



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Сe	F	С
<b>День 1</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Омлет натуральный	250	25,0	44,6	4,9	527,9	0,9	0,0	54,8	0,0	143,1	235,5	9,3	0,9	204,0	1,5	0,0	0,6	0,6
2	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0
3	Хлеб пшеничный	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
4	Хлеб ржано-пшеничный	35	1,8	1,2	11,7	61,3	0,2	0,0	0,0	0,0	10,1	46,4	10,9	1,4	10,5	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Фрукты свежие	100	0,4	0,0	9,8	47,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>28</b>	<b>46</b>	<b>66</b>	<b>798</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>55</b>	<b>0</b>	<b>207</b>	<b>371</b>	<b>42</b>	<b>3</b>	<b>298</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>11</b>
<b>Обед</b>																			
1	Салат витаминный	100	1,2	3,3	11,7	82,0	0,0	0,0	290,8	0,0	3,5	3,8	4,5	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	16,0
2	Борщ с капустой и картофелем	250	6,8	9,0	18,9	166,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	3,9	0,6	4,0	0,0	0,0	0,0	5,5
3	Шницель мясной	100	17,9	7,9	22,4	210,0	0,0	0,0	49,0	0,0	25,3	61,3	10,0	0,8	86,7	0,0	0,0	0,0	0,1
4	Рагу из овощей	180	3,6	10,0	13,8	225,0	0,0	0,0	52,3	2,4	170,0	58,1	15,0	0,8	204,0	0,0	0,0	0,0	12,2
5	Напиток фруктово-ягодный	200	2,0	0,2	26,3	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>830</b>	<b>33,9</b>	<b>31,9</b>	<b>133,3</b>	<b>892,7</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>433,7</b>	<b>2,4</b>	<b>229,6</b>	<b>199,4</b>	<b>57,7</b>	<b>4,0</b>	<b>340,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>41,9</b>
	<b>ВСЕГО 1 день</b>	<b>1380</b>	<b>62</b>	<b>78</b>	<b>199</b>	<b>1691</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>489</b>	<b>2</b>	<b>437</b>	<b>570</b>	<b>100</b>	<b>7</b>	<b>638</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>52</b>



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Сe	F	С
<b>День 2</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Оладьи со сметаной 250/20	270	19,6	18,9	84,3	756,0	1,1	0,0	10,8	0,0	8,3	0,0	0,0	0,9	27,0	0,0	0,0	0,0	0,2
2	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	200	10,0	5,0	7,0	118,0	0,0	0,0	0,1	0,0	212,2	112,0	12,0	0,2	54,0	0,0	0,0	0,5	0,0
3	Кондитерские изделия	80	2,6	3,4	29,0	156,5	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>32,2</b>	<b>27,3</b>	<b>120,3</b>	<b>1030,5</b>	<b>1,1</b>	<b>0,3</b>	<b>10,9</b>	<b>0,0</b>	<b>220,5</b>	<b>112,0</b>	<b>12,0</b>	<b>1,1</b>	<b>81,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>
<b>Обед</b>																			
1	Овощи свежие	100	1,1	0,2	3,8	21,4	0,1	0,0	133,0	0,0	14,0	26,0	20,0	0,9	0,0	0,0	0,0	20,0	25,0
2	Суп крестьянский с крупой	250	2,6	5,3	14,3	116,0	0,0	0,0	54,1	1,9	26,6	15,0	5,3	0,3	19,5	0,0	0,0	0,0	5,0
3	Голубцы ленивые	100	6,8	7,8	6,2	125,0	0,1	0,0	52,9	0,0	18,7	47,1	8,7	0,4	138,9	0,0	0,0	0,2	2,2
4	Каша Ячневая рассыпчатая	180	5,6	11,0	37,1	277,2	0,0	0,0	2,7	0,0	2,4	78,0	11,3	0,4	117,6	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	0,1	0,0	24,4	0,0	201,0	86,3	12,0	0,5	136,0	0,0	0,0	1,5	0,7
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>830</b>	<b>21,5</b>	<b>29,4</b>	<b>120,6</b>	<b>844,4</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>267,0</b>	<b>1,9</b>	<b>276,0</b>	<b>309,0</b>	<b>73,6</b>	<b>3,8</b>	<b>432,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>21,7</b>	<b>32,9</b>
	<b>ВСЕГО 2 день</b>	<b>1380</b>	<b>54</b>	<b>57</b>	<b>241</b>	<b>1875</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>278</b>	<b>2</b>	<b>496</b>	<b>421</b>	<b>86</b>	<b>5</b>	<b>513</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>22</b>	<b>33</b>

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Сe	F	С
<b>День 3</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Каша рисовая молочная жидкая	200	2,2	8,2	21,0	172,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0	20,0	12,0	1,4	16,0	0,0	0,0	0,0	1,2
2	Булочка	50	1,7	2,1	18,1	97,8	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3	Коктейль молочный в индивидуальной упаковке	200	6,1	5,4	41,7	238,0	6,3	25,0	4,0	20,0	26,0	32,0	8,0	3,4	18,0	0,0	0,0	0,0	0,0
4	Фрукты свежие	100	0,3	0,0	8,6	40,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
5	Хлеб пшеничный	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>11</b>	<b>16</b>	<b>114</b>	<b>652</b>	<b>6</b>	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>20</b>	<b>71</b>	<b>138</b>	<b>41</b>	<b>5</b>	<b>90</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>
<b>Обед</b>																			
1	Салат из белокачанной капусты	100	3,1	5,1	8,9	88,0	0,0	0,0	309,3	2,5	43,5	28,2	13,3	0,6	58,3	0,0	0,0	0,0	35,0
2	Борщ с капустой и картофелем	250	6,8	9,0	18,9	166,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	3,9	0,6	4,0	0,0	0,0	0,0	5,5
3	Котлета рыбная	100	13,0	8,8	15,2	196,0	0,1	0,0	14,8	0,0	49,3	56,1	9,1	0,9	40,2	0,0	0,0	0,0	1,0
4	Картофель отварной	180	3,6	9,2	29,0	217,8	0,0	0,0	2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2	0,0	0,0	0,0	18,4
5	Сок фруктовый	200	1,2	0,0	29,0	112,0	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	27,0	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,0	1,5	14,0	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>830</b>	<b>32,11</b>	<b>35,07</b>	<b>155,4</b>	<b>1035</b>	<b>0,372</b>	<b>0,244</b>	<b>368</b>	<b>3,7</b>	<b>140</b>	<b>227</b>	<b>63</b>	<b>4,537</b>	<b>167</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>67,86</b>
	<b>ВСЕГО 3 день</b>	<b>1380</b>	<b>43</b>	<b>51</b>	<b>269</b>	<b>1687</b>	<b>7</b>	<b>26</b>	<b>372</b>	<b>24</b>	<b>211</b>	<b>365</b>	<b>104</b>	<b>10</b>	<b>257</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>79</b>



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	Г	Сe	F	С
<b>День 4</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Каша манная молочная жидкая	250	3,8	10,3	25,0	215,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,7	17,0	42,0	0,6	1,4	0,0	0,0	0,0	1,4
2	Сыр порционный	40	7,6	10,0	0,1	121,3	0,0	0,0	13,2	0,0	368,9	169,3	13,3	0,5	320,0	0,0	0,0	2,0	0,3
3	Кондитерские изделия	80	2,6	3,4	29,0	156,5	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
4	Йогурт м.д.ж. 2,5% в пром.упаковке	200	10,0	5,0	7,0	118,0	0,0	0,0	0,1	0,0	212,2	112,0	12,0	0,2	54,0	0,0	0,0	0,5	0,0
5	Хлеб пшеничный	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>570</b>	<b>24</b>	<b>29</b>	<b>85</b>	<b>715</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>13</b>	<b>0</b>	<b>589</b>	<b>323</b>	<b>77</b>	<b>2</b>	<b>387</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>																			
1	Овощи свежие	100	1,1	0,2	3,8	21,4	0,1	0,0	133,0	0,0	14,0	26,0	20,0	0,9	0,0	0,0	0,0	20,0	25,0
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250	0,2	0,3	26,3	138,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	5,1	0,4	4,4	0,0	0,0	0,0	8,3
3	Печень по-строгановски 100/50	150	20,4	20,4	5,9	295,5	0,1	0,0	579,2	0,8	49,2	100,0	13,6	0,4	20,0	0,0	0,0	0,0	13,9
4	Картофель отварной	180	3,6	9,2	28,6	217,8	0,0	0,0	2,4	1,2	16,4	66,9	12,4	1,0	19,2	0,0	0,0	0,0	18,4
5	Напиток фруктово-ягодный	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>880</b>	<b>29,79</b>	<b>31,8</b>	<b>108,5</b>	<b>882,37</b>	<b>0,36</b>	<b>0,244</b>	<b>756</b>	<b>2</b>	<b>110</b>	<b>269</b>	<b>75,41</b>	<b>4,148</b>	<b>88,88</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>73,51</b>
	<b>ВСЕГО 4 день</b>	<b>1450</b>	<b>54</b>	<b>61</b>	<b>194</b>	<b>1598</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>769</b>	<b>2</b>	<b>700</b>	<b>592</b>	<b>152</b>	<b>6</b>	<b>476</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>23</b>	<b>75</b>

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>День 5</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Сырники из творога со сметаной 250/20	270	18,2	23,8	22,7	301,2	0,1	0,0	90,2	0,0	180,1	144,0	13,2	0,6	210,0	0,0	0,0	0,0	0,5
3	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	0,1	0,0	24,4	0,0	201,0	86,3	12,0	0,5	136,0	0,0	0,0	1,5	0,7
4	Кондитерские изделия	80	2,6	3,4	29,0	156,5	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Фрукты свежие	100	0,4	0,0	9,8	47,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>650</b>	<b>26</b>	<b>32</b>	<b>94</b>	<b>695</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>115</b>	<b>0</b>	<b>417</b>	<b>292</b>	<b>37</b>	<b>1</b>	<b>391</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>11</b>
<b>Обед</b>																			
1	Овощи свежие	100	1,1	0,2	3,8	21,4	0,1	0,0	133,0	0,0	14,0	26,0	20,0	0,9	0,0	0,0	0,0	20,0	25,0
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,9	2,5	21,0	120,0	0,0	0,0	83,9	1,3	66,0	38,5	10,7	1,4	31,6	0,0	0,0	0,0	4,6
3	Рагу из мяса птицы	260	15,6	14,6	25,2	301,6	0,1	0,0	30,6	0,0	39,9	117,2	20,3	0,3	41,3	0,0	0,0	0,0	9,4
4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0,0	31,4	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	65,0	23,4	17,5	0,7	38,0	0,0	0,0	0,0	0,1
5	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>810</b>	<b>22,4</b>	<b>18,8</b>	<b>121,6</b>	<b>751,8</b>	<b>0,4</b>	<b>0,2</b>	<b>247,4</b>	<b>1,3</b>	<b>198,2</b>	<b>261,7</b>	<b>84,8</b>	<b>4,6</b>	<b>131,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>20,0</b>	<b>39,1</b>
	<b>ВСЕГО 5 день</b>	<b>1460</b>	<b>48</b>	<b>51</b>	<b>216</b>	<b>1446</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>362</b>	<b>1</b>	<b>615</b>	<b>553</b>	<b>122</b>	<b>6</b>	<b>522</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>22</b>	<b>50</b>



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С
<b>День 6</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Запеканка творожная со сметаной	250	37,5	33,4	34,4	597,5	0,1	0,0	292,5	0,0	593,7	202,5	17,1	0,7	412,5	0,0	0,0	0,0	0,4
2	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	58,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0
3	Фрукты свежие	100	0,3	0,0	8,6	40,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>37,8</b>	<b>33,4</b>	<b>58</b>	<b>695,5</b>	<b>0,19</b>	<b>0</b>	<b>293</b>	<b>0</b>	<b>640,8</b>	<b>266,5</b>	<b>29,38</b>	<b>1,22</b>	<b>484,5</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,5</b>	<b>10,4</b>
<b>Обед</b>																			
1	Салат из белокачанной капусты	100	1,4	5,1	8,9	88,0	0,0	0,0	309,3	2,5	43,5	28,2	13,3	0,6	58,3	0,0	0,0	0,0	35,0
2	Суп картофельный с клецками	250	1,8	2,4	14,1	87,0	0,0	0,0	12,5	1,3	28,6	38,5	10,7	0,7	31,6	0,0	0,0	0,0	2,6
3	Биточек мясной	100	17,9	7,9	16,0	210,0	0,0	0,0	49,0	0,0	25,3	61,4	10,0	1,4	93,3	0,0	0,0	0,0	0,1
4	Макаронные изделия отварные	180	6,1	11,0	41,0	293,4	0,1	0,0	0,0	0,0	21,7	57,0	12,0	0,6	19,6	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Сок фруктовый	200	1,2	0,0	28,6	112,0	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,7	114,7	0,0	0,2	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>830</b>	<b>30,92</b>	<b>27,88</b>	<b>148,7</b>	<b>975,1</b>	<b>0,441</b>	<b>0,244</b>	<b>371</b>	<b>3,75</b>	<b>146</b>	<b>256</b>	<b>70,38</b>	<b>4,689</b>	<b>248</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>45,7</b>
	<b>ВСЕГО 6 день</b>	<b>1380</b>	<b>69</b>	<b>61</b>	<b>207</b>	<b>1671</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>663</b>	<b>4</b>	<b>787</b>	<b>522</b>	<b>100</b>	<b>6</b>	<b>733</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>56</b>

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С
<b>День 7</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Яйцо отварное	50	5,1	4,6	0,3	63,0	0,0	0,0	100,0	0,0	22,0	76,8	4,8	0,5	19,5	0,0	0,0	0,0	0,0
2	Каша манная молочная жидкая	250	3,8	10,3	25,0	215,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,7	17,0	42,0	0,6	1,4	0,0	0,0	0,0	1,4
3	Коктейль молочный в индивидуальной упаковке	200	6,1	5,4	41,7	238,0	6,3	25,0	4,0	20,0	26,0	32,0	8,0	3,4	18,0	0,0	0,0	0,0	0,0
4	Хлеб пшеничный	50	0,4	0,1	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Кондитерские изделия	80	2,6	3,4	29,0	156,5	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>580</b>	<b>18,0</b>	<b>23,8</b>	<b>120,3</b>	<b>776,8</b>	<b>6,3</b>	<b>25,8</b>	<b>104,0</b>	<b>20,0</b>	<b>56,3</b>	<b>150,7</b>	<b>64,3</b>	<b>4,8</b>	<b>50,3</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>1,4</b>
<b>Обед</b>																			
1	Овощи свежие	100	1,1	0,2	3,8	21,4	0,1	0,0	133,0	0,0	14,0	26,0	20,0	0,9	0,0	0,0	0,0	20,0	25,0
2	Суп крестьянский с крупой	250	2,6	5,3	14,3	116,0	0,0	0,0	54,1	1,3	26,6	15,0	5,3	0,3	31,6	0,0	0,0	0,0	5,0
3	Тефтели мясные с рисом	100	10,0	11,1	11,2	184,0	0,0	0,0	49,0	2,2	63,1	97,8	12,0	1,8	16,7	0,0	0,0	0,0	0,0
4	Каша Пшеничная рассыпчатая	180	8,0	12,4	44,6	329,4	0,0	0,0	8,0	0,0	11,8	60,4	18,0	0,6	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Напиток фруктово-ягодный	200	2,0	0,2	3,8	24,9	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>830</b>	<b>26,2</b>	<b>30,7</b>	<b>117,9</b>	<b>860,5</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>244,1</b>	<b>3,5</b>	<b>142,8</b>	<b>269,7</b>	<b>79,7</b>	<b>5,1</b>	<b>95,1</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>20,0</b>	<b>38,0</b>
	<b>ВСЕГО 7 день</b>	<b>1410</b>	<b>44</b>	<b>54</b>	<b>238</b>	<b>1637</b>	<b>7</b>	<b>26</b>	<b>348</b>	<b>23</b>	<b>199</b>	<b>420</b>	<b>144</b>	<b>10</b>	<b>145</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>39</b>



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	Г	Сe	F	С
<b>День 8</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Оладьи со сметаной 250/20	270	19,6	18,9	84,3	756,0	1,1	0,0	10,8	0,0	8,3	0,0	0,0	0,9	27,0	0,0	0,0	0,0	0,2
4	Коктейль молочный в индивидуальной упаковке	200	6,1	5,4	41,7	238,0	6,3	25,0	4,0	20,0	26,0	32,0	8,0	3,4	18,0	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Кондитерские изделия	80	2,6	3,4	29,0	156,5	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>155</b>	<b>1151</b>	<b>7</b>	<b>25</b>	<b>15</b>	<b>20</b>	<b>34</b>	<b>32</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>45</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>																			
1	Овощи свежие	100	1,1	0,2	3,8	21,4	0,1	0,0	133,0	0,0	14,0	26,0	20,0	0,9	0,0	0,0	0,0	20,0	25,0
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,0	4,3	10,0	88,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	5,1	0,4	4,4	0,0	0,0	0,0	8,3
3	Биточек мясной	100	17,9	7,9	16,0	210,0	0,0	0,0	49,0	0,0	25,3	61,4	10,0	1,4	93,3	0,0	0,0	0,0	0,1
4	Каша Ячневая рассыпчатая	180	5,6	11,0	37,1	277,2	0,0	0,0	2,7	0,0	2,4	78,0	11,3	0,4	117,6	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Сок фруктовый	200	1,2	0,0	28,6	112,0	0,0	0,0	0,0	0,0	14,0	14,0	8,0	0,2	25,0	0,0	0,0	0,0	8,0
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>830</b>	<b>27,8</b>	<b>23,4</b>	<b>95,5</b>	<b>708,6</b>	<b>0,102</b>	<b>0</b>	<b>226</b>	<b>0</b>	<b>59,16</b>	<b>185</b>	<b>54,39</b>	<b>3,295</b>	<b>240</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>41,35</b>
	<b>ВСЕГО 8 день</b>	<b>1380</b>	<b>56</b>	<b>51</b>	<b>251</b>	<b>1859</b>	<b>8</b>	<b>25</b>	<b>241</b>	<b>20</b>	<b>93</b>	<b>217</b>	<b>62</b>	<b>8</b>	<b>285</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>20</b>	<b>42</b>

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																	
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Се	F	С	
<b>День 9</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
1	Кондитерские изделия	80	2,6	3,4	29,0	156,5	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
2	Вареники ленивые со сметаной 250/20	270	27,6	24,5	25,3	439,9	0,1	0,0	215,6	0,0	436,9	149,0	12,6	0,6	303,7	0,0	0,0	0,0	0,4	
3	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	15,0	58,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>30</b>	<b>28</b>	<b>69</b>	<b>654</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>216</b>	<b>0</b>	<b>448</b>	<b>152</b>	<b>13</b>	<b>1</b>	<b>331</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	
<b>Обед</b>																				
1	Овощи свежие	100	1,1	0,2	3,8	21,4	0,1	0,0	133,0	0,0	14,0	26,0	20,0	0,9	0,0	0,0	0,0	20,0	25,0	
2	Суп крестьянский с крупой	250	2,6	5,3	14,3	116,0	0,0	0,0	54,1	1,3	26,6	15,0	5,3	0,3	31,6	0,0	0,0	0,0	5,0	
3	Шницель мясной	100	17,9	7,9	16,0	210,0	0,0	0,0	49,0	0,0	25,3	61,4	10,0	1,4	93,3	0,0	0,0	0,0	0,1	
4	Макаронные изделия отварные	180	6,1	11,0	41,0	293,4	0,1	0,0	0,0	0,0	21,7	57,0	12,0	0,6	19,6	0,0	0,0	0,0	0,0	
5	Компот из смеси сухофруктов	200	0,3	0,0	31,4	124,0	0,0	0,0	0,0	0,0	32,5	23,4	17,5	0,7	78,0	0,0	0,0	0,0	0,1	
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>ИТОГО</b>	<b>830</b>	<b>30,5</b>	<b>25,9</b>	<b>146,7</b>	<b>949,6</b>	<b>0,4</b>	<b>0,0</b>	<b>236,1</b>	<b>1,3</b>	<b>133,5</b>	<b>239,4</b>	<b>81,1</b>	<b>5,2</b>	<b>242,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	<b>20,0</b>	<b>30,2</b>	
	<b>ВСЕГО 9 день</b>	<b>1380</b>	<b>61</b>	<b>54</b>	<b>216</b>	<b>1604</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>452</b>	<b>1</b>	<b>581</b>	<b>391</b>	<b>94</b>	<b>6</b>	<b>574</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>21</b>	<b>31</b>	



№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции г	Пищевые вещества, энергия, витамины и минеральные вещества																
			Б	Ж	У	Ккал	В1	В2	А	Д	Са	Р	Mg	Fe	К	І	Ce	F	С
<b>День 10</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
1	Каша рисовая молочная (жидкая)	250	2,8	10,3	26,3	215,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,5	25,0	15,0	1,8	0,0	0,0	0,0	0,0	1,5
2	Какао с молоком	200	4,9	5,0	32,5	190,0	0,1	0,0	24,4	0,0	201,0	86,3	12,0	0,5	136,0	0,0	0,0	1,5	0,7
3	Фрукты свежие	100	0,3	0,0	8,6	40,0	0,1	0,0	0,1	0,0	36,0	61,2	12,0	0,2	45,0	0,0	0,0	0,0	10,0
4	Хлеб пшеничный	50	0,4	0,0	24,3	104,3	0,0	0,4	0,0	0,0	6,6	24,9	9,4	0,3	11,4	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>550</b>	<b>8</b>	<b>15</b>	<b>92</b>	<b>549</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>25</b>	<b>0</b>	<b>246</b>	<b>197</b>	<b>48</b>	<b>3</b>	<b>192</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>12</b>
<b>Обед</b>																			
1	Салат витаминный	100	1,2	3,3	11,7	82,0	0,0	0,0	290,8	0,0	3,5	3,8	4,5	0,3	5,3	0,0	0,0	0,0	16,0
2	Борщ с капустой и картофелем	250	6,8	9,0	18,9	166,0	0,0	0,0	41,6	0,0	3,4	5,6	3,9	0,6	4,0	0,0	0,0	0,0	5,5
3	Тефтели мясные с рисом	100	11,6	11,1	11,2	184,0	0,0	0,0	49,0	2,2	63,1	97,8	12,0	1,8	16,7	0,0	0,0	0,0	0,0
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,9	12,4	53,4	320,8	0,1	0,0	0,0	0,0	21,7	57,0	12,0	0,6	19,6	0,0	0,0	0,0	0,0
5	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	15,0	58,0	0,0	0,0	0,0	0,0	11,1	2,8	0,3	0,3	27,0	0,0	0,0	0,5	0,0
6	Хлеб пшеничный	55	0,5	0,1	26,8	114,8	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	21,3	8,1	0,3	11,0	0,0	0,0	0,0	0,0
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,0	1,4	13,4	70,0	0,2	0,0	0,0	0,0	7,7	35,3	8,3	1,0	9,3	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>ИТОГО</b>	<b>830</b>	<b>30,92</b>	<b>37,28</b>	<b>150,3</b>	<b>995,53</b>	<b>0,361</b>	<b>0</b>	<b>381</b>	<b>2,2</b>	<b>116</b>	<b>224</b>	<b>49</b>	<b>4,947</b>	<b>92,89</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0,5</b>	<b>21,5</b>
	<b>ВСЕГО 10 день</b>	<b>1380</b>	<b>39</b>	<b>53</b>	<b>242</b>	<b>1545</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>406</b>	<b>2</b>	<b>362</b>	<b>421</b>	<b>97</b>	<b>8</b>	<b>285</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>34</b>

	<b>ВСЕГО за 10 дней</b>	<b>13980</b>	<b>530</b>	<b>570</b>	<b>2272</b>	<b>16612</b>	<b>27</b>	<b>81</b>	<b>4381</b>	<b>82</b>	<b>4482</b>	<b>4474</b>	<b>1061</b>	<b>71</b>	<b>4429</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>130</b>	<b>492</b>
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ</b>	<b>1398</b>	<b>53,0</b>	<b>57,0</b>	<b>227,2</b>	<b>1661,2</b>	<b>2,7</b>	<b>8,1</b>	<b>438,1</b>	<b>8,2</b>	<b>448,2</b>	<b>447,4</b>	<b>106,1</b>	<b>7,1</b>	<b>442,9</b>	<b>0,2</b>	<b>0,0</b>	<b>13,0</b>	<b>49,2</b>