Сухиново

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Рацион: ШК 7-11 лет **День: 1** **Возраст:** 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
76,04	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,5	5,2	19,9	148	0,06		29,2		135,6		18,01	0,39
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,01		45	0,1	2,4	3		0,02
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
	Яблоко	150	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1
Итого за Завтрак	суммараная масса порции: 640		11,18	15,95	51,01	394	0,2	0,6	74,2	0,55	263,3	22,5	36,21	1,29
15,03	Салат из свежих огурцов и помидоров 60 ед.	60	0,52	6,08	1,86	64,8	0,02	8,26	32,64	2,84	11,51	17,04	9,13	0,4
129,2	Суп картофельный с горохом	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,88
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	170	14,37	15,78	35,23	339,82	0,10	3,76	234,26	4,93	21,17	172,64	39,90	1,42
306	Кисель плодово- ягодный	200	0,1	0,08	18,51	73,69					0,3			0,03
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9
Итого за Обед	суммарная масса порции: 750		25,98	21,11	109,03	726,42	0,61	15,41	496,16	8,5	81,34	345,67	98,46	6,23
Итого за день			37,16	37,06	160,04	1120,42	0,81	16,01	570,36	9,05	344,64	368,17	134,67	7,52

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: ШК 7-11 лет **День: 2**

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
470,47	Каша пшенная молочная вязкая с маслом	200/10	8,62	12,8	42,9	322	0,24		72,62	0,24	135,2	185,61	49,64	1,36
27,02	Сыр (порциями)	15	3,95	3,99		52,5	0,1	0,11	35,7	0,06	150	90	8,25	0,11
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,01		45	0,1	2,4	3		0,02
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03
1,1	Кондитерские изделия (пряник)	80	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	1,54	0,84	0,07
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1
Итого за Завтрак	суммараная масса порции: 555		15,85	24,44	75,01	584,5	0,49	0,11	153,32	1	295,9	304,61	63,49	2,52
Обед														
2,1	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52
450,13	Суп картофельный с клецками	250	1,72	6,27	11,83	110,91	0,08	11,5	203,84	2,76	15,9	44,81	17,55	0,69
118,09	Рагу овощное с филе курицы	200	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,43	185,61	44,39	2,79
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	4,4	3,6	0,93
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9
Итого за Обед	суммарная масса порции: 770		21,14	24	65,86	564,48	0,43	39,17	808,66	7,05	74,13	293,32	82,34	6,06
Итого за день			36,99	48,44	140,87	1148,98	0,92	39,28	961,98	8,05	370,03	597,93	145,83	8,58

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Рацион: ШК 7-11 лет **День: 3**

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
211,56	Макаронные изделия с тертым сыром	160	9,43	12,55	33,06	283,91	0,09	0,11	85,78	0,87	173,99	139,81	16,43	0,9
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
86,02	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4	6,25	0,2	14	14	8	2,8
Итого за Завтрак	суммарная масса порции: 590		12,83	13,05	79,74	493,81	0,21	4,11	92,03	1,52	194,29	173,31	28,63	4,48
Обед														
56,21	Суп с мелкошинкованными овощами со сметаной	250/10	2,14	5,76	11,48	107,06	0,09	21,34	216,8	1,94	34,48	57,64	22,7	0,83
80,55	Рыба, тушенная с овощами	45/45	9,15	7,03	1,96	108,13	0,08	1,99	401,53	3,12	32,68	147,92	39,13	0,66
610,03	Рис припущенный	150	3,79	6,54	38,96	229,69	0,04		23,85	0,26	10,99	80,34	26,58	0,58
294	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9
Итого за Обед	суммарная масса порции:760		20,32	20,02	115,62	717,48	0,43	23,33	642,18	6,28	93,45	344,40	105,21	3,78
Итого за день			32,83	13,05	79,74	493,81	0,21	4,11	92,03	1,52	194,29	173,31	28,63	4,48

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 4)

Рацион: ШК 7-11 лет

День: 4

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
430,36	Каша рисовая молочная вязкая с маслом	180/10	5,5	10,5	38,7	271,85	0,07	1,16	64,58	0,26	115,86	143,1	32,66	0,55
288,02	Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
38,61	Фрукт апельсин	200	1,6	0,4	14,8	69	0,04	12,5		0,25	20	13,75	11,25	2,75
Итого за Завтрак	суммарная масса порции: 620		13,37	15	85,09	530,31	0,25	14,96	86,7	0,97	267,28	292,55	79,11	5,06
обед														
14,03	Огурцы свежие	60	0,48	0,06	1,5	8,46	0,02	4,3	1,46	1,39	13,26	19,86	8,2	0,33
66,63	Суп лапша(вермишель)	250	5,91	4,55	19,49	142,91	0,25	11,65	261,9	1,98	36,77	87,23	35,88	2,08
97,66	Жаркое по домашнему с куриным филе	180	11,56	14,11	21,08	257,88	0,18	26,46	12	3	23,88	168,07	41,35	2,55
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03
Итого за Обед	суммарная масса порции: 750		22,27	19,26	80,85	584,69	0,65	38,11	273,90	5,94	75,65	313,80	94,03	6,31
Итого за день			22,27	19,26	80,85	584,69	0,65	38,11	273,9	5,94	75,65	313,8	94,03	6,31

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Рацион: ШК 7-11 лет

День: 5

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
227,06	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	33,1	12,14	29,87	367,05	0,09	0,86	51,78	1,33	286,4	367,12	40,57	0,84
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10						
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
1	Кондитерские изделия(печенье)	40	2,8	5,6	23,6	140,4	0,08					35	0,05	0,02
86,02	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4	6,25	0,2	14	14	8	2,8
Итого за Завтрак ШК	суммарная масса порции: 640		39,3	18,24	99,87	716,45	0,44	14,86	58,03	1,98	306,4	435,62	52,82	4,41
Обед														
56,13	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	2,03	5,67	10,16	100,62	0,06	19,89	221,7	1,96	45,28	54,52	24,42	1,13
469,02	Фрикадельки мясные с томатным соусом	60/40	9,25	9,84	7,96	157,63	0,07	2,6	62,64	1,57	27,68	103,13	16,22	1,56
302,00	Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,13	3,97	19	126,54	0,14		18,65	0,30	10,04	98,05	65,2	2,21
294	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9
Итого за Обед	суммарная масса порции:775		20,65	20,17	99,95	657,39	0,49	22,49	302,99	4,79	98,30	314,20	122,59	6,61
Итого за день			59,95	38,41	199,82	1373,84	0,93	37,35	361,02	6,77	404,7	749,82	175,41	11,02

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Рацион: ШК 7-11 лет

День: 6

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
181,08	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	200/10	8,4	10,8	38	282,89	0,19	1,3	52	0,26	148,6	236,3	71	0,73
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07
38,6	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,04	15	6,25	0,25				
Итого за Завтрак ШК	суммарная масса порции: 610		14,83	14,46	84,68	532,29	0,37	16,37	82,05	1,15	256,9	322,3	82,1	1,83
Обед														
14,03	Салат из свежих огурцов	60	0,47	3,06	1,66	36,01	0,02	4,3	1,46	1,39	13,26	19,86	8,2	0,33
54,13	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	2,55	5,89	17,29	133,16	0,11	16,79	213,7	1,99	29,58	77,83	26,97	1,01
131,79	Плов из мяса птицы (филе)	170	14,37	15,78	35,23	339,82	0,10	3,76	234,26	4,93	21,17	172,64	39,90	1,42
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65	0,01	4	2	0,08	6,85	4,4	3,6	0,93
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9
Итого за Обед	суммарная масса порции:750		19,80	19,60	86,08	598,48	0,35	12,06	237,72	7,36	55,98	255,40	68,50	4,33
Итого за день			34,63	34,06	170,76	1130,77	0,72	28,43	319,77	8,51	312,88	577,7	150,6	6,16

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Рацион: ШК 7-11 лет **День: 7**

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
493,21	Каша молочная "Дружба"	200/10	6,51	11,37	35,11	269,65	0,14	1,34		0,22	136,75	166,48	39,27	0,87
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	4,4	3,6	0,93
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
86,02	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4	6,25	0,2	14	14	8	2,8
Итого за Завтрак	суммарная масса порции: 640		3,46	0,51	46,89	212,28	0,12	6,8	6,39	0,66	23,1	37,9	15,8	4,48
Обед														
129,14	Суп картофельный с горохом и гренками	250/20	8,47	4,87	37,09	226,11	0,36	11,65	261,9	2,46	43,17	108,03	40,36	2,88
445,37	Биточки мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,37	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62
138,21	Картофельное пюре	160	3,51	5,42	23,56	157,53	0,17	27,69	34,87	0,19	57,16	103,79	35,71	1,36
306	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	20	76					0,48			0,06
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9
Итого за Обед	суммарная масса порции: 780		26,65	22,68	119,32	782,62	0,83	41,03	344,94	5,81	144,52	378,44	108,9	7,57
Итого за день			30,11	23,19	166,21	994,9	0,95	47,83	351,33	6,47	167,62	416,34	124,7	12,05

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: ШК 7-11 лет

День: 8

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
211,02	Макаронные изделия отварные с маслом	180/5	6,97	4,44	44,48	245,99	0,11		22,5		18,32	56,31	10,39	1,06
285	Чай с лимоном и сахаром	200	0,06	0,01	10,19	42,28		2,8	0,14	0,01	3,1	4,4	3,6	0,93
420,02	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	40	3,2	0,4	22	104	0,14			0,6	8	26	5,6	1
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,01		45	0,1	2,4	3		0,02
86,05	Кондитерские изделия (печенье)	80	6,8	11,2	53,6	344								
86,06	Кондитерские изделия (пастила)	25/1шт	0,6		14,75	52,6								
Итого за Завтрак	суммарная масса порции: 540		10,91	12,1	91,55	510,97	0,26	2,8	67,64	0,71	31,82	89,71	19,59	3,01
Обед														
53,05	Щи из свежей капусты со сметаной	250/10	2,03	5,7	9,11	96,86	0,07	30,04	213,1	1,93	45,28	50,38	21,22	0,77
96,19	Гуляш	45/45	13,78	15,03	3,18	203,03	0,06	2,21	7,7	1,96	16,88	143,25	19,18	2,14
497,03	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,4	0,41	13,51	135,6	90,2	3,05
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9
Итого за Обед	суммараная масса порции: 795		26,32	26,44	78,33	655,44	0,54	32,25	244,2	5,26	90,67	387,73	147,4	7,64
Итого за день			37,23	38,54	169,88	1166,41	0,8	35,05	311,84	5,97	122,49	477,44	166,99	10,65

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Рацион: ШК 7-11 лет

День: 9

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
470,47	Каша пшенная молочная вязкая с маслом	200/10	8,62	12,8	42,9	322	0,24		72,62	0,24	135,2	185,61	49,64	1,36
288,02	Какао с молоком	200	3,87	3,8	15,09	111,46	0,04	1,3	22,12	0,01	125,42	116,2	31	1,01
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
86,02	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4	6,25	0,2	14	14	8	2,8
Итого за Завтрак	суммарная масса порции: 640		7,27	4,3	51,79	281,46	0,16	5,3	28,37	0,66	145,42	149,7	43,2	4,56
Обед														
67,08	Свекольник со сметаной	250/5	2,61	5,04	18,13	128,71	0,08	19,34	212,24	1,98	52,13	77,5	35,4	1,82
12,2	Филе грудки, припущенное в молочном соусе	45/45	12,65	14,74	4,87	202,08	0,07	1,51	152	1,94	43,7	159,35	15,89	0,93
610,03	Рис припущенный	150	4,77	4,86	21	148,55	0,16		23,25	0,35	11,64	113,25	75,2	2,55
294	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	128,6					0,6			0,06
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9
Итого за Обед	суммарная масса порции: 755		25,27	25,33	107,70	751,94	0,53	20,85	387,49	5,23	122,77	408,60	143,27	7,01
Итого за день			32,54	29,63	159,49	1033,4	0,69	26,15	415,86	5,89	268,19	558,3	186,47	11,57

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 10)

Рацион: ШК 7-11 лет

День: 10

Возраст: 7-11 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Б	Ж	У		B1	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
181,08	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая с маслом	200/10	8,4	10,8	38	282,89	0,19	1,3	52	0,26	148,6	236,3	71	0,73
282,11	Чай витаминизированный	200			9,7	39	0,15	10						
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
38,61	Фрукт апельсин	200	1,6	0,4	14,8	69	0,04	12,5		0,25	20	13,75	11,25	2,75
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07
Итого за Завтрак	суммарная масса порции: 600		15,03	14,16	79	503,89	0,48	23,87	75,8	1	274,6	329,55	91,95	4,3
Обед														
61	Суп картофельный с крупой рис	250	2,6	2,5	19,3	112	0,08	7			15,49		24,01	0,91
80,55	Рыба, тушенная с овощами	45/45	9,15	7,03	1,96	108,13	0,08	1,99	401,53	3,12	32,68	147,92	39,13	0,66
211,05	Макаронные изделия отварные с маслом	150/5	5,82	4,31	37,08	210,05	0,09		22,5	0,84	15,59	47,18	8,66	0,88
283	Чай с сахаром	200			9,98	39,9					0,3			0,03
1,1	Хлеб пшеничный обогащенный витаминами для детского питания	30	2,4	0,3	16,5	78	0,1			0,45	6	19,5	4,2	0,75
1,2	Хлеб ржано-пшеничный для детского питания	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9
Итого за Обед	суммарная масса порции: 755		22,37	14,44	98,62	614,08	0,47	8,99	424,03	4,92	78,76	253,60	88,60	4,13
Итого за день			37,4	28,6	177,62	1117,97	0,95	32,86	499,83	5,92	353,36	583,15	180,55	8,43
Итого за период			361,11	310,24	1505,28	10165,19	7,63	305,18	4157,92	64,09	2613,85	4815,96	1387,88	86,77
Итого за период			36,111	31,024	150,528	1016,519	0,763	30,518	415,792	6,409	261,385	481,596	138,788	8,677