

109	Хлеб рж	24	2,4	0,4	14,14	48	0,012	0	0	0	3,4	0	4,5	0,2
	Итого	649	23,9	24,4	119,8	712	0,129	37,16	9,09	1,505	156,68	188,73	46,63	2,68
бле нь 333	Макар изд с тертым сыром	165	10,3	15,3	32,9	318	0,07	0,13	0	0	190,42	0	17,46	0,91
518	Котлета мясн.	90	16	22,7	19	390	0,07	0	0	0,64	16,8	103,2	20,8	1,2
340	Чай с сах вит	200	1,5	1,6	15,8	81	0,001	0,26	9	0,005	53,2	39,15	6,09	0,08
108	Хлеб пш	45	4,3	0,3	15,46	73	0,036	0	0	0	4,2	0	5,4	0,4
109	Хлеб рж	24	2,4	0,4	14,14	48	0,012	0	0	0	3,4	0	4,5	0,2
	Итого	524	34,5	40,3	97,3	910	0,189	0,39	9	0,645	268,02	142,35	54,25	2,79
7де нь 374	Борщ со сметаной	260	0,96	5,06	18,4	215	0,07	9,4	0	0,48	115,82	33,11	14,27	0,49
336	Творожная запеканка со сг молоком	90	15,56	11,14	15,77	227	0	0,46	71,84	0	156	202,9	24,25	0,67
685	Компот из с/ф витаминиз	200	3,6	0	47,4	167	0,04	0,8	0	2,78	70,93	63,51	45,68	1,44
108	Хлеб пш	45	4,3	0,3	15,46	73	0,036	0	0	0	4,2	0	5,4	0,4
109	Хлеб рж	24	2,4	0,4	14,14	48	0,012	0	0	0	3,4	0	4,5	0,2
	Итого	619	26,82	16,9	111,17	730	0,158	10,66	71,84	3,26	350,35	299,52	94,1	3,2
8де нь 110	Омлет натур с маслом	120	12,11	18,28	2,2	220	0,06	0,20	274	0	89,85	199,24	15,12	2,23
	Йогурт	95	5,0	3,0	8,0	85,5	0,04	0,6	0,03	0	0	0,2	14,0	0,1
518	Сок фруктов	200	3,87	0	25,1	124	0	0	0	0	16	18	0	0,4
588	Вафля	20	2,7	2,9	20,4	98	0	0	0	0	0	0	0	0
108	Хлеб пш	45	4,3	0,3	15,46	73	0,036	0	0	0	4,2	0	5,4	0,4
109	Хлеб рж	24	2,4	0,4	14,14	48	0,012	0	0	0	3,4	0	4,5	0,2
	Итого	504	30,38	24,88	85,3	648,5	0,148	0,26	274,03	0	113,45	217,44	39,02	3,33
9де нь 271	Кнели рыбные припущенные	90	14,9	12,4	5,0	192	0,12	0,15	0	0	35,94	0	19,76	0,53
520	Картофельное пюре	150	3,4	6,8	22	189	0,1	6	0	0	42	83	30	1
685	Компот из с/ф витаминиз	200	3,6	0	47,4	167	0,04	0,8	0	2,78	70,93	63,51	45,68	1,44
769	Булочка домашняя	50	4,86	3,85	35,6	197	0,06	0,66	9	2	16	44	6	0,6
108	Хлеб пш	45	4,3	0,3	15,46	73	0,036	0	0	0	4,2	0	5,4	0,4
109	Хлеб рж	24	2,4	0,4	14,14	48	0,012	0	0	0	3,4	0	4,5	0,2
	Итого	559	33,46	23,75	139,6	866	0,368	7,61	9	4,78	172,47	190,51	111,34	4,17
10д ень 406	Плов с курицей	220	13,4	25,2	50,3	349	0,003	1,11	0	0	14,53	109,98	41,83	1,03
443	Фрукт	200	2,7	0	10,9	160	0	10	0	0	0	0	0	0
340	Чай с сахаром вит	200	1,5	0	15,8	81	0,001	0,26	9	0,005	53,2	39,15	6,09	0,08
108	Хлеб пш	45	4,3	0,3	15,46	73	0,036	0	0	0	4,2	0	5,4	0,4
109	Хлеб рж	24	2,4	0,4	14,14	48	0,012	0	0	0	3,4	0	4,5	0,2
	Итого	689	24,3	25,9	106,6	711	0,052	11,37	9	0,005	74,99	149,13	57,82	1,71
	Всего за 10дн	5780	274,51	246,8	1077,18	7435,5	1,721	135,3	462,84	16,125	1679,02	2026,38	619,03	28,78