
8.6 11.05 14.6 191.39 0.1 0.05 1.0 17.0 17.0 17.0 11.15 11.96 54.96 383.51 0.09 0.19 0.11 1.0 162.05 1813.62 0.93 0.273 52.85 797.15	Какао с молоком 20	20(	0	3.77	3.93	25.95	153.92					
8.6         11.05         14.6         191.39         0.1         0.05         1.0         17.0           0.07         0.01         15.31         61.62         0.01         0.01         0         132           2.48         0.9         25.05         130.5         0.08         0.04         0         13.05           11.15         11.96         54.96         383.51         0.19         0.1         1.0         162.05           60.89         59.33         262.32         1813.62         0.93         0.273         52.85         797.15						УЖИН						
0.07         0.01         15.31         61.62         0.01         0.01         0.01         0         132           2.48         0.9         25.05         130.5         0.08         0.04         0         13.05           11.15         11.96         54.96         383.51         0.19         0.1         1.0         162.05           60.89         59.33         262.32         1813.62         0.93         0.273         52.85         797.15	Салат овощной 20	2(	00	8.6	11.05	14.6	191.39	0.1	0.05	1.0	17.0	1.3
2.48         0.9         25.05         130.5         0.08         0.04         0         13.05           11.15         11.96         54.96         383.51         0.19         0.1         1.0         162.05           60.89         59.33         262.32         1813.62         0.93         0.273         52.85         797.15	Чай с лимоном	_	80	0.07	0.01	15.31	61.62	0.01	0.01	0	132	0
11.96         54.96         383.51         0.19         0.1         1.0         162.05           59.33         262.32         1813.62         0.93         0.273         52.85         797.15	Хлеб ржаной	ω,	90	2.48	6.0	25.05	130.5	80.0	0.04	0	13.05	1.04
59.33 262.32 1813.62 0.93 0.273 52.85 797.15				11.15	11.96	54.96	383.51	0.19	0.1	1.0	162.05	2.34
				68.09	59.33	262.32	1813.62	0.93	0.273	52.85	797.15	22.51