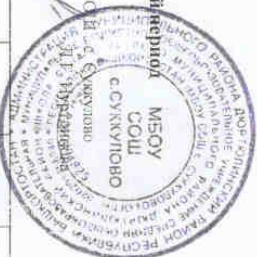


Меню для детей с 7 до 12 лет в лагерях с дневным пребыванием при ОУ МР Любимский район РБ на летний период

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ № 1
С.И. Бурдakov



1 день

наименование блюда	масса порции, г	№ рецептуры	энергетическая ценность (г)			Энерг. ценность Ккал	Витамин С (мг)	Вит. В1	Вит. Е	Са	Mg
			Б	Ж	У						
ЗАВТРАК											
Запеканка из творога со фруктов	150/20	366-04	27	19,5	34,6	424	0,56	0,08	0,65	276,02	39,88
Чай с сахаром	200/15	685-04	0,2	0	13,7	53	0	0	0	0,4	0
Бутерброд с сыром	27,5/10	80-03	4,2	2,2	13,2	90,5	0,02	0,035	0,42	76,47	12,44
Получи	100		2,9	2,5	12,6	84,5					
Итого на завтрак	470		34,3	24,2	74,1	652	1,91	0,16	1,07	352,49	52,32
Получи											
Получи сыворотку	60	12-03	0,48	0,06	1,56	8,4	6	0,012		13,8	8,4
Суп картофельный с горохом	250	139-04	6,7	4,2	19,5	144	7,1	0,24	0,31	31,42	38,11
Колбасы куринные	60		7,3	6	6,4	109	0,05	0,04	1,88	20,86	16,6
Каша рисовая рассыпчатая	150	297-04	3,4	4,4	32	184	0,85	0,04	0,69	46,56	51,52
Сыс томатный	30	593-04	0,8	1,4	2,5	20	0,8	0	0,03	1,53	2,16
Получи	55		4,18	0,5	25,6	127,05	0,07	0,1		79,8	19,8
Итого в обед	625		23,26	16,56	114,96	698,9	34,87	0,472	5,66	264,7	182,27
Итого за день			57,56	40,76	189,06	1350,9	36,78	0,632	6,73	617,19	234,59

2 день	наименование блюд	выход блюда (г)	№ рецептуры	пищевые вещества (г)			Энерг. ценность Ккал	витамины С(мг)	вит В1	вит Е	Са	Mg	
				Б	Ж	У							
завтрак	Мясное суповое порционное	10	9 ---03	0,05	8,25	0,08	75	0	0		1,2	0,04	
	Каши манная молочная вязкая	200/5	311-04	8,1	10,2	33,8	259	0,92	0,06	0,62	125,47	18,29	
	какао с молоком	200	693-04	3,6	3,6	22,8	135	0,52	0,03	0,11	110,63	26,97	
	хлеб	27,5		4,18	0,5	25,6	127,05	0,07	0,1		79,8	19,8	
	фрукты	150		0,8	0	14,7	157	0					
	всего в завтрак	565		16,73	22,55	96,98	753,05	1,51	0,19	0,73	317,1	65,1	
	обед												
	помидоры свежие порционные	60	14-03	0,66	0,12	2,28	14,4	15	0,036	0,2	35,82	12,75	
	Щи из свежей капусты с картоф.	250	124-04	2,1	5,6	7,3	88	10,03	0,02	0,41	7,6	17,51	
	Гуаш	50/50	437-04	13,7	13,4	2,8	187	0,33	0,03	0,41	7,6	17,51	
	Макаронные изделия отварные	150	332-04	5,5	4,2	33,3	196	0	0,05	0,84	9,31	7,31	
	сок томатный	200		0	0	18,38	75	1,6					
хлеб	55		4,18	0,5	25,6	127,05	0,07	0,1		79,8	19,8		
всего в обед	715		26,14	23,82	89,66	687,45	27,03	0,236	1,45	140,93	69,37		
всего за день			42,87	46,37	186,64	1440,5	28,54	0,546	9,18	458,27	134,65		
3 день	наименование блюд	выход блюда (г)	№ рецептуры	пищевые вещества (г)			Энерг. ценность Ккал	витамины С(мг)	вит В1	вит Е	Са	Mg	
	Б	Ж	У										
	завтрак												
	Сырники из творога	150/20	358-04	21,8	24,3	27,2	413	0,1	0,05	0,03	188,65	28,95	
	чай с сахаром	200/15	685-04	0,2	0	13,7	53	0	0	0	0,4	0	
	хлеб	27,8		4,18	0,5	25,6	127,05	0,07	0,1		79,8	19,8	
	всего в завтрак	635		19,5	24,8	90,8	693	0,17	0,16	0,27	425,75	57,77	
	обед												
	отуры свежие	60	12-03	0,48	0,06	1,56	8,4	6	0,012	0,17	13,8	8,4	
	Суп картофельный с лапшой	250	140-04	2,9	2,8	17,9	110	6,6	0,08	0,17	15,1	20,93	
	терфен из птицы с соусом	52/30	219-03	26,46	12,54	20,06	204	2,89	0,05	0,12	21,18	47,99	
	пюре картофельное (картофель в молоке)	150	520-04	3,1	4,6	20,1	140	13,92	0,12	0,2	35,55	28,35	
компот из яблок	200	639-04	0,4	0	27,4	106	20	0,04	2,75	70,93	45,68		
хлеб пшеничный/ ржаной	55	преск	4,18	0,5	25,6	127,05	0	0,1		79,8	19,8		
всего в обед	1005		37,52	20,5	112,62	695,45	49,41	0,266	2,98	154,68	95,39		
всего за день			57,02	45,3	203,42	1388,45	49,58	0,426	3,25	280,43	153,16		

4 день	наименование блюда	выход блюда (г)	№ рецептуры	пищевые вещества (г)			Энерг. ценность Ккал	витамины С(мг)	вит В1	вит Е	Са	Mg
				Б	Ж	У						
	завтрак											
	Каша пшенная молочная вязкая	200/5	302-04	7,4	8,8	35,1	250	0,53	0,15	0,27	125,55	42,77
	Каша с молоком	200	692-04	3,6	3,6	22,8	135	0,52	0,03	0,11	110,63	26,97
	Хлеб	27,5	пресек	4,18	0,5	25,6	127,05	0	0,1		79,8	19,8
	всего в завтрак	605		15,18	12,9	83,5	512,05	1,05	0,28	0,38	315,78	89,54
	обед											
	Зеленый горошек отварной	50	435-03	1,51	1,54	3,165	32,5	4,85	0,05		9,91	10,19
	Суп крестьянский с крупой	250	1304	2,4	6,4	11,7	115	6,01	0,03	2,44	28,69	12,88
	Котлеты мясные	65	297-04	7,3	6	6,4	109	0,05	0,04	1,88	20,86	16,6
	Каша гречневая рассыпчатая	130	377-04	6,2	5	24,83	171,6	0,7	0,13	0,845	45,93	113,53
	Миски. Выпечка	200	377-04	0,2	0	3,9	16	6	0,12	7	0,24	0,18
	Хлеб	55	пресек	4,18	0,5	25,6	127,05	0	0,1		79,8	19,8
	всего в обед	750		21,79	19,44	75,995	571,15	17,61	0,47	12,165	185,43	173,18
	всего за день			36,97	32,34	159,095	1083,2	18,34	0,75	12,545	501,21	212,22
5 день	наименование блюда	выход блюда (г)	№ рецептуры	пищевые вещества (г)			Энерг. ценность Ккал	витамины С(мг)	вит В1	вит Е	Са	Mg
	завтрак											
	каша перловая молочная	200/5	311-04	7,1	8,2	37	251	0,5	0,13		146,91	33,82
	чай с сахаром	200/15	685-04	0,2	0	15	53	0	0		0,4	0
	Хлеб	27,5		4,18	0,5	25,6	25,6	0	0,1		79,8	19,8
	булочка	100		11,48	8,7	77,6	329,6	0,5	0,11	0,28	423,38	50,17
	всего в завтрак											
	обед											
	Пюре из свежих овощей	60	14-03	0,55	0,1	1,9	19	12,5	0,036		8,4	12
	Суп картофельный с микроволнами из овощей	250	140-04	2,7	2,6	18,9	111	7,92	0,08	0,32	13,69	20,92
	Плов из говядины	150/50	443-04	18,2	19,9	35,8	340	0,99	0,03	0	9,88	28,44
	Компот из яблок	200	639-04	0,4	0	27,4	106	20	0,04	2,75	70,93	45,68
	Хлеб	55		4,18	0,5	25,6	127,05	0	0,1		79,8	19,8
	всего в обед	790		26,03	23,1	109,6	703,05	41,41	0,206	3,07	182,7	126,84
	всего за день			37,51	31,8	249,6	1032,65	42,41	0,406	3,35	606,08	177,01
6 день	наименование блюда	масса порции, г	№ рецептуры	пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	витамины С(мг)	вит В1	вит Е	Са	Mg
				Б	Ж	У						

запиряк																																			
Каши мянная молочная вязкая	200/5	311-04	8,1	10,2	33,8	259	0,92	0,06	0,62	125,47	18,29																								
макнко с молоком	200	693-04	3,6	3,6	22,8	135	0,52	0,03	0,11	110,63	26,97																								
Хлеб	27,5	1-04	4,18	0,5	25,6	127,05	0,07	0,1		79,8	19,8																								
дрюкты	150		0,8	0	14,7	157	0																												
всего на запиряк																																			
			16,68	14,3	96,9	678,05	1,51	0,19	0,73	315,9	65,06																								
отрушн свежне																																			
суш картофелный с шнелом и мясом	60	12-03	0,48	0,06	1,56	8,4	6	0,012		13,8	8,4																								
Котлеты рыбные	250/25		9,4	7,4	19,3	183	7	0,11	0,48	19,26	31,93																								
Котлеты рыбные	60	388-04	7,5	5,7	6,5	213	0,3	0,05		26,6	17,48																								
горох отварной	150	330-04	14,2	3,8	32,4	223	0	0,06	0,84	9,31	7,31																								
кнелель Витишья	200	377-04	0,2	0	3,9	16	6	0,12	7	0,24	0,18																								
кнелель	55	прек	4,18	0,5	25,6	127,05	0,07	0,1		79,8	19,8																								
всего в обел																																			
	800		35,96	17,46	89,26	770,45	19,37	0,452	9,05	149,01	85,1																								
всего за день			52,64	31,76	188,66	1371,5	20,88	0,642	9,78	464,91	150,16																								
7 день																																			
наименование блюда			выход блюда (г)			№ рецептуры			пищевые вещества (г)			Энерг. ценн.			витамины																				
									Б			Ж			У						вит В1			вит Е			Са			Мг					
запиряк																																			
макаронь, запеченные с сыром			150/10			261-03			11,9			20			40			392			0,06			0,06			1,33			191,88			18,53		
чай с сахаром			200/15			685-04			0,2			0			15			53			0			0			0			0,4			0		
хлеб			27,5						4,18			0,5			25,6			127,05			0,07			0,1			79,8			19,8					
всего в запиряк																																			
обел									16,28			20,5			80,6			572,05			0,13			0,16			1,33			272,08			38,33		
салат из моркови с отрушми и зеленым горошком			60			56-03			0,9			3,54			1,98			42,6			1,902			0,03			2,34			13,668			13,356		
разоовынк лелнин ролельскн			250			132-04			2,4			5,7			15,7			126			6,71			0,08			0,29			23,14			23,19		
котлеты куриные			60						7,3			6			6,4			109			0,05			0,04			1,88			20,86			16,6		
капустя тушеный			150			534-04			3,3			4,9			14,1			113			24,7			0,05			2,57			76,95			29,45		
компол из свежих яблок			200			631-04			0,2			0,1			25,4			99			1,6			0,01			0,08			6,27			3,13		
хлеб			55						4,18			0,5			25,6			127,05			0,07			0,1			79,8			19,8					
кондитерские изделия			10						2,9			1,9			25			217			0														
всего в обел			840						21,18			22,64			114,18			833,65			35,032			0,512			8,49			220,688			105,526		
всего за день																																			
8 день																																			
наименование блюда			выход блюда (г)			№ рецептуры			пищевые вещества (г)			Энерг. ценн.			витамины																				
									Б			Ж			У						вит В1			вит Е			Са			Мг					
запиряк																																			
Каши перловая молочная			200/5			311-04			7,1			8,2			37			251			0,5			0,13			0,11			146,91			33,82		
какао с молоком			200			693-04			3,6			3,6			22,8			135			0,52			0,03			0,45			110,63			26,97		
Бухеррод с маслом			37,5			3-04			4,2			4,3			13,2			110,5			0,025			0,035						76,79			12,44		

[illegible]

суп картофельный с горохом	250	139-04	6,7	4,2	19,5	144	7,1	0,24	0,31	31,42	38,11
Котлеты куриные	60	преск	7,3	6	6,4	109	0,05	0,04	1,88	20,86	16,6
Рис с овощами	150	224-04	2,9	7,5	13,1	131	10,6	0,07	2,88	37,49	31,7
Компот из яблок	200	639-04	0,4	0	27,4	106	20	0,04	2,75	70,93	45,68
Хлеб	55	преск	4,18	0,5	25,6	127,05	0	0,1		79,8	19,8
Всего в обед			22,03	18,3	93,9	636,05	50,25	0,526	7,82	248,9	165,89
Всего за день			44,11	39,9	177,4	1154,65	51,78	0,816	8,2	864,68	270,43

наименование блюда	масса порции, г	№ рецептуры	пищевые вещества (г)			Энерг. ценн.	витамины С(мг)	вит В1	вит Е	Са	Mg
			Б	Ж	У						
завтрак											
Запеканка из творога со сметаной	150/20	366-04	27	19,5	34,6	424	0,56	0,08	0,65	276,02	39,88
Чай с сахаром	200/15	685-04	0,2	0	13,7	53	0,01	0	0	0,4	0
Хлеб	27,5	1-04	4,18	0,5	25,6	127,05	0,07	0,1		79,8	19,8
Фрукты	150		0,8	0	14,7	157	0				
Всего на завтрак			32,18	20	88,6	761,05	0,64	0,18	0,65	356,22	59,68
обед											
Оршуны свежие	60	12-03	0,48	0,06	1,56	8,4	6	0,012	2,44	13,8	8,4
Суп крестьянский с крупой	250	1304	2,4	6,4	11,7	115	6,01	0,03	28,69	28,69	12,88
Овощи	65	преск	7,3	6	6,4	109	0,05	0,04	1,88	20,86	16,6
Каша гречневая рассыпчатая	150	297-04	9,5	7,7	38,2	264	0,98	0,15	0,98	53	131
Сок томатный	30	593-04	0,8	1,4	2,5	20	0,8	0	0,03	1,53	2,16
Компот из яблок	200	631-04	0,2	0,1	25,4	99	1,6	0,01	0,08	6,27	3,13
Хлеб	55	преск	4,18	0,5	25,6	127,05	0,07	0,1		79,8	19,8
Всего в обед			24,86	22,16	86,83	742,45	15,51	0,342	5,41	203,95	193,97
Всего за день			57,04	42,16	171,4	1426,5	16,15	0,522	6,06	560,17	253,65

наименование блюда	выход блюда (г)	№ рецептуры	пищевые вещества (г)			Энерг. ценн.	витамины С(мг)	вит В1	вит Е	Са	Mg
			Б	Ж	У						
завтрак											
Каша рисовая молочная	200/5	311-04	5	8,2	30,3	215	0,22	0,05	0,28	122,01	27,15
Каша с молоком	200	693-04	3,6	3,6	22,8	135	0,52	0,03	0,11	110,63	26,97
Хлеб	27,5	преск	4,18	0,5	25,6	127,05	0,07	0,1		79,8	19,8
Йогурт 0,1	100		2,9	2,5	12,6	84,5					
Всего в завтрак			15,68	14,8	91,3	561,55	0,81	0,18	0,39	312,44	73,92
обед											
Помидоры свежие порционные	60	14-03	0,66	0,12	2,28	14,4	15	0,036	0,2	8,4	12
Щи из свежей капусты с картоф.	250/10	124-04	2,1	5,6	7,3	88	10,03	0,02	0,2	35,82	12,75
Тфтели из птицы с соусом	52/30	219-03	26,46	12,54	39	204	2,89	0,05		21,18	47,99
Пюре картофельное (картофель в молоке)	150	520-04	3,1	4,6	26,9	140	13,92	0,12	0,2	35,55	28,35
Сок инжирный	200		0	0	18,38	75	1,6				

хлеб	55	пресек	4,18	0,5	25,6	127,05	0,07	0,1		79,8	19,8
всего в общ			36,5	23,36	119,46	648,45	43,51	0,326	0,4	180,75	120,89
всего за день,			52,18	38,16	210,76	1210	44,32	0,702	0,79	493,19	194,81
13 день											
наименование блюда	выход блюда (г)	№ рецептуры	пищевые вещества (г)			Энерг. ценн.	Витамин С(мг)	Вит В1	Вит Е	Са	Мг
завтрак			Б	Ж	У						
Сырники из творога	150/20	358-04	21,8	24,3	27,2	413	0,1	0,05	0,03	188,65	28,95
чай с сахаром	200/15	685-04	0,2	0	13,7	53	0	0	0	0,4	0
Бутерброд с маслом	37,5	3-04	4,2	4,3	13,2	110,5	0,025	0,035	0,45	76,79	12,44
сок 0,2	200		0,8	0	17,2	80	0				
всего в завтрак			27	28,6	90,8	693	0,125	0,085	0,48	265,84	41,39
обед											
салат из моркови с огурцами и зеленым горошком	60	56-03	0,9	3,54	1,98	42,6	1,902	0,03	2,34	13,668	13,356
суп картофельный с пюре	250	138-04	2,7	2,6	19,3	113	7	0,09	0,28	15,8	24,01
Котлеты рыбные	60	388-04	7,5	5,7	6,5	213	0,3	0,05	0,05	26,6	17,48
Макаронные изделия отварные	150	332-04	5,5	4,2	33,3	196	0	0,05	0,84	9,31	7,31
Сок томатный	30	593-04	0,8	1,4	2,5	20	0,8	0	0,03	1,53	2,16
кисель Витонка	200	377-04	0,2	0	0,2	16	6	0,12	7	0,24	0,18
хлеб пшеничный/ ржаной	55	пресек	4,18	0,5	25,6	127,05	0	0,1		79,8	19,8
всего в обед			21,78	17,94	89,38	727,65	16,002	0,44	10,49	146,948	84,296
всего за день,			48,78	46,54	180,18	1420,65	16,127	0,475	10,13	403,478	118,376
14 день											
наименование блюда	выход блюда (г)	№ рецептуры	пищевые вещества (г)			Энерг. ценн.	Витамин С(мг)	Вит В1	Вит Е	Са	Мг
завтрак			Б	Ж	У						
Каша «Дружба»	200/5	302-04	7,4	9,9	35,6	225	0,24	0,1	0,28	122,98	35,17
какао с молоком	200	693-04	3,6	3,6	22,8	135	0,52	0,03	0,11	110,63	26,97
хлеб	27,5	пресек	4,18	0,5	25,6	127,05	0	0,1		79,8	19,8
всего в завтрак			15,18	14	84	487,05	0,76	0,23	0,39	313,41	81,94
обед											
огурцы свежие	60		0,48	0,06	1,56	8,4	6	0,012		13,8	8,4
Суп картофельный с лапшой	250		2,9	2,8	17,9	110	6,6	0,08	0,17	15,1	20,93
грудки	50/50		13,7	13,4	2,8	187	0,33	0,03	0,41	7,6	17,51
горшок отварной	150		14,2	3,8	32,4	223	0	0,06	0,84	9,31	7,31
компот из яблок	200		0,4	0	27,4	106	20	0,04	2,75	70,93	45,68
хлеб	55	пресек	4,18	0,5	25,6	127,05	0	0,1		79,8	19,8
всего в общ			35,86	20,56	107,66	761,45	32,93	0,322	4,17	196,54	119,63

Кашиа пищевая молочная вязкая	200/5	302-04	7.4	8.8	35.1	250	0.53	0.15	0.27	125.35	42.77
чай с сахаром	200/15	685-04	0.2	0	13.7	53	0	0	0	0	0
хлеб	27.5	пресек	4.18	0.5	25.6	127.05	0.07	0.1		79.8	19.8
друзья	150		0.8	0	14.7	157	0				
исето в завтрак			23.05	29.05	83.78	659.5	0.07	0.19	0.73	317.1	65.1
обед											
отруца свежие порционные	60	14-03	0.5	0.06	1.6	8.4	6	0.012		13.8	8.4
суп из овощей	250	115-03	2.02	5.37	11.4	104	21.26	0.08		30.12	21.95
тефтели из птицы с соусом	52/30	219-03	26.46	12.54	39	204	2.89	0.05		21.18	47.99
Маккаронные изделия отварные	150	332-04	5.5	4.2	33.3	196	0	0.05	0.84	9.31	7.31
кисель Витоща	200	377-04	0.2	0	0.2	16	6	0.12	7	0.24	0.18
хлеб пшеничный/ ржаной	55	пресек	4.18	0.5	25.6	127.05	0.07	0.1		79.8	19.8
исето в обед			38.86	22.67	111.1	655.45	36.22	0.512	1	174.44	115.3
исето за день			61.91	51.72	194.88	1314.95	36.29	0.702	1.73	491.54	180.4
18 день											
наименование блюда	выход блюда (г)	№ рецептуры	пищевые вещества (г)				Энерг. ценность	Витамин			
			Б	ЖК	У		ккал	С(мг)	Вит В1	Вит Е	Са
завтрак											Мг
омлет куриный	150/5	340-04	12	15.9	3.4	204	0.41	0.06	0.77	74.18	17.11
какао с молоком	200	693-04	3.6	3.6	22.8	135	0.52	0.03	0.11	110.63	26.97
хлеб пшеничный/ ржаной	27.5	пресек	4.18	0.5	25.6	127.05	0	0.1		79.8	19.8
сок 0.2	200	пресек	0.8	0	17.2	80	0				
исето в завтрак			19.5	20	90.8	693	0.93	0.16	0.27	425.75	57.77
обед											
салат из моркови с огурцами и зеленым горошком	60	56-03	0.9	3.54	1.98	42.6	1.902	0.03	2.34	13.668	13.356
суп крестьянский с крупой	250	1304	2.4	6.4	11.7	115	6.01	0.03	2.44	28.69	12.88
Котлеты рыбные	60	388-04	7.5	5.7	6.5	213	0.3	0.05		26.6	17.48
Кашиа гречневая рассыпчатая	130	297-04	9.5	7.7	38.2	264	0.98	0.15	0.98	53	131
Соус томатный	30	593-04	0.8	1.4	2.5	20	0.8	0	0.03	1.53	2.16
компот из яблок	200	639-04	0.4	0	27.4	106	20	0.04	2.75	70.93	45.68
хлеб пшеничный/ ржаной	55	пресек	4.18	0.5	25.6	127.05	0	0.1		79.8	19.8
исето в обед			25.68	25.24	113.88	887.65	29.992	0.266	2.98	154.68	95.39
исето за день			45.18	45.24	204.68	1580.65	30.922	0.426	3.25	280.43	153.16
19 день											
наименование блюда	выход блюда (г)	№ рецептуры	пищевые вещества (г)				Энерг. ценность	Витамин			
			Б	ЖК	У		ккал	С(мг)	Вит В1	Вит Е	Са
завтрак											Мг
Кашиа молочная вязкая	200/5	311-04	8.1	10.2	33.8	259	0.92	0.06	0.62	125.47	18.29
чай с сахаром	200/15	685-04	0.2	0	13.7	53	0	0	0	0	0
хлеб	27.5	пресек	4.18	0.5	25.6	127.05	0	0.1		79.8	19.8

[illegible]

наименование блюда	выход блюда (г)	№ рецептуры	пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	Витамин		Ca	Mg	
			Б	Ж	У		пт В1	пт Е			
завтрак											
Сыр голландский	30	80-03	6,9	8,7	0	108	0,48	0,01	300	15	
Каша «Дружба»	200/5	302-04	7,4	9,9	35,6	225	0,24	0,1	122,98	35,17	
Мясо с молотком	200	693-04	3,6	3,6	22,8	135	0,52	0,03	110,63	26,97	
Молоко	27,5		4,18	0,5	25,6	25,6	0	0,1	79,8	19,8	
всего в завтрак			15,18	14	84	385,6	0,76	0,11	423,38	50,17	
обед											
Мясной горошек отварной	50	435-03	1,51	1,54	3,165	32,5	4,85	0,05	9,91	10,19	
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/25	140-04	9,4	7,4	18,9	181	7,92	0,09	16,37	27,52	
Котлеты мясные п/ф	65		7,3	6	6,4	109	0,05	0,04	20,86	16,6	
Рис отваренный	150	224-04	2,9	7,5	13,1	131	10,6	0,085	37,49	33,7	
Компот из яблок	200	639-04	0,4	0	27,4	106	20	0,04	70,93	45,68	
Чай питьевой/ травяной	55		4,18	0,5	25,6	127,05	0	0,1	79,8	19,8	
всего в обед			25,69	22,94	94,565	686,55	43,42	0,296	94,92	90,64	
всего за день			40,87	36,94	178,565	1072,15	44,18	0,406	1,07	518,3	140,81

[illegible]

помидоры свежие порционные	60	14-03	0,66	0,12	2,28	14,4	15	0,036		8,4	12
суп из овощей	250	11-5-03	2,02	5,37	11,4	104	21,26	0,08		30,12	21,95
Котлеты куриные	60		7,3	6	6,4	109	0,05	0,04	1,88	20,86	16,6
пюре картофельное (картофель в молоке)	150	520-04	3,1	4,6	26,9	140	13,92	0,12	0,2	35,55	28,35
Сок томатный	30	593-04	0,8	1,4	2,5	20	0,8	0	0,03	1,53	2,16
сок из сельдерея	200		0	0	18,38	75	1,6				
Хлеб	55		4,18	0,5	25,6	127,05	0,07	0,1		79,8	19,8
всего в общ.	625		31,7	30,08	86,83	575	18,2	0,46	6,12	252,59	252,95
всего за день.			55,02	52,28	171,4	1135	19,53	0,62	6,53	754,8	314,9