

	Пятница 1неделя															
				Завтрак												
Суп молочный с крупой рисовой	180	3,61	3,81	12,62	99,3	0,05	0	0	0,4	9,9	0,68	29,1	0,62	94	2011	
Бутерброд с маслом	10/30	3,6	4,7	38,4	211,1	0	0	0	0,3	27,9	8,9	80,8	0,5	1	2011	
Чай с сахаром	180\10	0,17	0,01	8,39	33,6	0	0,02	0	0	0,9	8	1,6	0,19	392	2011	
Итого за приём пищи:	410	7,38	8,52	59,41	344	0,05	0,02	0	0,7	38,7	17,58	111,5	1,31			
Сок фруктовый пром.производства	100	2	0,3	12,7	61,2	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2			
				Обед												
Суп картофельный с крупой	180	1,44	0,07	14,79	65,66	0,02	2,53	0	0	19,3	27,9	36,6	0,6	80	2011	
Котлета рыбная запеченая	70	10,65	3,43	7,46	103,6	0	22,2	0,2	2,3	27,4	54,5	51,8	1,3	255	2011	
Пюре картофельное	130	3,62	4,16	17,72	118,95	0,08	3,9	0,24	2,35	34,4	26,2	195	2,37	321	2011	
Салат из моркови	50	0,61	0,05	5,8	26,15	0	3	0	0	5	15,2	9,1	0,1	41	2011	
Хлеб пшеничный	40	3,16	0,08	19,32	94,4	0,06	0	0	0	13,2	9,2	34,8	0,8			
Хлеб ржаной	30	2,28	0,24	14,76	70,32											
Компот из смеси с/ф	180	0,39	0,02	24,99	101,7	0,1	0	0	0,7	5,7	5,4	26,1	1,2	376	2011	
Итого за приём пищи:	680	22,15	8,05	104,84	580,78	0,26	31,63	0,44	5,35	105	138,4	353,4	6,37			
				Полдник												
Печенье сахарное	2\35	2,72	1,65	18,3	197,4	0,09	0	2,31	0,79	14,5	11	37	0,69			
Какао с молоком	180	3,15	2,72	12,96	89	0,04	1,2	18	0,74	16,7	114,7	95,6	0,41	397	2011	
Итого за приём пищи:	250	5,87	4,37	31,26	286,4	0,13	1,2	20,31	1,53	31,2	125,7	132,6	1,1			
Всего за день:	1440	37,4	21,24	208,21	1272,38	0,54	32,85	20,75	8,28	181	287,1	623,6	9,98			