

Меню осенне-зимний, весенний период: ОВЗ 5 - 11 классы

№ рецептуры	приём пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)	витамины (В1, В2, С - в мг; А - мкг; ретинол; D - мкг)											минеральные вещества (Na, Ca, K, Mg, P, Fe - в мг; I, Se, F - в мкг)										
			Б	Ж	У		В1	В2	А	D	С	Na	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F								
																					1 ДЕНЬ							
<b>1 ДЕНЬ</b>																												
<b>завтрак</b>																												
54-20г	каша жидкая молочная гречневая	200	7.1	5.8	26.6	187.3	0.15	0.18	23.90	0.05	0.30	332.00	237.00	112.00	78.00	175.00	2.35	50.00	3.64	28.00								
54-21г	чай с сахаром	200	0.20	0.00	6.50	26.8	0.00	0.01	0.30	0.00	0.04	0.70	20.80	4.50	3.80	7.20	0.73	0.00	0.00	0.00								
	хлеб пшеничный	70	5.32	0.53	34.84	158.2	0.09	0.05	0.00	0.00	0.14	331.10	98.70	87.50	28.70	90.30	2.52	0.00	20.16	0.00								
	итого за приём пищи		12.62	6.43	67.94	372.30	0.24	0.24	24.20	0.05	0.68	663.80	356.50	204.00	110.50	272.50	5.60	50.00	23.80	28.00								
<b>обед</b>																												
54-12в	суп с рыбными консервами (горбуша)	250	9.9	4.8	15.6	144.6	0.08	0.10	218.25	4.40	7.30	328.00	471.50	83.75	43.25	136.25	1.12	39.75	15.00	211.00								
54-1г	макаронны отварные	180	6.5	5.9	39.4	236.2	0.07	0.04	22.08	0.11	0.00	178.80	64.56	14.40	8.64	49.20	0.88	25.20	0.07	14.40								
54-4н	котлета из говядины	90	16.5	15.8	14.9	265.3	0.00	0.15	19.95	0.15	0.15	223.50	265.50	36.00	24.00	165.00	2.40	18.00	3.60	55.50								
54-2п	чай с сахаром	200	0.20	0.00	6.50	26.8	0.00	0.01	0.30	0.00	0.04	0.70	20.80	4.50	3.80	7.20	0.73	0.00	0.00	0.00								
	хлеб пшеничный	70	5.32	0.53	34.84	158.2	0.09	0.05	0.00	0.00	0.14	331.10	98.70	87.50	28.70	90.30	2.52	0.00	20.16	0.00								
	итого за приём пищи		38.42	27.13	111.24	831.30	0.24	0.35	260.58	4.66	7.63	1062.10	921.06	226.15	108.39	447.95	7.65	82.95	38.83	280.90								
<b>2 ДЕНЬ</b>																												
<b>завтрак</b>																												
54-2к	каша жидкая молочная пшеница	200	8.3	10.1	37.6	274.9	0.18	0.15	41.60	0.13	0.34	339.00	216.00	143.00	49.00	186.00	1.32	52.00	2.10	35.00								
54-2лн	какао с молоком	200	4.60	3.60	12.60	100.4	0.04	0.17	17.30	0.00	0.68	50.00	220.00	143.00	34.00	130.00	1.09	12.00	2.29	38.00								
	хлеб пшеничный	70	5.32	0.53	34.84	158.2	0.09	0.05	0.00	0.14	331.10	98.70	87.50	28.70	90.30	2.52	0.00	20.16	0.00									
54-1з	суп твердых сортов в нарезке	10	2.4	2.9	0.0	35.9	0.03	0.03	26.00	0.09	0.07	81.30	17.60	88.00	3.47	50.70	0.11	0.00	1.45	0.00								
	итого за приём пищи		20.62	17.23	85.04	569.40	0.34	0.40	84.90	0.22	1.43	801.40	552.30	461.50	115.17	457.00	5.04	64.00	26.00	73.00								
<b>обед</b>																												
54-7з	салат из белокочанной капусты	100	2.7	10.3	10.3	143.0	0.00	0.00	203.67	0.00	58.00	146.67	413.33	66.67	25.33	50.00	1.00	18.00	0.33	21.00								
54-10в	суп фруктовый с крутой (крупя)	250	2.4	6.3	12.9	118.3	0.05	0.05	133.08	0.00	8.03	120.25	249.50	34.25	18.25	65.50	0.70	19.08	3.55	20.85								
54-4г	каша гречневая рассыпчатая	150	8.3	6.3	36.0	233.7	0.21	0.12	19.20	0.09	0.00	149.00	219.00	15.00	120.00	181.00	4.04	22.00	3.52	16.00								
54-5н	коглетка из курицы	90	17.3	3.9	12.2	151.7	0.00	0.00	5.70	0.00	0.60	190.60	205.50	27.00	57.00	129.00	1.20	15.00	16.50	91.50								
54-3п	чай с лимоном и сахаром	200	0.30	0.00	6.70	27.9	0.00	0.01	0.38	0.00	1.16	1.30	30.20	6.90	4.60	8.50	0.77	0.00	0.02	0.70								
	хлеб пшеничный	70	5.32	0.53	34.84	158.2	0.09	0.05	0.00	0.00	0.14	331.10	98.70	87.50	28.70	90.30	2.52	0.00	20.16	0.00								
	итого за приём пищи		36.32	27.43	112.94	833.00	0.35	0.23	362.03	0.09	67.93	938.92	1216.23	237.32	253.88	324.30	10.23	74.08	44.08	150.05								
	итого		56.94	44.66	197.98	1402.40	0.69	0.63	446.93	0.31	69.36	1740.32	1768.53	698.82	369.05	981.30	15.27	138.08	70.08	223.05								
	итого в %		105	81	86	86	82	66	83	5	165	264	246	97	205	136	141	230	234	9								

		3 ДЕНЬ																			
		завтрак																			
		обед																			
		ужин																			
		итого за приём пищи																			
		итого в %																			
		4 ДЕНЬ																			
		завтрак																			
		обед																			
		ужин																			
		итого за приём пищи																			
		итого в %																			
		5 ДЕНЬ																			
		завтрак																			
		ужин																			
		итого за приём пищи																			
		итого в %																			
		6 ДЕНЬ																			
		завтрак																			
		обед																			
		ужин																			
		итого за приём пищи																			
		итого в %																			
54-21к	каша жидкая молочная пшеничная	200	6.8	5.8	32.1	208.3	0.12	0.15	26.70	0.07	0.32	338.00	199.00	124.00	33.00	176.00	1.78	49.00	26.70	20.00	
54-21п	чай с сахаром	200	0.20	0.00	6.50	26.8	0.00	0.01	0.30	0.00	0.04	0.70	20.80	4.50	3.80	7.20	0.73	0.00	0.00	0.00	
	хлеб пшеничный	50	3.80	0.47	24.87	113.0	0.07	0.03	0.00	0.00	0.10	236.50	70.50	62.50	20.50	64.50	1.80	0.00	14.40	0.00	
	новидно желочное	40	0.16	0.00	26.00	100.00	0.01	0.01	0.00	0.00	0.20	0.40	51.60	5.60	2.80	3.60	0.52	0.00	0.00	0.00	
	итого за приём пищи		10.96	6.27	89.47	448.10	0.20	0.20	27.00	0.07	0.86	575.60	341.90	196.60	60.10	251.30	4.83	49.00	41.10	20.00	
54-13з	салат из свежих овощей	60	0.8	2.8	4.6	45.6	0.00	0.00	0.60	0.00	2.20	78.00	136.00	19.20	11.00	22.00	0.80	12.00	0.40	11.40	
54-4с	расолевник домашний (на воде)	250	2.4	6.4	14.0	123.1	0.08	0.07	130.25	0.00	23.03	247.50	464.25	34.50	25.25	63.00	0.95	21.25	0.33	34.75	
54-11г	картофельное пюре	200	4.3	6.9	26.4	185.9	0.16	0.15	31.73	0.12	13.60	216.00	833.33	52.00	37.33	112.00	1.37	37.33	1.04	57.33	
54-14р	котлета рыбная любительская (минтай)	90	11.6	3.6	5.5	101.0	0.08	0.12	265.50	0.42	0.84	170.10	284.40	45.90	39.60	170.10	0.95	109.80	12.24	444.60	
54-32хп	компот из свежих яблок	200	0.15	0.14	9.93	41.5	0.01	0.01	1.20	0.00	1.60	7.95	92.50	58.00	3.10	3.80	0.79	0.80	0.10	3.20	
	хлеб пшеничный	70	5.32	0.63	34.84	158.2	0.09	0.05	0.00	0.00	0.14	331.10	98.70	87.50	28.70	90.30	2.52	0.00	20.16	0.00	
	хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.7	0.13	0.10	0.00	0.00	0.12	180.80	49.80	21.90	12.00	37.50	0.85	0.00	9.27	15.30	
	итого за приём пищи		27.12	21.46	108.02	733.00	0.55	0.50	429.28	0.54	41.53	1231.45	1958.98	319.00	156.98	498.70	8.23	181.18	43.54	566.58	
	итого в %		38.08	27.73	197.49	1181.10	0.75	0.70	456.28	0.61	42.39	1807.05	2300.88	515.60	217.08	750.00	13.06	230.18	84.64	586.58	
54-25-1к	каша жидкая молочная рисовая	200	5.3	5.4	28.7	184.5	0.05	0.15	26.40	0.05	0.61	342.00	170.00	149.00	28.00	134.00	0.42	51.00	6.20	39.00	
54-211п	какао с молоком	200	4.60	3.60	12.60	100.4	0.04	0.17	17.30	0.00	0.68	50.00	220.00	143.00	34.00	130.00	1.09	12.00	2.29	38.00	
	хлеб пшеничный	50	3.80	0.47	24.87	113.0	0.07	0.03	0.00	0.00	0.10	236.50	70.50	62.50	20.50	64.50	1.80	0.00	14.40	0.00	
	итого за приём пищи		13.70	9.47	66.17	397.90	0.16	0.35	43.70	0.05	1.39	628.50	460.50	354.50	82.50	328.50	3.31	63.00	22.89	77.00	
54-2с	борщ с капустой и картофелем со сметаной (на воде)	250	2.1	5.3	12.1	118.2	0.04	0.05	168.25	0.00	8.45	133.75	330.75	42.00	24.00	53.25	1.09	21.25	0.50	28.25	
54-11з	салат из моркови и яблок	100	1.0	10.3	7.3	123.7	0.00	0.00	1220.00	0.00	6.00	150.00	206.67	22.67	26.00	36.67	1.00	17.00	0.00	36.67	
54-11г	запеканка из творога	200	39.6	14.3	28.9	401.6	0.08	0.40	68.13	0.21	0.39	241.33	212.00	298.67	42.67	388.00	1.15	38.67	52.00	66.67	
54-2п	чай с сахаром	200	0.20	0.00	6.50	26.8	0.00	0.01	0.30	0.00	0.04	0.70	20.80	4.50	3.80	7.20	0.73	0.00	0.00	0.00	
	хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.7	0.13	0.10	0.00	0.00	0.12	180.80	49.80	21.90	12.00	37.50	0.85	0.00	9.27	15.30	
	хлеб пшеничный	40	3.04	0.37	19.89	90.4	0.05	0.03	0.00	0.00	0.08	189.20	56.40	50.00	16.40	51.60	1.44	0.00	11.52	0.00	
	итого за приём пищи		48.49	31.26	87.44	838.40	0.30	0.59	1456.68	0.21	15.08	895.78	876.42	439.74	124.87	574.22	6.26	76.92	73.29	146.89	
	итого в %		62.19	40.73	153.61	1236.30	0.46	0.94	1500.38	0.26	16.47	1524.28	1336.92	794.24	207.37	902.72	9.57	139.92	96.18	223.89	
54-13п	компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0.0	19.8	81.0	0.00	0.00	15.00	0.00	0.02	0.05	0.17	50.00	2.10	4.30	0.09	0.00	0.00	0.00	
54-19к	суп молочный с макаронными изделиями	200	5.5	4.5	17.9	134.2	0.06	0.18	23.80	0.03	0.73	113.80	186.60	151.60	19.40	122.40	0.36	20.80	2.48	31.80	

54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	20	4.8	5.87	0.00	71.7	0.05	0.05	52.00	0.19	0.13	162.67	17.60	176.00	6.93	101.33	0.21	0.06	2.91	0.00	
	хлеб пшеничный	70	5.32	0.63	34.84	158.2	0.09	0.05	0.00	0.00	0.14	331.10	98.70	87.50	28.70	90.30	2.52	0.06	20.16	0.00	
	итого за приём пищи		16.12	11.00	72.54	445.10	0.20	0.28	90.80	0.22	1.02	607.62	303.07	465.10	57.13	318.33	3.18	20.80	25.55	31.80	
<b>обед</b>																					
	щи из свежей капусты со сметаной (на воде)	200	1.6	4.9	5.3	72.1	0.02	0.03	105.00	0.00	10.76	98.60	184.00	37.40	13.20	31.00	0.48	15.20	0.34	14.46	
54-8з	салат из белокочанной капусты с морко	100	1.7	10.2	9.7	135.8	0.03	0.03	202.67	0.00	38.67	143.33	273.33	43.33	17.33	32.00	0.60	16.33	0.27	14.00	
54-1о	омлет картофельный	230	19.5	27.6	5.1	345.8	0.09	0.61	280.60	3.34	0.46	389.47	276.00	168.67	26.07	311.27	3.22	64.40	40.02	96.60	
	сок яблочный	200	1.00	0.20	20.20	98.00	0.02	0.02	0.00	0.00	4.00	12.00	240.00	14.00	8.00	14.00	2.80	2.06	0.00	0.00	
	хлеб пшеничный	40	3.04	0.37	19.89	90.4	0.05	0.03	0.00	0.00	0.08	189.20	56.40	50.00	16.40	51.60	1.44	0.00	11.52	0.00	
	хлеб ржаной	30	2.55	0.99	12.75	77.7	0.13	0.10	0.00	0.00	0.12	180.80	49.80	21.90	12.00	37.50	0.85	0.00	9.27	15.30	
	итого за приём пищи		29.39	44.26	72.94	819.80	0.34	0.82	588.27	3.34	54.09	1013.40	1079.53	335.30	93.00	477.37	9.39	97.93	61.42	140.36	
	итого		45.51	55.26	145.48	1264.90	0.54	1.10	679.07	3.56	55.11	1621.02	1382.60	800.40	150.13	795.70	12.57	118.73	86.97	172.16	
	итого в %		84	100	63	78	64	115	126	59	131	246	192	111	83	111	116	198	290	7	
	итого в среднем с 1 по 5 день %		94	73	76	77	70	83	125	32	91	255	224	90	129	115	118	253	267	13	
<b>6 ДЕНЬ</b>																					
<b>завтрак</b>																					
54-20к	каша жидкая молочная гречневая	200	7.1	5.8	26.6	187.3	0.15	0.18	23.90	0.05	0.30	332.00	237.00	112.00	78.00	175.00	2.35	50.09	3.64	28.00	
54-2гн	чай с сахаром	200	0.20	0.00	6.50	26.8	0.00	0.01	0.30	0.00	0.04	0.70	20.80	4.50	3.80	7.20	0.73	0.00	0.00	0.00	
	хлеб пшеничный	70	5.32	0.63	34.84	158.2	0.09	0.05	0.00	0.00	0.14	331.10	98.70	87.50	28.70	90.30	2.52	0.06	20.16	0.00	
	итого за приём пищи		12.62	6.43	67.94	372.30	0.24	0.24	24.20	0.05	0.68	663.80	356.50	204.00	110.50	272.50	5.60	50.09	23.80	28.00	
<b>обед</b>																					
54-3е	расоленный Ленинградский (на воде)	250	2.4	6.4	16.5	133.3	0.08	0.07	130.00	0.00	6.93	246.00	418.75	26.25	24.75	64.25	0.89	20.75	0.94	35.25	
54-1п	макаронны отварные	180	6.5	5.9	39.4	236.2	0.07	0.04	22.08	0.11	0.00	178.80	64.56	14.40	8.64	49.20	0.88	25.20	0.07	14.40	
54-7н	шницель из говядины	90	16.5	15.8	14.9	262.5	0.00	0.15	19.95	0.15	0.35	223.50	265.50	36.00	24.00	165.00	2.40	18.00	3.60	55.50	
54-3гн	чай с лимоном в сахором	200	0.30	0.00	6.70	27.9	0.00	0.01	0.38	0.00	1.16	1.30	30.20	6.90	4.60	8.50	0.77	0.00	0.02	0.70	
	хлеб пшеничный	70	5.32	0.63	34.84	158.2	0.09	0.05	0.00	0.00	0.14	331.10	98.70	87.50	28.70	90.30	2.52	0.06	20.16	0.00	
54-1з	сыр твердых сортов в нарезке	30	7.2	8.80	0.00	107.6	0.08	0.08	78.00	0.28	0.20	244.00	26.40	264.00	10.40	152.00	0.32	0.00	4.36	0.00	
	хлеб ржаной	40	3.40	1.32	17.00	103.6	0.17	0.13	0.00	0.00	0.16	241.07	66.40	29.20	16.00	50.00	1.13	0.00	12.36	20.40	
	итого за приём пищи		41.62	38.85	129.34	1029.30	0.49	0.53	250.41	0.54	8.74	1465.77	970.51	464.25	117.09	379.25	8.91	63.95	41.51	126.25	
	итого		54.24	45.28	197.28	1401.60	0.73	0.77	274.61	0.59	9.42	2129.57	1527.01	668.25	227.59	851.75	14.51	113.95	65.31	154.25	
	итого в %		100	82	86	86	87	80	51	10	22	323	184	93	126	118	134	190	218	6	
<b>7 ДЕНЬ</b>																					
<b>завтрак</b>																					
54-1ок	каша Дружба	200	5.0	5.8	24.1	168.9	0.07	0.12	27.20	0.07	0.33	336.00	157.00	116.00	27.00	124.00	0.53	50.00	4.09	31.00	
54-2гн	чай с сахаром	200	0.20	0.00	6.50	26.8	0.00	0.01	0.30	0.00	0.04	0.70	20.80	4.50	3.80	7.20	0.73	0.00	0.00	0.00	
	хлеб пшеничный	70	5.32	0.63	34.84	158.2	0.09	0.05	0.00	0.00	0.14	331.10	98.70	87.50	28.70	90.30	2.52	0.06	20.16	0.00	
54-19з	масло сливочное (порпикан)	10	0.1	7.2	0.1	66.1	0.00	0.01	45.00	0.13	0.00	1.50	3.00	2.40	0.00	3.00	0.02	0.00	0.10	0.30	

		итого за приём пищи										обща									
54-9	салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	1,3	10,0	6,0	120,7	0,00	0,00	403,33	0,00	29,00	146,67	266,67	36,67	18,67	31,33	1,00	16,33	0,33	18,33	
54-26 борщи с капустой и картошкой со сметаной (на воде)		250	2,1	5,3	12,1	118,2	0,04	0,05	168,25	0,00	8,45	133,75	330,75	42,00	24,00	53,25	1,09	21,25	0,50	28,25	
54-33 жаркое по-домашнему из курятины		230	28,6	7,1	20,3	259,5	0,2	0,2	37,5	0,1	11,8	329,7	910,4	28,8	115,0	247,3	2,6	50,2	23,8	191,7	
54-4н компот из яблок		200	0,40	0,10	18,40	75,8	0,02	0,01	0,72	0,00	17,80	138,00	14,00	7,30	22,00	0,54	0,54	0,20	0,11	46,80	
хлеб пшеничный		70	5,32	0,63	34,84	158,2	0,09	0,05	0,00	0,00	0,04	331,10	98,70	87,50	28,70	90,30	2,52	0,00	20,16	0,00	
хлеб ржаной		40	3,40	1,32	17,00	103,6	0,17	0,13	0,00	0,00	0,06	241,07	66,40	29,20	16,00	50,00	1,13	0,00	12,36	20,40	
итого за приём пищи			41,12	24,45	108,64	836,00	0,52	0,44	609,90	0,10	49,55	1200,09	1810,92	238,17	209,67	494,18	8,88	87,98	57,26	305,48	
итого			51,74	38,08	174,18	1256,00	0,68	0,63	682,40	0,30	50,26	1869,39	2090,42	448,57	269,17	718,68	12,68	137,98	81,61	336,78	
итого в %			96	69	76	77	81	66	126	5	120	283	290	62	150	100	117	230	272	14	

8 ДЕНЬ

завтрак

		итого за приём пищи										обща									
54-23к	каша жидкая молочная пшеничная	200	6,8	5,8	32,1	208,3	0,12	0,15	26,70	0,07	0,32	338,00	199,00	124,00	33,00	176,00	1,78	49,00	26,70	20,00	
54-2гн чай с сахаром		200	0,20	0,00	6,50	26,8	0,00	0,01	0,30	0,00	0,04	0,70	20,80	4,50	3,80	7,20	0,73	0,00	0,00	0,00	
хлеб пшеничный		50	3,80	0,47	24,87	113,0	0,07	0,03	0,00	0,00	0,00	236,50	70,50	62,50	20,50	64,50	1,80	0,00	14,40	0,00	
54-1г сыр твердый сортов в нарезке		30	7,2	8,80	0,00	107,6	0,08	0,08	78,00	0,28	0,30	244,00	26,40	264,00	10,40	152,00	0,32	0,00	4,36	0,00	
итого за приём пищи			18,00	15,07	63,47	455,70	0,27	0,27	105,00	0,35	0,36	819,20	316,70	455,00	67,70	399,70	4,63	49,00	45,46	20,00	

обед

		итого за приём пищи										обща									
54-3зв	салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	2,7	7,3	10,3	117,3	0,00	0,00	536,67	0,33	12,00	196,67	340,00	20,33	24,67	66,67	1,00	17,00	3,00	32,00	
54-1е воле)		250	2,0	6,2	6,6	90,1	0,03	0,04	131,25	0,00	13,45	123,25	230,00	46,75	16,50	38,75	0,60	19,00	0,43	18,45	
54-10к картофель отварной в молоке		180	5,4	6,7	31,9	208,4	0,17	0,14	10,01	0,00	13,08	202,80	830,40	74,40	39,60	130,80	1,42	37,20	1,80	61,20	
54-11р тфилеши рыбные(минтай)		100	12,8	8,0	12,7	173,8	0,08	0,08	13,42	0,28	0,70	448,33	281,67	45,00	38,33	173,33	0,97	153,50	12,38	483,33	
сок яблочный		200	1,00	0,20	20,20	98,06	0,02	0,02	0,00	0,00	4,00	12,00	240,00	14,00	8,00	14,00	2,80	2,00	0,00	0,00	
хлеб пшеничный		70	5,32	0,63	34,84	158,2	0,09	0,05	0,00	0,00	0,04	331,10	98,70	87,50	28,70	90,30	2,52	0,00	20,16	0,00	
54-3оухе соус крапивный основной		100	3,3	2,4	8,9	70,8	0,02	0,00	128,00	0,04	2,68	12,00	142,00	9,20	12,00	24,00	0,52	1,80	0,44	9,00	
хлеб ржаной		40	3,40	1,32	17,00	103,6	0,17	0,13	0,00	0,00	0,06	241,07	66,40	29,20	16,00	50,00	1,13	0,00	12,36	20,40	
итого за приём пищи			35,92	32,75	142,44	1020,20	0,58	0,46	819,35	0,65	46,21	1567,22	2229,17	326,38	183,80	587,85	10,96	230,50	50,57	624,38	
итого			53,92	47,82	205,91	1475,90	0,85	0,73	924,35	1,00	47,07	2386,42	2545,87	781,38	251,50	987,55	15,59	279,50	96,03	644,38	
итого в %			100	87	90	90	101	76	171	17	112	362	354	109	140	137	144	466	320	27	

9 ДЕНЬ

завтрак

		итого за приём пищи										обща									
54-25.1к	каша жидкая молочная рисовая	200	5,3	5,4	28,7	184,5	0,05	0,15	26,40	0,05	0,61	342,00	170,00	149,00	28,00	134,00	0,42	51,00	6,20	39,00	
54-2.1гн кашка с молоком		200	4,60	3,60	12,60	100,4	0,04	0,17	17,30	0,00	0,68	50,00	220,00	143,00	34,00	130,00	1,09	12,00	2,29	38,00	
хлеб пшеничный		50	3,80	0,47	24,87	113,0	0,07	0,03	0,00	0,00	0,00	236,50	70,50	62,50	20,50	64,50	1,80	0,00	14,40	0,00	
54-19к мажонд сывяноное (порциман)		20	9,2	9,6	33,6	267,7	0,11	0,45	46,13	0,00	1,81	133,33	586,67	381,33	90,67	346,67	2,91	32,00	6,11	101,33	
итого за приём пищи			22,90	19,07	99,77	665,63	0,27	0,80	89,83	0,05	3,30	761,83	1047,17	735,83	173,17	675,17	6,22	95,00	29,00	178,33	
54-8с суп картофельный с горохом (на воде)		250	5,3	5,0	19,9	146,0	0,18	0,07	121,50	0,00	5,95	119,75	478,00	33,75	36,25	100,50	1,85	19,95	2,50	36,00	

сдлагт карттофелнийг с морковно и 34-34з зеленлы горошком	60	1,6	4,4	6,2	70,4	0,00	0,00	322,00	0,20	7,20	118,00	204,00	12,20	14,80	40,00	0,60	10,20	1,80	19,20
34-12л пиво с куршней	230	31,4	9,4	38,1	361,9	0,1	0,1	169,1	0,0	2,7	335,4	440,8	23,0	9,6	268,3	2,3	46,0	31,6	195,5
34-1л компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,0	0,00	0,00	15,00	0,00	0,02	0,05	0,17	50,00	2,10	4,30	0,09	0,00	0,00	0,00
Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	34,84	158,2	0,09	0,05	0,00	0,00	0,14	331,10	98,70	87,50	28,70	90,30	2,52	0,00	20,16	0,00
Итого за приём пищи		44,12	19,43	118,84	817,50	0,37	0,22	627,60	0,20	16,01	904,30	1221,67	206,45	91,45	303,40	7,36	76,15	56,06	250,70
Итого	Итого	67,02	38,50	218,61	1483,13	0,64	1,02	717,43	0,25	19,21	1666,13	2268,84	942,28	264,62	1178,57	13,58	171,45	85,06	429,03
Итого в %	Итого в %	124	70	95	91	76	107	133	4	46	252	315	131	147	164	126	285	284	18
<b>10 ДЕНЬ</b>																			
<b>завтрак</b>																			
34-23к каша желтая молочная пшеничная	200	6,8	5,8	32,1	208,3	0,12	0,15	26,70	0,07	0,32	338,00	199,00	124,00	33,00	176,00	1,78	49,00	26,70	20,00
34-2лн чай с сахаром	200	0,20	0,00	6,50	26,8	0,00	0,01	0,30	0,00	0,04	0,70	20,80	4,50	3,80	7,20	0,73	0,00	0,00	0,00
34-1л сыр твердых сортов в нарезке	20	4,8	5,87	0,00	71,7	0,05	0,05	52,00	0,19	0,13	162,67	17,60	176,00	6,93	101,33	0,21	0,00	2,91	0,00
Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	34,84	158,2	0,09	0,05	0,00	0,00	0,14	331,10	98,70	87,50	28,70	90,30	2,52	0,00	20,16	0,00
Итого за приём пищи		17,12	12,30	73,44	465,00	0,26	0,26	79,00	0,26	0,83	832,47	336,10	392,00	72,43	374,83	5,24	49,00	49,77	20,00
<b>обед</b>																			
34-4к расолянык люкшиний (на воде)	230	2,4	6,4	14,0	123,1	0,08	0,07	130,25	0,00	23,03	247,50	464,25	34,50	25,25	63,00	0,95	21,25	45,66	141,72
34-1бл винегрет с растительным маслом	100	1,0	8,8	6,8	111,8	0,03	0,03	121,33	0,00	3,77	333,33	213,33	20,33	16,00	36,67	0,67	13,00	23,33	19,67
34-1л картофельное пюре	180	3,8	6,2	23,8	167,3	0,14	0,13	28,56	0,11	12,24	194,40	750,00	46,80	33,60	100,80	1,24	33,60	0,94	51,60
34-3л кефирные тофулды	100	8,3	7,7	6,3	128,3	0,03	0,07	9,17	0,00	11,03	115,00	271,67	31,67	18,33	91,67	1,35	0,00	0,88	35,00
34-3л чай с лимоном и сахаром	200	0,30	0,00	6,70	27,9	0,00	0,01	0,38	0,00	1,16	1,30	30,20	6,90	4,60	8,50	0,77	0,00	0,02	0,70
Хлеб пшеничный	70	5,32	0,63	34,84	158,2	0,09	0,05	0,00	0,00	0,14	331,10	98,70	87,50	28,70	90,30	2,52	0,00	20,16	0,00
Итого за приём пищи		21,12	29,73	92,44	716,60	0,37	0,36	289,69	0,11	51,37	1222,63	1828,15	227,70	126,48	390,94	7,50	67,85	45,66	141,72
Итого	Итого	38,24	42,03	165,88	1181,60	0,63	0,62	368,69	0,37	52,20	2055,10	2164,25	619,70	198,91	765,77	12,74	116,85	95,43	161,72
Итого в %	Итого в %	71	77	72	72	75	65	68	6	124	311	301	86	111	106	118	195	318	7
Итого в среднем с 6 по 10 день %	Итого в %	98	77	84	83	84	79	110	8	85	306	289	96	135	125	128	273	282	14
в % 1 день	в % 1 день	95	61	78	74	57	61	53	79	20	262	177	60	122	100	123	222	209	13
в % 2 день	в % 2 день	105	81	86	86	82	66	83	5	165	264	246	97	205	136	141	230	234	9
в % 3 день	в % 3 день	71	50	86	72	89	73	84	10	101	274	320	72	121	104	121	384	282	24
в % 4 день	в % 4 день	115	74	67	76	55	98	278	4	39	231	186	110	115	125	89	233	321	9
в % 5 день	в % 5 день	84	100	63	78	64	115	126	59	131	246	192	111	83	111	116	198	290	7
в % 6 день	в % 6 день	100	82	86	86	87	80	51	10	22	323	184	93	126	118	134	190	218	6
в % 7 день	в % 7 день	96	69	76	77	81	66	126	5	120	283	290	62	150	100	117	230	272	14
в % 8 день	в % 8 день	100	87	90	90	101	76	171	17	112	362	354	109	140	137	144	466	320	27
в % 9 день	в % 9 день	124	70	95	91	76	107	133	4	46	252	315	131	147	164	126	285	284	18
в % 10 день	в % 10 день	71	76	72	72	75	65	68	6	124	311	301	86	111	106	118	195	318	7
в % 1 - 5 дни	в % 1 - 5 дни	94	73	76	77	70	83	125	32	91	255	224	90	129	115	118	253	267	13
в % 6 - 10 дни	в % 6 - 10 дни	98	77	84	83	84	79	110	8	85	306	289	96	135	125	128	273	282	14
в % за 10 дней	в % за 10 дней	96	75	80	80	77	81	117	20	88	281	256	93	132	120	123	263	275	14
НОРМА на завтрак 25 %	НОРМА на завтрак 25 %	22,50	23,00	95,75	680,00	0,35	0,40	225,00	2,50	17,30	275,00	300,00	300,00	75,00	300,00	4,50	25,00	12,50	1000,00

НОРМА на цена 35 %		31.50	32.20	134.05	952.00	0.49	0.56	315.00	3.50	24.50	385.00	420.00	420.00	105.00	420.00	6.30	35.00	17.50	1400.00
НОРМА за дени		54.00	55.20	229.80	1632.00	0.84	0.96	540.00	6.00	42.00	660.00	720.00	720.00	180.00	720.00	10.80	60.00	30.00	2400.00
		90.00	92.00	383.00	2720.00	1.40	1.60	900.00	10.00	70.00	1100.00	1200.00	1200.00	300.00	1200.00	18.00	100.00	50.00	4000.00