

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | картофель | 50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сайра в масле | 30 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | рис  | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительн. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром | 200 | 943 | 0,20 | - | 14,00 | 28,00 | **-** | **-** | **-** | **-** | **6,00** | **-** | **-** | **0,40** |
|  | чай крупно-лист. | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар-песок | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из белокачанной капусты с морковью  | 150 | 45 | 0,79 | 1,95 | 3,88 | 36,24 | 0,013 | 10,26 | - | 5,03 | 14,98 | 16,98 | 9,05 | 0,28 |
|  | капуста свежая | 120 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло раст. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 |  | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95 | 0,01 | - | - | - | 19 | 78 | 24,5 | 1,3 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 |  | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,01 | - | - | 0.5 | 9,2 | 33,6 | 13,2 | 0,8 |
|  | Печенье  | 40 |  | 8,5 | 10,8 | 66,0 | 398 | 0,12 | - | - | 3.9 | 109 | 14 | 80 | 1,9 |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **23,71** | **19,9** | **134,54** | **782,95** | **0,24** | **9,11** | **15** | **4.8** | **188,5** | **302,13** | **165,05** | **5,66** |
|  **Второй день(вторник)** |
|  ОБЕД |
| **2.** | Суп картофельный с бобовыми (горох) с курицей | 200 | 206 | 5,49 | 5,28 | 16,33 | 134,75 | 0,23 | 5,81 | - | 5.3 | 38,08 | 87,18 | 35,30 | 2,03 |
|  | картофель | 50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | курица | 35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | горох | 25 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительн. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Фрукт свежий (банан) | 200 |  | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0,03 | 10 | - | 0,2 | 16 | 11 | 9 | 2,2 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 943 | 0,20 |  | 14,00 | 28,00 | **-** | **-** | **-** | **-** | **6,00** | **-** | **-** | **0,40** |
|  | чай листов. | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар-песок | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 |  | 1,391 | 0,215 | 15,42 | 67,624 | 0,04 | - | - | - | 9,282 | 42,108 | 4,94 | 0,432 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 |  | 0,225 | 0,185 | 17,57 | 73,628 | 0,035 | - | - | 0.5 | 8,84 | 6,776 | 16,9 | 0,194 |
|  | Печенье  | 40 |  | 3 | 3,9 | 29,8 | 166,8 | - | - | 4,4 | 3.9 | 11,6 | 36 | 8 | 0,8 |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **10,306** | **9,58** | **93,12** | **470,802** | **0,305** | **5,81** | **4,4** | **5.8** | **73,802** | **172,06** | **65,14** | **3,856** |
|   **Третий день(среда)** |
|  ОБЕД |
| **3.** | Щи из св.капусты с курицей | 200 | 187 | 1,75 | 4,89 | 8,49 | 84,75 | 0,06 | 18,46 | - | 0.3 | 43,33 | 47,63 | 22,25 | 0,80 |
|  | картофель | 50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | капуста | 60 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | курица | 35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительн. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Фрукт свежий  | 200 |  | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0,03 | 10 | - | 0,2 | 16 | 11 | 9 | 2,2 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 943 | 0,20 | - | 14.0 | 28.0 | - | - | - | - | 6.00 | - | - | 0,4 |
| \ | чай листовой | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар-песок | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 |  | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95 | 0,01 | - | - | - | 19 | 78 | 24,5 | 1,3 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 |  | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | - | - | 0.5 | 9,2 | 33,6 | 13,2 | 0,8 |
|  | Печенье  | 40 |  | 3 | 3,9 | 29,8 | 166,8 | - | - | 4,4 | 3.9 | 11,6 | 36 | 8 | 0,8 |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **11.23** | **9,49** | **92.49** | **469.25** | **0,17** | **18.74** | **4.4** | **4.7** | **89.13** | **195.23** | **67.95** | **3.58** |
|  **Четвертый день(четверг)** |
|  ОБЕД |
| **4.** | Суп вермишелевый с курицей | 200 | 208 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 104,75 | 0,11 | 8,25 | - | 1.5 | 24,60 | 66,65 | 27,00 | 1,09 |
|  | картофель | 50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | курица | 35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | вермишель | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительн. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из кр. свеклы с луком | 150 | 33 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 0,01 | 5,70 | - | - | 21,09 | 24,58 | 12,54 | 0,80 |
|  | свекла кр. | 130 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растит. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром | 200 | 943 | 0,20 | - | 14,0 | 28,0 | - | - | - | - | 6,00 | - | - | 0,4 |
|  | чай листовой | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар-песок | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 |  | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95 | 0,1 | - | - | - | 19 | 78 | 24,5 | 1,3 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 |  | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | - | - | 0.5 | 9,2 | 33,6 | 13,2 | 0,8 |
|  | Печенье  | 40 |  | 3 | 3,9 | 29,8 | 166,8 | - | - | 4,4 | 3.9 | 11,6 | 36 | 8 | 0,8 |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **12,29** | **7,44** | **101,14** | **489,25** | **0,31** | **8,25** | **4,4** | **5.9** | **70,4** | **214,25** | **72,7** | **8,35** |

|  |
| --- |
|  **Пятый день(пятница)**  |
|  ОБЕД |
| **5.** | Суп пшенный с курицей | 200 | 204 | 2,14 | 2,24 | 13,71 | 83,60 | 0,09 | 6,60 | - | 0.1 | 20,88 | 66,12 | 22,80 | 1,04 |
|  | картофель | 50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | курица | 35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | пшено | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительн. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Фрукт свежий (яблоко) | 200 |  | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0,03 | 10 | - | 0,2 | 16 | 11 | 9 | 2,2 |
|  | Чай с сахаром | 200 | 943 | 0,20 | - | 14,00 | 28,00 | 0,01 | - | - | - | 6,0 | - | - | 0,40 |
|  | чай листовой | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сахар- песок | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 |  | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95 | 0,1 | - | - | - | 19 | 78 | 24,5 | 1,3 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 |  | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | - | - | 0.5 | 9,2 | 33,6 | 13,2 | 0,8 |
|  | Печенье вес. | 40 |  | 3 | 3,9 | 29,8 | 166,8 | - | - | 4,4 | 3.9 | 11,6 | 36 | 8 | 0,8 |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **11,74** | **6,84** | **97,71** | **468,1** | **0,3** | **6,60** | **4,4** | **4.5** | **66,68** | **213,72** | **68,5** | **4,34** |
|  **Шестой день(понедельник)** |
|  ОБЕД |
| **6.** | Суп вермишелевый с рыбными консервами | 200 |  | 8,61 | 8,40 | 14,34 | 167,25 | 0,10 | 9,11 | 15 | 0.4 | 45,30 | 176,53 | 47,35 | 1,26 |
|  | картофель | 50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Сайра в масле | 30 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | вермишель | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительн. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из белокачанной капусты с морковью | 150 | 45 | 0,79 | 1,95 | 3,88 | 36,24 | 0,013 | 10,26 | - | 5,03 | 14,98 | 16,98 | 9,05 | 0,28 |
|  | капуста свежая | 120 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь  | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растит. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром | 200 |  | 0,20 | - | 14,00 | 28,00 | **-** | **-** | **-** | **-** | **6,00** | **-** | **-** | **0,40** |
|  | чай листов. | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар-песок | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 |  | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95 | 0,1 | - | - | - | 19 | 78 | 24,5 | 1,3 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 |  | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | - | - | 0.5 | 9,2 | 33,6 | 13,2 | 0,8 |
|  | печенье | 40 |  | 3 | 3,9 | 29,8 | 166,8 | - | - | 4,4 | 3.9 | 11,6 | 36 | 8 | 0,8 |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **18,21** | **13** | **98.34** | **551.75** | **0,29** | **9,11** | **19,4** | **4.8** | **91.0** | **324.13** | **93.05** | **4,56** |
|  **Седьмой день(вторник)** |
|  ОБЕД |
| **7.** | Суп картофельный с бобовыми(горох) с курицей | 200 |  | 5,49 | 5,28 | 16,33 | 134,75 | 0,23 | 5,81 | - | 5.3 | 38,08 | 87,18 | 35,30 | 2,03 |
|  | картофель | 50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | курица | 35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | горох | 25 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительн. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из кр .свеклы с луком | 150 | 33 | 0,86 | 3,65 | 5,02 | 56,34 | 0,01 | 5,70 | - | - | 21,09 | 24,58 | 12,54 | 0,80 |
|  | свекла кр. | 130 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло рас.т | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Чай с сахаром | 200 |  | 0,20 |  | 14,00 | 28,00 | **-** | **-** | **-** | **-** | **6,00** | **-** | **-** | **0,40** |
|  | чай крупно-лист. | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар-песок | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 |  | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95 | 0,1 | - | - | - | 19 | 78 | 24,5 | 1,3 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 |  | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | - | - | 0.5 | 9,2 | 33,6 | 13,2 | 0,8 |
|  | Печенье вес. | 40 |  | 3 | 3,9 | 29,8 | 166,8 | - | - | 4,4 | 3.9 | 11,6 | 36 | 8 | 0,8 |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **15,09** | **9,88** | **100,33** | **519,25** | **0,43** | **5,81** | **4,4** | **5.8** | **83,88** | **234,78** | **81** | **5,33** |
|  **Восьмой день(среда)** |
|  ОБЕД |
| **8.** | Щи из св. капусты с курицей | 200 | 187 | 1,75 | 4,89 | 8,49 | 84,75 | 0,6 | 18,46 | - | 0.3 | 43,33 | 47,63 | 22,25 | 0,80 |
|  | картофель | 50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | курица | 35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | капуста | 60 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительн. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Фрукт свежий  | 200 |  | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0,03 | 10 | - | 0,2 | 16 | 11 | 9 | 2,2 |
|  | Компот из с\фруктов | 200 | 868 | 0,40 | - | 24,76 | 94,20 | **0,1** | 1,08 | - | - | 6,40 | 3,6 | - | 0,18 |
|  | Смесь сухофруктов | 20 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар-песок | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 |  | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95 | 0,1 | - | - | - | 19 | 78 | 24,5 | 1,3 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 |  | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | - | - | 0.5 | 9,2 | 33,6 | 13,2 | 0,8 |
|  | Печенье  | 40 |  | 3 | 3,9 | 29,8 | 166,8 | - | - | 4,4 | 3.9 | 11,6 | 36 | 8 | 0,8 |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **11,55** | **9,49** | **103,25** | **535,45** | **0,36** | **19,54** | **4,4** | **4.7** | **89,53** | **198,83** | **67,95** | **3,88** |
|  **Девятый день(четверг)** |
|  ОБЕД |
| **9.** | Суп вермишелевый с курицей | 200 | 208 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 104,75 | 0,11 | 8,25 | - | 0.4 | 24,60 | 66,65 | 27,00 | 1,09 |
|  | картофель | 50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | курица | 35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | вермишель | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительн.  | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Салат из белокачанной капусты с морковью | 150 | 45 | 0,79 | 1,95 | 3,88 | 36,24 | 0,013 | 10,26 | - | 5,03 | 14,98 | 16,98 | 9,05 | 0,28 |
|  | капуста свежая | 120 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растит | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Какао с молоком | 200 | 959 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,2 | 0,04 | 1,30 | 0,01 | - | 122,0 | 90,00 | 14,00 | 0,56 |
|  | молоко  | 200 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | какао золотой ярлык | 1,2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар-песок | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 |  | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95 | 0,1 | - | - | - | 19 | 78 | 24,5 | 1,3 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 |  | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | - | - | 0.5 | 9,2 | 33,6 | 13,2 | 0,8 |
|  | Пряники вес. | 40 |  | 4,8 | 2,8 | 77,7 | 350 | 0,08 | - | - | 3.9 | 9 | 41 | - | 0,6 |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **17,41** | **10,06** | **160,53** | **789,65** | **0,43** | **9,55** | **0,01** | **4.8** | **183,8** | **309,25** | **78,7** | **4,35** |
|  **Десятый день(пятница)** |
|  ОБЕД |
| **10** | Суп пшенный с курицей | 200 | 204 | 2,14 | 2,24 | 13,71 | 83,60 | 0,09 | 6,60 | - | 0.1 | 20,88 | 66,12 | 22,80 | 1,04 |
|  | картофель | 50 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | курица | 35 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | пшено | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | лук | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | морковь | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | соль | 2 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | масло растительн. | 10 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Фрукт свежий  | 200 |  | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 0,03 | 10 | - | 0,2 | 16 | 11 | 9 | 2,2 |
|  | Чай с сахаром | 200 |  | 0,20 | - | 14,00 | 28,00 | **0,01** | - | - | - | 6,0 | - | - | 0,40 |
|  | чай крупно-лист. | 1 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | сахар-песок | 15 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 |  | 3,3 | 0,5 | 20,1 | 95 | 0,1 | - | - | - | 19 | 78 | 24,5 | 1,3 |
|  | Хлеб пшеничный | 75 |  | 3,1 | 0,2 | 20,1 | 94,7 | 0,1 | - | - | 0.5 | 9,2 | 33,6 | 13,2 | 0,8 |
|  | Печенье | 40 |  | 1 | 8,8 | 18,8 | 154,2 | - | - | - | 3.9 | 2,2 | 8,9 | 0,5 | 0,2 |
|  | **ВСЕГО ЗА ДЕНЬ** |  |  | **9.74** | **11.74** | **86.71** | **455.5** | **0,3** | **6,6** | **-** | **4.5** | **57.28** | **186.62** | **61** | **3.7** |
|  | **Среднее за обед** |  |  | **14.13** | **10.74** | **106.92** | **556.39** | **0.33** | **9.88** | **9.62** | **5.8** | **99.9** | **235.38** | **82.3** | **4.41** |