

Grand

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ НА ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ СЕЗОН 2021 Г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор ООО "Радуга вкуса"
/О.И.Жаркова/

1 день

[illegible]

2 День

2 день															
№ технo-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	
Завтрак															
366	ЗАПЕКАКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	29,6	25,0	82,1	328,2	0,0	0,3	0,0	2,4	192,7	36,5	255,9	0,9	
2	МОУРТ	95	2,7	2,4	4,4	54,8	0,0	0,3	0,0	0,0	102,0	11,2	76,0	0,0	
693	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,4	2,8	14,6	97,8	0,0	0,5	0,0	0,0	109,7	21,5	86,1	0,6	
1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,0	23,4	118,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
за прием пищи:			39,0	30,2	124,5	599,4	0,0	1,1	0,0	2,4	404,4	69,2	418,0	1,5	
Обед															
71	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	1,6	4,9	38,1	0,0	3,7	0,2	0,6	15,9	11,5	25,0	0,5	
131	РАССОЛЫНИК ДОМАШНИИ СО СМЕТАНОИ	200/5	2,1	4,4	13,6	102,3	0,1	9,3	0,2	1,5	38,5	24,3	56,1	1,2	
451	БЕЛГОЧИ МЯСНЫЕ	90	14,4	16,7	13,2	260,3	0,0	0,0	0,0	3,0	13,4	25,1	141,5	2,3	
534	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,5	10,2	35,0	167,3	0,1	32,0	0,1	2,7	79,2	28,5	57,4	1,7	
8	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ЯБЛОК ВИТАМИНИЗОВАННЫЙ / С ВИТАМИНИЗАЦИЕЙ/	200	0,0	0,0	16,0	67,0	0,0	3,0	0,0	0,4	5,0	2,0	3,0	1,0	
1	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. ВИТАМИНИЗАЦИИ	25	2,0	0,0	12,0	59,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
1	МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2,0	0,0	10,0	50,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
1	ХЛЕБ РУЖНОЙ ОБОГ.	24,8	32,9	104,7	744,0	0,2	48,0	0,5	8,2	152,0	94,4	283,0	6,7	8,2	
за прием пищи:			63,8	63,1	229,2	1343,4	0,2	49,1	0,5	10,6	555,4	160,6	701,0	8,2	
за день:			1	1	3,6										
использованность:															

3 День

Индекс типа	№ техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетиче- ская ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества						
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг				
Завтрак																			
	64	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТ. МАСЛОМ	60	0,9	5,0	4,9	67,3	0,0	2,3	0,0	2,2	21,3	11,5	23,0	0,7	0,7			
	388	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	60	7,5	5,7	8,1	108,1	0,0	0,0	0,0	2,2	8,2	7,8	28,5	0,9	0,9			
	520 (3)	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,6	5,4	24,8	161,8	0,2	12,1	0,0	0,2	41,4	33,8	96,6	1,4	1,4			
	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,9	39,7	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3	0,3			
08		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,0	14,0	71,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
	08	ЯБЛОКО	75	0,3	0,3	7,4	35,3	0,0	7,5	0,0	0,5	12,0	6,0	8,3	1,7	1,7			
За прием пищи:				14,4	16,4	69,1	483,2	0,2	21,9	0,0	5,1	92,6	62,4	159,4	5,0	5,0			
Обед																			
	31	САЛАТ ПЕСТРЫЙ	60	0,7	3,1	7,6	62,0	0,0	2,4	0,0	1,5	16,8	9,6	18,2	1,0	1,0			
	135	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,7	4,3	10,1	85,6	0,1	7,3	0,2	1,5	38,1	19,2	45,2	1,0	1,0			
	302	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	180	18,8	17,8	20,1	316,0	0,2	9,4	0,7	0,6	48,9	48,8	213,5	2,6	2,6			
	639(3)	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И- ВИТАМИНИЗАЦИИ/	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,5	1,8	0,0	0,0	0,0			
108		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	0,0	14,4	70,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
		ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2,0	0,0	10,0	50,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			
За прием пищи:				25,6	25,2	81,6	661,8	0,3	19,1	0,9	3,6	112,3	79,4	276,9	4,6	4,6			
За день:				40,0	41,6	150,7	1145,0	0,5	41,0	0,9	8,7	204,9	141,8	436,3	9,6	9,6			
энергетическая:				1	1,0	3,8													

Лада Вкус"

5 день

№ тех- нологич- еской карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетич- еская ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	
Завтрак															
21	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	60	0,9	2,6	4,3	44,9	0,0	1,6	0,4	1,3	18,8	13,0	24,2	0,6	
278	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	190	14,9	17,4	38,7	371,3	0,0	0,7	0,4	3,9	31,2	42,9	176,7	2,3	
685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,9	39,7	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3	
8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,0	23,4	118,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
в прием пищи:			19,2	20,0	76,3	574,5	0,0	2,3	0,8	5,2	59,7	59,2	203,9	3,2	
Обед															
64	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТ. МАСЛОМ	60	0,9	5,0	4,9	67,3	0,0	2,3	0,0	2,2	21,3	11,5	23,0	0,7	
106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,3	4,6	11,5	95,6	0,0	0,5	0,2	1,9	26,4	8,7	28,5	0,6	
374	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12,8	9,4	3,2	99,9	0,0	1,0	0,3	1,5	9,2	7,0	11,8	0,3	
203	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3,0	3,0	34,5	137,5	0,2	12,4	0,0	0,3	16,9	32,3	81,9	1,4	
639(3)	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С-ВИТАМИНИЗАЦИЯ/	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,5	1,8	0,0	0,0	
8	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2,0	0,0	12,0	59,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2,0	0,0	10,0	50,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
в прием пищи:			23,0	17,5	95,5	586,7	0,2	16,2	0,5	5,9	82,3	61,3	145,2	3,0	
в день:			42,2	42,0	171,8	1161,2	0,2	18,5	1,3	11,1	142,0	120,5	349,1	6,2	
сированность:			1	1	4,1										
5															

4 день

Эник тур	№ техноло- гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг
Завтрак															
08	14	Сыр (порциями)	10	2,4	3,0	0,0	37,5	0,0	0,3	0,0	0,0	98,0	5,0	58,0	0,1
	311	КАША «ДРУЖБА» С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	5,0	7,0	25,0	185,0	0,1	2,1	0,1	0,2	186,6	34,9	176,3	0,0
	87	ПЛОШКА МОСКОВСКАЯ	60	4,8	3,8	33,1	185,9	0,1	0,0	0,0	0,1	15,4	7,3	40,1	0,4
08	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2	0,0	10,1	42,0	0,0	1,1	0,0	0,0	11,9	3,9	4,4	0,4
08		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,0	0,0	21,0	106,7	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
за прием пищи:				15,4	13,8	89,2	557,1	0,2	3,5	0,1	0,3	311,9	51,1	278,8	0,9
Обед															
08		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,2	0,0	0,5	2,8	0,0	2,0	0,0	0,0	4,6	2,8	8,4	0,2
	110	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	205	1,5	4,3	10,6	86,7	0,0	6,5	0,2	1,5	36,4	18,8	38,3	1,2
	436	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	17,5	18,7	17,4	307,3	0,2	9,0	0,0	2,7	29,5	39,3	191,2	3,0
08	438	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ЯБЛОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ / С- ВИТАМИНИЗАЦИЕЙ/	200	0,0	0,0	16,0	67,0	0,0	3,0	0,0	0,4	5,0	2,0	3,0	1,0
08		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2,0	0,0	12,0	59,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2,0	0,0	10,0	50,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
за прием пищи:				23,2	23,0	66,5	572,8	0,2	20,5	0,2	4,6	75,5	62,9	240,9	5,4
за день:				38,6	36,6	155,7	1129,9	0,4	24,0	0,3	4,9	387,4	114,0	519,7	6,3
использованность:				1	1	4,0									

6 день

[illegible]

7 день

№ технотипу	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	
Завтрак															
117	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ	60	3,5	3,6	22,2	132,9	0,0	1,2	0,0	0,5	13,4	8,0	36,9	0,4	
	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "АРТЕК" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,5	6,7	32,2	215,1	0,1	0,5	0,0	0,1	108,4	30,0	149,8	1,5	
433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,4	2,8	14,6	97,8	0,0	0,5	0,0	0,0	109,7	21,5	86,1	0,6	
108	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,0	14,0	70,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
за прием пищи:			15,4	13,1	83,0	516,6	0,1	2,2	0,0	0,6	231,5	59,5	272,8	2,5	
Обед															
21	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	60	0,9	2,6	4,3	44,9	0,0	1,6	0,4	1,3	18,8	13,0	24,2	0,6	
34	СВЕКОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,9	4,4	13,9	101,6	0,0	6,1	0,2	1,5	37,8	24,9	53,2	1,2	
278	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	180	14,1	16,5	36,6	351,7	0,0	0,7	0,3	3,6	29,6	40,5	167,3	2,2	
108	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ЯБЛОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ / С-ВИТАМИНИЗАЦИЯ/	200	0,0	0,0	16,0	67,0	0,0	3,0	0,0	0,4	5,0	2,0	3,0	1,0	
108	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,4	0,0	14,4	70,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
108	ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2,0	0,0	10,0	50,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
за прием пищи:			21,3	23,5	95,2	686,0	0,0	11,4	0,9	6,8	91,2	80,4	247,7	5,0	
за день:			36,7	36,6	178,2	1 202,6	0,1	13,6	0,9	7,4	322,7	139,9	520,5	7,5	
ансированность:			1	1,0	4,9										

8 день

Индекс технологической карты	№	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	
108		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	20	0,2	0,0	0,5	2,8	0,0	2,0	0,0	0,0	4,6	2,8	8,4	0,2	0,0
	205	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	22,0	24,8	13,4	363,7	0,1	0,8	0,1	2,6	27,1	31,6	206,5	2,5	0,0
	520 (3)	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,6	5,4	24,7	161,7	0,2	12,1	0,0	0,2	41,3	33,7	96,4	1,4	0,0
	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	9,9	39,7	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3	0,0
108		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,0	18,6	94,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
За прием пищи:				28,6	30,2	67,1	662,3	0,3	14,9	0,1	2,8	82,7	71,4	314,3	4,4	0,0
Обед																
		САЛАТ ШКОЛЬНЫЙ	60	0,9	4,9	6,0	63,9	0,0	2,1	0,0	2,3	17,1	10,6	22,2	0,6	0,0
108	106	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	200	2,3	4,6	11,5	95,6	0,0	0,5	0,2	1,9	18,7	7,0	28,5	0,6	0,0
108	263	РАТУ ИЗ ОВОЩЕЙ В ТОМАТНОМ СОУСЕ С МЯСОМ	175	16,7	20,6	30,5	326,5	0,1	8,7	0,3	4,0	26,1	42,0	184,3	2,9	0,0
	639(3)	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С-ВИТАМИНИЗАЦИЯ/	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,5	1,8	0,0	0,0	0,0
108		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	40	3,2	0,0	19,2	94,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2,0	0,0	10,0	50,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
За прием пищи:				25,1	30,1	96,6	707,8	0,1	11,3	0,5	8,2	70,4	61,4	235,0	4,1	0,0
за день:				53,7	60,3	163,7	1 370,1	0,4	26,2	0,6	11,0	153,1	132,8	549,3	8,5	0,0
инсированность:				1	1,1	3,1										

9 день

№		Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества				
Эник	технологической			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг		
Завтрак																	
08	14	Сыр (порциями)	10	2,4	3,0	0,0	37,5	0,0	0,3	0,0	0,0	98,0	5,0	58,0	0,1		
08	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДЕЛАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	5,5	6,6	27,9	192,0	0,0	0,5	0,0	0,8	108,4	15,8	91,1	0,4		
08	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2	0,0	10,1	42,0	0,0	1,1	0,0	0,0	11,9	3,9	4,4	0,4		
08		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,0	0,0	14,0	71,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
08		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47,0	0,0	10,0	0,0	0,6	16,0	8,0	11,0	2,2		
за прием пищи:				10,5	10,0	61,8	389,5	0,0	11,9	0,0	1,4	234,3	32,7	164,5	3,1		
Обед																	
	71	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	1,6	4,9	38,1	0,0	3,7	0,2	0,6	15,9	11,5	25,0	0,5		
08	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,2	4,4	15,0	108,5	0,1	6,3	0,2	1,6	22,5	21,4	60,5	0,9		
08	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ЯБЛОК	170	15,6	18,5	18,5	306,7	0,1	24,1	0,1	4,4	63,9	46,9	254,2	4,3		
08	438	ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ / С-ВИТАМИНИЗАЦИЕЙ	200	0,1	0,1	25,6	104,2	0,0	1,0	0,0	0,2	12,6	3,7	2,4	0,5		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	25	2,0	0,0	12,0	59,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
		ХЛЕБ РЖАНОЙ ОБОГ.	40	3,2	0,0	16,0	80,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		
		МИКРОНУТРИМЕНТАМИ															
за прием пищи:				23,9	24,6	92,0	696,5	0,2	35,1	0,5	6,8	114,9	83,5	342,1	6,2		
за день:				34,4	34,6	153,8	1 086,0	0,2	47,0	0,5	8,2	349,2	116,2	506,6	9,3		
использованность:				1	1,0	4,5											

10 день

Энтропический тип	№ техно-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	
Завтрак																
08	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	180/5	4,5	6,6	28,6	192,2	0,0	0,5	0,0	0,2	104,4	23,6	106,7	0,4	
	769	СЛИВОЧНЫМ	60	4,4	9,0	35,8	230,6	0,1	0,0	0,1	0,2	10,1	6,4	35,7	0,4	
08	430	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	200	0,1	0,0	9,9	39,7	0,0	0,0	0,0	0,0	9,7	3,3	3,0	0,3	
		ЧАЙ С САХАРОМ	30	2,0	0,0	14,0	71,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
08		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	95	2,7	2,4	4,4	54,8	0,0	0,3	0,0	0,0	102,0	11,2	76,0	0,0	
		МОГУРТ		13,7	18,0	92,7	588,3	0,1	0,8	0,1	0,4	226,2	44,5	221,4	1,1	
за прием пищи:																
Обед																
	64	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТ. МАСЛОМ	60	0,9	5,0	4,9	67,3	0,0	2,3	0,0	2,2	21,3	11,5	23,0	0,7	
08	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	205	1,6	4,2	7,8	75,8	0,0	9,9	0,2	1,4	39,4	17,3	37,2	0,9	
	203	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	3,0	3,0	24,5	137,5	0,2	12,4	0,0	0,3	16,9	32,3	81,9	1,4	
	374	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	12,5	4,8	3,2	98,7	0,0	1,0	0,3	1,5	9,3	7,1	12,0	0,4	
	639(3)	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ /С-ВИТАМИНИЗАЦИЯ/	200	0,0	0,0	19,4	77,4	0,0	0,0	0,0	0,0	8,5	1,8	0,0	0,0	
08		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ.	25	2,0	0,0	12,0	59,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
		МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2,0	0,0	10,0	50,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
за прием пищи:																
за день:				22,0	17,0	81,8	565,7	0,2	25,6	0,5	5,4	95,4	70,0	154,1	3,4	
использованность:				35,7	35,0	154,0	1 154,0	0,3	26,4	0,6	5,8	321,6	114,5	375,5	4,5	
				1	1	4,2										

10