

День/неделя: Понедельник-1														
№ рец.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак														
3	Бутерброд с сыром "Голландский" и маслом сливочным	40	6,23	8,41	19,75	179,61	0,05	0,11	0,62	0,22	137,20	93,00	10,90	0,60
	Каша жидкая молочная (рисовая)	230	6,85	6,59	29,33	204,01	0,01	0,19	0,03	1,10	121,63	212,88	5,09	0,07
382	Какао с молоком	200	4,07	3,50	17,50	117,78	0,05	1,57	0,24	0,20	152,20	124,50	21,34	0,47
	Хлеб пшеничный	20	1,35	0,17	10,03	47,07	0,02	0,00	0,00	0,22	4,00	13,00	2,80	0,22
368	Фрукты свежие (яблоки)	120	0,50	0,50	12,80	57,70	0,04	5,00	0,00	0,33	25,00	18,30	14,16	0,50
	Итого за завтрак	610	19,00	19,17	89,41	606,17	0,18	6,87	0,89	2,07	440,03	461,68	54,29	1,86
	Норма по СанПин		19,25	19,75	83,75	587,50	0,30	15,00	0,18	2,50	275,00	412,50	62,50	3,00
Обед														
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	83,23	0,06	15,78	0,00	0,50	49,25	49,00	22,13	0,83
260	Гуляш	80	11,64	13,43	2,30	176,63	0,02	0,73	0,00	0,30	17,44	123,32	17,60	2,44
	Каша вязкая с маслом сливочным (перло)	155	3,20	5,20	20,80	142,80	0,06	0,00	0,00	0,31	26,82	111,20	15,99	0,58
	Фрукты свежие (яблоки)	200	2,08	0,22	20,80	93,50	0,05	21,00	0,00	1,32	63,60	61,20	16,60	1,84
	Сок натуральный (грушевый)	200	1,35	0,00	26,15	110,00	0,03	5,80	0,00	0,28	19,50	18,50	11,00	3,81
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
	Хлеб ржаной йодированный	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98
	Итого за обед	965	25,42	24,55	116,41	788,27	0,40	43,45	0,00	3,48	214,16	445,97	105,72	11,14
День 2 (вторник)														
Завтрак														
	Овощи свежие (огурцы)	60	0,79	0,14	2,74	15,40	0,05	12,60	0,00	0,50	10,08	18,72	14,40	0,65
259	Жаркое по-домашнему	175	17,01	15,68	25,86	312,61	0,14	8,10	0,00	10,07	36,50	215,95	50,90	4,62
*	Фруктовый чай	200	0,60	0,40	10,40	47,60	0,02	3,40	0,00	0,40	21,20	22,60	14,60	3,20
	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,22	12,54	58,84	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
	Хлеб ржаной йодированный	25	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23

	жирности)	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,03	0,54	0,36	0,50	223,20	165,60	25,20	0,18
	Итого за завтрак	685	27,55	21,74	70,00	585,85	0,40	24,81	0,36	11,87	327,92	493,81	126,10	10,15
Обед														
	Овощи свежие (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	2,94	0,00	0,00	10,20	18,00	8,40	0,30
98	Суп крестьянский с крупой	250	1,48	4,92	6,09	74,56	0,04	9,88	0,00	0,60	35,88	33,63	14,18	0,58
227	Рыба припущенная	70	12,27	5,32	0,57	99,24	0,04	1,20	0,31	1,45	27,60	116,50	13,44	0,38
312	Картофельное пюре	150	3,07	4,80	20,44	137,24	0,14	18,16	0,00	0,09	36,97	86,59	27,75	1,01
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	131,49	0,02	0,73	0,00	0,00	32,48	23,44	17,46	0,69
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
	Хлеб ржаной йодированный	40	2,66	0,48	16,74	81,92	0,22	0,28	0,00	0,22	51,10	87,50	28,00	1,96
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	0,40	0,50	240,00	180,00	28,00	0,20
	Итого за обед	1010	29,06	21,01	106,65	732,33	0,60	35,79	0,71	3,30	442,23	571,66	142,83	5,56
День 3 (среда)														
Завтрак														
	Салат из овощей (помидоров и огурцов)	80	1,05	0,19	3,64	20,48	0,06	16,76	0,00	0,67	13,41	24,90	19,15	0,86
296	соусом молочным	75	9,50	12,64	9,73	190,68	0,07	0,51	0,81	2,30	78,20	78,52	16,16	28,97
302	(ячневая) 130/5	135	6,97	3,60	33,49	194,22	0,21	0,00	0,40	0,51	27,08	213,44	142,49	4,83
*379	Кофейный напиток на молоке	200	2,90	2,50	14,70	92,90	0,02	0,60	0,10	0,10	120,30	90,00	14,00	0,13
	Хлеб пшеничный	25	1,69	0,22	12,54	58,84	0,03	0,00	0,00	0,28	5,00	16,25	3,50	0,28
	Хлеб ржаной йодированный	25	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23
	Сок натуральный (яблочный)	150	0,75	0,00	15,21	63,86	0,02	3,01	0,00	0,15	10,54	10,54	6,02	2,11
	Итого за завтрак	690	24,52	19,45	99,76	672,17	0,54	21,06	1,31	4,13	286,47	488,34	218,82	38,40
Обед														
104	Суп картофельный с мясными фрикадель	270	6,18	5,52	15,54	136,56	0,12	11,07	0,00	0,50	29,70	72,22	29,60	1,15
223	Залеканка из творога	185	20,87	14,36	32,35	342,12	0,07	0,94	0,88	0,40	184,90	256,21	29,30	1,34
	Соус сметанный сладкий	35	0,49	1,75	12,03	65,83	0,01	0,01	0,01	0,00	9,85	7,95	1,84	0,10
	Компот из ягод	200	0,52	0,18	28,86	119,14	0,01	27,60	0,00	0,00	23,70	18,40	13,40	0,71
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
	Хлеб ржаной йодированный	40	2,66	0,48	16,74	81,92	0,22	0,28	0,00	0,22	51,10	87,50	28,00	1,96
	Кисломолочный продукт (ряженка 2,7 %-ной жирности)	180	4,37	4,86	7,18	89,92	0,04	0,52	0,35	0,50	217,00	57,96	24,50	0,18
	Итого за обед	1220	37,79	27,49	132,76	929,59	0,51	40,42	1,24	2,06	524,25	526,24	132,24	5,88
День 4 (четверг)														

Завтрак														
	Салат из овощей (белокачанной капусты)	80	1,05	0,19	3,64	20,48	0,06	16,76	0,00	0,67	13,41	24,90	19,15	0,86
Л 386/597	Рыба запеченная с молочным соусом	110	7,73	8,69	10,70	151,93	0,06	2,83	0,41	0,00	69,12	90,78	19,96	0,51
312	Картофельное пюре	150	3,46	5,42	23,05	154,86	0,16	20,45	0,00	0,20	41,70	97,75	31,36	1,14
377	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	10,25	41,68	0,00	2,83	0,00	0,05	14,05	4,40	2,40	0,38
	Хлеб ржаной йодированный	25	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23
*	Пирог фруктовый "Школьный"	50	3,10	4,30	23,80	146,30	0,06	1,70	0,62	0,61	26,70	40,40	7,30	0,17
	Итого за завтрак	615	17,13	18,92	81,90	566,45	0,46	44,75	1,03	1,65	196,91	312,91	97,67	4,29
Обед														
96	Рассольник по-ленинградски	250	2,02	5,09	11,98	101,81	0,09	8,38	0,00	0,50	29,15	56,73	24,18	0,93
	Птица запеченная	85	19,30	16,00	0,06	221,44	0,06	2,08	0,90	0,30	43,65	149,58	19,25	1,71
143	Рагу из овощей	150	3,29	13,61	16,65	202,25	0,10	23,49	0,97	1,20	66,00	75,71	30,13	1,24
	Фрукты свежие (груши)	200	1,00	0,50	25,13	109,02	0,08	10,00	0,00	0,65	50,00	36,00	28,30	1,00
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
	Хлеб ржаной йодированный	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200	5,80	5,00	9,60	107,00	0,08	2,60	0,40	0,50	240,00	180,00	28,00	0,20
	Итого за обед	945	35,44	40,78	91,85	876,58	0,56	46,69	2,27	3,70	462,35	567,77	149,46	6,50
День 5 (пятница)														
Завтрак														
	Овощи свежие (помидоры)	70	0,49	0,07	1,32	7,86	0,02	3,41	0,00	0,07	11,83	20,88	9,74	0,35
212	Омлет с колбасой или сосисками	150	15,77	30,41	2,72	347,64	0,15	0,21	2,88	7,80	95,44	245,24	20,05	2,78

	Фруктовый чай	200	0,60	0,40	10,40	47,60	0,02	3,40	0,00	0,40	21,20	22,60	14,60	3,20
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,14	0,02	0,00	0,00	0,42	8,00	26,00	5,60	0,40
	Хлеб ржаной йодированный	25	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23
368	Фрукты свежие (груши)	120	0,50	0,50	12,80	57,70	0,04	5,00	0,00	0,33	25,00	18,30	14,16	0,50
	Итого за завтрак	605	21,72	32,02	57,76	606,14	0,39	12,20	2,88	9,15	193,41	387,71	81,66	8,46
Обед														
84	Борщ с картофелем и фасолью	250	3,56	5,12	14,17	117,00	0,10	6,70	0,00	0,50	54,18	99,50	34,45	1,73
229	Рыба тушеная в томате с овощами	200	19,50	9,90	7,60	197,50	0,10	7,46	0,11	0,90	78,14	324,38	97,06	1,70
392	Чай с молоком	200	1,60	1,60	25,56	123,04	0,00	0,10	0,00	0,30	21,50	5,80	2,40	0,48
	Пирог фруктовый "Кубанский"	80	4,90	6,57	54,25	295,73	0,08	0,06	0,13	1,20	15,60	49,12	19,28	1,11
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
	Хлеб ржаной йодированный	40	2,66	0,48	16,74	81,92	0,22	0,28	0,00	0,22	51,10	87,50	28,00	1,96
	Сок натуральный (виноградный)	200	0,90	0,00	30,15	124,20	0,04	7,00	0,00	0,38	24,50	23,50	16,00	5,50
	Итого за обед	1010	35,82	24,01	168,53	1033,49	0,58	21,60	0,24	3,94	253,02	615,80	202,79	12,92
День 6 (понедельник)														
Завтрак														
	Овощи свежие (огурцы)	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	2,94	0,00	0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
269	Котлеты (биточки) особые	70	7,15	9,39	7,23	142,07	0,08	0,13	0,10	0,42	20,58	87,59	16,36	1,19
Л 224	Рагу из овощей	160	2,69	5,00	13,10	216,30	0,08	19,06	0,70	0,00	56,60	68,56	24,70	0,91
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,40	35,50	0,00	0,03	0,00	0,00	11,10	2,80	1,40	12,06
	Хлеб ржаной йодированный	25	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,14	0,02	0,00	0,00	0,42	8,00	26,00	5,60	0,40
	Сок натуральный (персиковый)	200	1,00	0,00	20,23	84,93	0,02	4,01	0,00	0,20	14,02	14,02	8,01	2,80
	Итого за завтрак	755	15,69	15,11	82,63	630,91	0,36	26,33	0,80	1,23	152,44	271,66	81,97	18,88
Обед														
Л135	Суп из овощей	250	1,59	4,99	9,15	87,87	0,07	10,38	0,00	0,30	34,85	49,28	20,75	0,78
211	Омлет с сыром	140	19,12	25,38	2,72	315,78	0,11	0,34	3,87	1,68	278,93	333,06	23,28	2,93

	Зеленый горошек консервированный	60	1,73	1,63	3,47	35,47	0,03	5,82	0,08	0,00	14,35	36,70	12,10	0,42
	кисломолочный продукт (йогурт 2,7 % жирности)	180	4,37	4,86	7,18	89,92	0,04	0,52	0,35	0,00	217,00	57,96	24,50	0,18
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
	Хлеб ржаной йодированный	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98
	Сок натуральный (яблочный)	200	1,00	0,00	20,20	84,80	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
	Итого за обед	890	31,84	37,44	71,15	748,90	0,42	21,20	4,30	2,73	592,68	560,75	108,23	8,53
	День 7 (вторник)													
	Завтрак													
	Овощи свежие (помидоры)	70	0,49	0,07	1,32	7,86	0,02	3,41	0,00	0,07	11,83	20,88	9,74	0,35
235	Шницель рыбный натуральный	75	7,66	5,30	5,80	101,54	0,03	2,26	0,17	3,11	43,80	115,90	17,15	1,48
310	Картофель отварной	170	3,32	4,88	26,00	161,22	0,17	23,73	0,00	0,23	62,04	90,06	33,11	1,30
*	Напиток из сухофруктов	200	1,04	0,60	10,20	50,36	0,20	8,00	0,00	11,00	32,00	29,00	21,00	6,40
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,14	0,02	0,00	0,00	0,42	8,00	26,00	5,60	0,40
	Хлеб ржаной йодированный	25	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23
	Сок натуральный (грушевый)	150	0,75	0,00	15,21	63,86	0,02	3,01	0,00	0,15	10,54	10,54	6,02	2,11
	Итого за завтрак	730	17,62	11,50	89,06	530,18	0,59	40,59	0,17	15,11	200,15	347,07	110,13	13,26
	Обед													
81	Борщ	250	1,60	4,86	8,56	84,38	0,03	10,93	0,00	0,50	52,53	46,10	23,13	1,10
256/330	Мясо тушеное в соусе	80	5,86	16,31	3,07	182,51	0,14	0,09	0,00	0,30	9,54	63,38	11,30	0,75
	каша вязкая с маслом сливочным (рисовая) 150/5	155	2,98	6,12	30,90	190,60	0,03	0,00	0,31	0,46	13,42	64,90	21,97	0,46
	Напиток из сухофруктов	200	0,68	0,28	20,76	88,28	0,01	100,00	0,00	0,00	21,34	3,44	3,44	0,63
	Фрукты свежие (яблоки)	200	0,64	0,64	15,68	71,04	0,05	16,00	0,00	0,20	25,60	17,60	14,40	3,52
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	0,06	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
	Хлеб ржаной йодированный	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98
	Итого за обед	965	17,14	28,96	117,43	798,92	0,43	127,16	0,31	2,23	159,98	278,17	96,64	8,10
	День 8 (среда)													
	Завтрак													

	с морковью)	80	0,56	0,08	1,52	9,02	0,03	3,91	0,00	0,08	13,57	23,94	11,17	0,40
278	Тефтели из говядины	60	4,27	4,77	5,59	82,37	0,02	0,39	0,18	0,00	15,20	48,20	9,99	0,47
330	Соус сметанный	50	0,70	2,49	2,93	36,93	0,01	0,02	0,17	0,00	13,65	11,36	2,64	0,10
302	Какао в шоколаде с маслом сливочным (гречневая) 150/5	155	7,80	3,60	39,00	219,60	0,18	0,00	0,35	0,44	23,55	185,60	123,90	4,20
342	Фруктовый чай	200	0,60	0,40	10,40	47,60	0,02	3,40	0,00	0,40	21,20	22,60	14,60	3,20
	Хлеб ржаной йодированный	25	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,14	0,02	0,00	0,00	0,42	8,00	26,00	5,60	0,40
	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	25	1,88	4,50	16,75	115,00	0,03	0,00	0,20	0,00	7,24	26,87	5,50	0,45
	Итого за завтрак	635	20,17	16,48	106,71	655,85	0,44	7,89	0,90	1,47	134,34	399,26	190,90	10,44
Обед														
	Овощи натуральные	60	0,42	0,06	1,14	6,78	0,02	2,94	0,00	0,00	10,20	18,00	8,40	0,30
Л 147	Суп с макаронными изделиями	250	2,38	5,08	12,90	106,81	0,06	0,95	0,00	0,20	127,30	136,77	15,22	0,72
234	Котлеты или биточки рыбные	80	6,99	5,80	9,97	120,04	0,05	0,88	0,15	0,40	40,92	92,31	27,56	0,77
125	Картофель отварной (с маслом сливочным)	145	2,67	5,24	18,54	132,00	0,15	19,11	0,08	0,00	18,10	73,90	26,92	1,08
397	Компот из фруктов	200	0,12	0,10	27,50	111,38	0,01	2,07	0,00	0,00	16,20	7,20	7,51	0,89
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	0,06	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
	Хлеб ржаной йодированный	40	2,66	0,48	16,74	81,92	0,22	0,28	0,00	0,22	51,10	87,50	28,00	1,96
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200	5,00	5,00	6,00	89,00	0,08	2,60	0,40	0,50	240,00	180,00	28,00	0,20
	Итого за обед	1035	19,29	17,27	116,88	700,08	0,57	26,23	0,23	1,48	275,82	454,68	122,01	6,38
День 9 (четверг)														
Завтрак														
222	Пудинг из творога (запеченный)	160	16,48	13,92	33,48	325,12	0,10	0,42	0,83	0,00	170,72	224,08	29,82	1,18
327	Молоко сгущенное	15	1,13	0,00	8,54	38,70	0,01	0,15	0,00	0,00	47,67	34,44	5,11	0,03
397	Какао с молоком	200	4,07	3,50	17,50	117,78	0,05	1,57	0,24	0,20	152,20	124,50	21,34	0,47
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,14	0,02	0,00	0,00	0,42	8,00	26,00	5,60	0,40
	кисломолочный продукт (йогурт 3,2 %-ой жирности)	180	9,00	5,76	6,30	113,04	0,03	0,54	0,36	0,00	223,20	165,60	25,20	0,18
	Итого за завтрак	595	33,38	23,53	85,88	688,78	0,21	2,68	1,43	0,62	601,79	574,62	87,07	2,26

Обед														
Л 145	Суп летний овощной	250	1,59	4,90	9,15	87,06	0,07	10,38	0,00	0,30	34,85	49,28	20,75	0,78
267	Шницель натуральный рубленый	75	13,20	18,80	9,10	258,40	0,09	0,00	0,45	0,30	18,33	208,98	32,30	3,81
	Каша вязкая с маслом сливочным (пшени)	155	3,20	5,20	20,80	142,80	0,06	0,00	0,00	0,50	26,82	111,20	15,99	0,58
*359	Кисель из сока плодового или ягодного на	200	0,52	0,00	31,50	128,08	0,02	3,07	0,00	0,15	16,10	13,20	7,51	2,39
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,10	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
	Хлеб ржаной йодированный	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98
	кисломолочный продукт (кефир 2,1 % жи-	180	4,37	4,86	7,18	89,92	0,04	0,52	0,35	0,50	217,00	57,96	24,50	0,18
	ной жирности)													
	Итого за обед	920	26,91	34,34	106,16	841,32	0,43	14,11	0,80	2,30	346,65	510,37	120,65	9,16
	День 10 (пятница)													
Завтрак														
	Овощи свежие (огурцы)	70	0,49	0,07	1,32	7,86	0,02	3,41	0,00	0,07	11,83	20,88	9,74	0,35
297	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	65	6,86	10,24	4,05	135,80	0,02	0,51	0,39	2,41	24,21	53,55	7,21	0,57
	Соус молочный	50	0,70	1,20	6,63	40,12	0,01	0,02	0,17	0,00	21,50	39,56	2,64	0,10
203	Макаронные изделия отварные с маслом 110/5	115	4,14	5,00	23,40	155,16	0,04	0,00	0,00	0,57	8,20	27,20	6,32	0,62
379	Кофейный напиток на молоке	200	2,90	2,50	14,70	92,90	0,02	0,60	0,10	0,10	120,30	110,00	14,00	0,13
	Хлеб ржаной йодированный	25	1,66	0,30	10,46	51,20	0,13	0,18	0,00	0,13	31,94	54,69	17,50	1,23
	Хлеб пшеничный	40	2,70	0,34	20,06	94,14	0,02	0,00	0,00	0,42	8,00	26,00	5,60	0,40
368	Фрукты свежие (персики)	120	1,08	0,12	11,40	51,00	0,04	5,00	0,00	0,33	25,00	18,30	14,16	0,50
	Итого за завтрак	685	20,53	19,77	92,02	628,18	0,31	9,71	0,66	4,03	250,98	350,18	77,17	3,89
Обед														
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	95,20	0,05	10,68	0,00	0,50	49,73	54,60	26,13	1,23
250	Сосиска запеченная с сыром	70	12,50	6,40	1,30	112,80	0,03	1,13	0,30	0,50	74,63	89,00	26,85	0,53
	Соус молочный	50	0,70	1,20	6,63	40,12	0,01	0,02	0,17	0,00	21,50	39,56	2,64	0,10
205	макаронные изделия отварные с овощами 125/5	130	4,31	5,99	23,77	166,23	0,06	2,26	0,00	0,05	16,18	42,40	14,45	0,86
	кондитерское изделие (вафли молочные)	35	2,18	11,34	22,96	202,60	0,04	0,00	0,28	3,47	10,14	64,59	7,69	0,64
	Хлеб пшеничный	60	4,05	0,51	30,09	141,15	0,06	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
	Хлеб ржаной йодированный	20	1,33	0,24	8,37	40,96	0,11	0,14	0,00	0,11	25,55	43,75	14,00	0,98
	Молоко 2,5 %-ной жирности	200	5,00	5,00	6,00	89,00	0,08	2,60	0,40	0,50	240,00	180,00	28,00	0,20
	Итого за обед	815	31,87	35,60	110,05	888,06	0,44	16,83	1,15	5,79	449,73	552,90	128,16	5,20

10,00

Итого за завтраки	6605	217,31	197,70	855,14	6170,68	3,88	196,89	10,43	51,33	2784,44	4087,23	1125,78	111,90
Среднее значение за завтраки	660,5	21,73	19,77	85,51	617,07	0,39	19,69	1,04	5,13	278,44	408,72	112,58	11,19
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		14%	13%	55%									
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы		28%	25%	26%	26%	28%	33%	149%	51%	25%	25%	45%	93%
Итого за обеды	9775	290,58	291,45	1137,86	8337,55	4,92	393,48	11,25	31,01	3720,87	5084,31	1308,73	79,36
Среднее значение за обеды	977,5	29,06	29,14	113,79	833,75	0,49	39,35	1,13	3,10	372,09	508,43	130,87	7,94
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		14%	14%	55%									
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы		38%	37%	34%	35%	35%	66%	161%	31%	34%	31%	52%	66%
Итого за весь период		507,89	489,14	1992,99	14508,22	8,80	590,38	21,68	82,34	6505,31	9171,54	2434,51	191,26
Среднее значение		50,79	48,91	199,30	1450,82	0,88	59,04	2,17	8,23	650,53	917,15	243,45	19,13
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		14%	13%	55%									
100 % Норма СанПиН		77,00	79,00	335,00	2350,00	1,40	60,00	0,70	10,00	1100,00	1650,00	250,00	12,00
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы		66%	62%	59%	62%	63%	98%	310%	82%	59%	56%	97%	159%