

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (ильинка лето-осень)

Тех. карта	Наименование блюда	Общий 1-3 лет						Общий 3-7 лет													
		Пищевые вещества						Пищевые вещества													
		Вес блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Энергетическая ценность	Вес блюда	Белки	Жиры	Углево ды	Энергетическая ценность										
1 день																					
Завтрак																					
№461 (50/50)	Какао с молоком	150	4,34	4,82	18,18	133,46	200	5,78	6,43	24,25	177,95										
№213	Яйцо отварное						40	5,08	4,60	0,28	62,84										
PK522-266	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" молочная вязкая	180	10,27	15,19	37,70	328,58	200	11,42	16,87	41,89	365,09										
№492	Бутерброд с сыром и маслом	40	4,09	5,07	14,08	118,40	55	5,63	6,97	19,36	162,80										
Итого за Завтрак:		370	18,70	25,08	69,97	580,45	495	27,90	34,87	85,78	768,69										
Завтрак второй																					
№368	Груши нарезка	100	0,40	0,30	10,30	45,50	100	0,40	0,30	10,30	45,50										
Итого за Завтрак второй:		100	0,40	0,30	10,30	45,50	100	0,40	0,30	10,30	45,50										
Обед																					
№354	Соус сметанный	30	0,44	1,15	1,84	19,50	100	1,46	3,85	6,14	65,00										
PK527-239и	Компот из плодов или ягод сушёных	150	0,27	0,03	21,50	87,72	150	0,27	0,08	21,50	87,72										
№15	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,79	0,35	15,81	73,28	40	2,24	0,44	19,76	91,60										
№13	Хлеб пшеничный	24	1,90	0,24	11,59	56,11	24	1,90	0,24	11,59	56,11										
№39	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	6,71	5,99	12,74	131,74	180	6,71	5,99	12,74	131,74										
№284	Оладьи из печени	60	7,98	7,28	9,81	136,69	80	10,65	9,71	13,09	182,25										
№321/2	Картофельное пюре	130	2,70	4,27	18,87	124,69	130	2,70	4,27	18,87	124,69										

РК513-8	Салат из квашеной капусты с яблоками	50	0,48	5,10	3,31	61,08	60	0,58	6,12	3,97	73,30
	Итого за Обед:	656	22,27	24,47	95,48	690,82	764	26,49	30,70	107,66	812,42
Полдник											
№393	Чай с лимоном и сахаром	180	0,16	0,03	10,03	41,06	200	0,18	0,04	11,14	45,62
РК522-7	Салат из моркови	50	0,55	5,04	7,83	78,88	100	1,11	10,07	15,66	157,76
№579/558	Булочка Дорожная	50	3,68	6,73	28,80	190,35	50	3,68	6,73	28,80	190,35
	Итого за Полдник:	280	4,40	11,80	46,66	310,28	350	4,97	16,84	55,60	393,72
	Итого за день:		45,77	61,65	222,40	1627,05		59,77	82,72	259,34	2020,33
2 день											
Завтрак											
№492	Бутерброд с сыром и маслом						55	5,63	6,97	19,36	162,80
РК05-268	Омлет натуральный	85	7,62	13,16	1,92	156,61	85	7,62	13,16	1,92	156,61
РК05-465	Кофейный напиток с молоком	150	2,65	2,88	11,13	80,89	200	3,53	3,84	14,84	107,85
№13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14					
№53-19а	Масло сливочное 82,5% (порции)	5	0,03	4,13	0,04	37,38					
	Итого за Завтрак:	270	12,66	20,46	27,58	345,03	340	16,77	23,97	36,13	427,27
Завтрак второй											
№14	Сок из фруктов и (или) овощей	160	0,16	0,00	18,56	76,32	200	0,20	0,00	23,20	95,40
	Итого за Завтрак второй:	160	0,16	0,00	18,56	76,32	200	0,20	0,00	23,20	95,40
Обед											
№13	Хлеб пшеничный	24	1,90	0,24	11,59	56,11	24	1,90	0,24	11,59	56,11
№491	Компот из свежемороженных ягод	150	0,12	0,06	6,27	27,33	200	0,16	0,08	8,36	36,44
№15	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,79	0,35	15,81	73,28	40	2,24	0,44	19,76	91,60
РК521-174	Пудинг из говядины	50	11,99	13,02	0,56	167,34	70	16,78	18,23	0,78	234,28

№205/2	Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,73	3,12	23,79	138,18	135	5,03	4,22	32,12	186,54
№76к	Рассольник "Ленинградский"	180	4,94	7,19	12,22	133,36	200	5,49	7,99	13,58	148,18
№53	Икра кабачковая (готовая продукция)	30	0,57	2,67	2,31	35,55	50	0,95	4,45	3,85	59,25
	Итого за Обед:	566	25,03	26,65	72,55	631,15	719	32,55	35,64	90,04	812,39
Полдник											
РК05-469	Молоко кипячёное	150	4,50	5,25	7,20	94,05	200	6,00	7,00	9,60	125,40
РК504-450	Ватрушка с творогом	60	9,57	3,92	26,62	177,22	80	12,76	5,23	35,50	236,29
№65	Салат картофельный с зеленым горошком, луком и яйцом	40	1,28	4,61	4,28	63,76	60	1,92	6,91	6,43	95,65
	Итого за Полдник:	250	15,35	13,78	38,11	335,03	340	20,68	19,15	51,52	457,34
	Итого за день:		53,20	60,90	156,80	1387,53		70,20	78,76	200,89	1792,40
3 день											
Завтрак											
№1	Бутерброд с маслом	43	2,60	8,12	15,66	146,10	43	2,60	8,12	15,66	146,10
№697	Вареники с картофелем (п/ф)	160	5,99	11,05	46,26	308,46	210	7,86	14,50	60,72	404,85
№394	Чай с молоком и сахаром	150	2,33	2,65	7,70	63,95	180	4,46	5,08	18,70	138,32
	Итого за Завтрак:	353	10,92	21,81	69,62	518,50	433	14,92	27,70	95,08	689,27
Завтрак второй											
№368	Яблоки (чищенные)	100	0,40	0,40	9,80	44,40	100	0,40	0,40	9,80	44,40
	Итого за Завтрак второй:	100	0,40	0,40	9,80	44,40	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Обед											
№13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	30	2,37	0,30	14,49	70,14
№15	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,79	0,35	15,81	73,28	40	2,24	0,44	19,76	91,60
РК527-36г	Суп картофельный с бобовыми	180	8,56	6,70	14,09	150,94	200	9,51	7,45	15,66	167,71
РК521-48	Салат картофельный с морской капустой и свеклой	50	0,75	2,63	4,99	46,61	60	0,89	3,16	5,99	55,93
№255	Котлеты или биточки рыбные запеченные из минтая	60	8,45	3,21	5,82	86,08	80	11,27	4,28	7,75	114,78

№303	Рис отварной	100	2,50	3,59	26,18	147,04	150	3,74	5,39	39,27	220,56
№350	Соус молочный к блюду	30	1,07	2,16	2,80	34,86	30	1,07	2,16	2,80	34,86
№398	Напиток из плодов шиповника	150	0,51	0,21	15,41	65,58	200	0,68	0,28	20,55	87,44
Итого за Обед:		632	25,99	19,16	99,59	674,53	790	31,77	23,45	126,27	843,01
Полдник											
PK521-308	Шанешка наливная с яйцом	60	5,93	2,63	27,69	157,92	60	5,93	2,63	27,69	157,92
№233	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150	0,12	0,03	9,12	37,28	200	0,16	0,05	12,16	49,70
Итого за Полдник:		210	6,05	2,66	36,81	195,19	260	6,09	2,67	39,85	207,62
Итого за день:			43,36	44,03	215,82	1432,63		53,19	54,22	271,00	1784,30
4 день											
Завтрак											
№492	Бутерброд с сыром и маслом	45	4,60	5,71	15,84	133,20	55	5,63	6,97	19,36	162,80
№155	Каша "Дружба" молочная жидкая (пшено, рис)	180	6,34	7,98	32,36	226,66	200	7,05	8,87	35,96	251,85
№397 М	Какао с молоком	150	4,34	4,82	18,18	133,46	200	5,78	6,43	24,25	177,95
Итого за Завтрак:		375	15,28	18,51	66,38	493,33	455	18,46	22,27	79,56	592,61
Завтрак второй											
№150	Апельсины свежие (нарезка)	80	0,72	0,16	6,48	30,24	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Итого за Завтрак второй:		80	0,72	0,16	6,48	30,24	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Обед											
№13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	30	2,37	0,30	14,49	70,14
№487	Компот из яблок с лимоном	150	0,25	0,16	11,29	47,57	200	0,33	0,21	15,05	63,42
№15	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,79	0,35	15,81	73,28	40	2,24	0,44	19,76	91,60
PK519-134	Борщ с фасолью и картофелем	180	3,88	4,04	16,47	118,27	200	4,32	4,49	18,30	131,41
№8	Сельдь (порционная)	20	3,40	1,70	0,00	29,00	40	6,80	3,40	0,00	58,00
№276	Жаркое по-домашнему	180	24,51	24,50	21,67	405,46	200	27,23	27,23	24,07	450,51
Итого за Обед:		592	36,20	31,05	79,73	743,72	710	43,29	36,07	91,68	865,09

Полдник		150	4,35	3,75	6,30	76,35	200	5,80	5,00	8,40	101,80
№401/4	Ряженка										
РК27-701	Коржик молочный (готовое изделие)	40	1,92	4,40	18,00	98,40	75	3,60	8,25	33,75	184,50
№213	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	40	5,08	4,60	0,28	62,84
	Итого за Полдник:	230	11,35	12,75	24,58	237,59	315	14,48	17,85	42,43	349,14
	Итого за день:		63,56	62,47	177,17	1504,88		77,12	76,39	221,77	1844,63
5 день											
Завтрак											
№492	Бутерброд с сыром и маслом	45	4,60	5,71	15,84	133,20	55	5,63	6,97	19,36	162,80
№90	Каша манная молочная жидкая	180	5,74	3,62	28,69	170,25	200	6,37	4,02	31,87	189,17
РК05-465	Кофейный напиток с молоком	150	2,65	2,88	11,13	80,89	200	3,53	3,84	14,84	107,85
	Итого за Завтрак:	375	12,98	12,20	55,66	384,34	455	15,53	14,83	66,07	459,82
Завтрак второй											
№368	Груши нарезка	100	0,40	0,30	10,30	45,50	100	0,40	0,30	10,30	45,50
	Итого за Завтрак второй:	100	0,40	0,30	10,30	45,50	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Обед											
№13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	30	2,37	0,30	14,49	70,14
№15	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,60	40	2,24	0,44	19,76	91,60
РК510-45	Винегрет	50	0,71	3,10	4,25	47,72	50	0,71	3,10	4,25	47,72
РК510-87	Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	200	7,95	6,98	13,61	149,13	200	7,95	6,98	13,61	149,13
№719	Пельмени отварные (п/ф)	210	20,51	29,57	52,16	556,81	210	20,51	29,57	52,16	556,81
№241	Компот из смеси сухофруктов	200	0,57	0,00	29,45	120,05	200	0,57	0,00	29,45	120,05
	Итого за Обед:	730	34,36	40,39	133,72	1035,45	730	34,36	40,39	133,72	1035,45
Полдник											
№393	Чай с лимоном и сахаром	150	0,14	0,03	8,36	34,22	180	0,16	0,03	10,03	41,06
№453/498	Пирожок печёный из сдобного теста с рисом и печенью	60	9,38	5,29	35,53	227,00	60	9,38	5,29	35,53	227,00

Распечатано из ИСУ «Цифровая школа». Пользователь: смирнова 17.09.2025 11:51:44

№64	Салат из моркови с яблоком	40	0,42	2,72	3,38	39,66	60	0,63	4,08	5,07	59,49
	Итого за Полдник:	250	9,93	8,03	47,27	300,88	300	10,16	9,40	50,63	327,55
	Итого за день:		57,68	60,93	246,95	1766,17		60,45	64,92	260,72	1868,32
	6 день										
	Завтрак										
№1	Бутерброд с маслом	40	1,68	14,70	9,82	178,30	40	1,68	14,70	9,82	178,30
№185	Каша пшенная молочная жидкая	180	6,89	8,00	31,29	224,71	200	7,66	8,89	34,76	249,68
№392/3	Чай с сахаром	150	0,08	0,02	3,69	15,23	200	0,10	0,03	4,92	20,31
№213	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	40	5,08	4,60	0,28	62,84
	Итого за Завтрак:	410	13,73	27,32	45,08	481,08	480	14,52	28,21	49,78	511,13
	Завтрак второй										
№14	Сок из фруктов и (или) овощей	200	0,20	0,00	23,20	95,40	200	0,20	0,00	23,20	95,40
	Итого за Завтрак второй:	200	0,20	0,00	23,20	95,40	200	0,20	0,00	23,20	95,40
	Обед										
№13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	30	2,37	0,30	14,49	70,14
№15	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,79	0,35	15,81	73,28	40	2,24	0,44	19,76	91,60
РК66-121 (1-3)	Огурцы соленные порционные	45	0,45	0,05	0,90	5,85	45	0,45	0,05	0,90	5,85
РК519-70	Суп "Сахалинский"	250	4,03	7,88	16,90	154,66	250	4,03	7,88	16,90	154,66
№276/2	Жаркое по-домашнему	220	27,28	25,59	24,20	436,43	200	27,23	27,23	24,07	450,51
№638	Компот из кураги	1000	9,62	0,56	192,98	815,38	200	1,30	0,08	19,61	84,32
	Итого за Обед:	1577	45,54	34,72	265,28	1555,73	765	37,63	35,97	95,74	857,07
	Полдник										
РК05-469	Молоко кипячёное	150	4,50	5,25	7,20	694,05	200	6,00	7,00	9,60	125,46

№447	Блинчики	60	3,33	2,10	18,95	107,86	100	5,55	3,49	31,59	179,76
№22	Повидло в ассортименте	20	0,08	0,00	13,00	52,32	20	0,08	0,00	13,00	52,32
Итого за Полдник:		230	7,91	7,35	39,15	254,23	320	11,63	10,49	54,19	357,49
Итого за день:			67,38	69,38	372,71	2386,44		63,97	74,67	222,91	1821,09
7 день											
Завтрак											
№492	Бутерброд с сыром и маслом	45	4,60	5,71	15,84	133,20	55	5,63	6,97	19,36	162,80
PK05-465	Кофейный напиток с молоком	150	2,65	2,88	11,13	80,89	200	3,53	3,84	14,84	107,85
№44	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,37	5,90	20,62	157,11	200	5,97	6,56	22,92	174,57
Итого за Завтрак:		375	12,62	14,49	47,59	371,20	455	15,12	17,37	57,12	445,22
Завтрак второй											
№368	Яблоки (чищенные)	70	0,28	0,28	6,86	31,08	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за Завтрак второй:		70	0,28	0,28	6,86	31,08	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Обед											
№13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	30	2,37	0,30	14,49	70,14
№15	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,79	0,35	15,81	73,28	40	2,24	0,44	19,76	91,60
PK521-261	Рыба тушеная в томате с овощами	70	7,26	1,30	2,31	50,17	80	8,30	1,49	2,64	57,34
№321/2	Картофельное пюре	100	2,07	3,28	14,52	95,92	130	2,70	4,27	18,87	124,69
PK521-30	Салат из свеклы с яблоками и огурцами	50	0,54	2,60	3,53	39,63	1000	10,84	52,05	70,58	792,65
№491	Компот из свежемороженных ягод	150	0,12	0,06	6,27	27,33	200	0,16	0,08	8,36	36,44
№95	Суп из овощей с курой и сметаной	180	4,24	7,05	6,88	107,94	180	4,24	7,05	6,88	107,94
Итого за Обед:		612	18,40	14,95	63,80	464,42	1660	30,85	65,68	141,58	1280,81
Полдник											
№392/3	Чай с сахаром	150	0,08	0,02	3,69	15,23	200	0,10	0,03	4,92	20,31
№207	Вареники ленивые (творог)	140	24,30	12,07	21,55	281,12	175	30,37	15,09	26,94	351,40
№1	Вафли (готовое изделие)	30	1,20	1,50	22,20	107,10	30	1,20	1,50	22,20	107,10

Итого за Полдник:		320	25,57	13,59	47,44	403,45	405	31,67	16,61	54,06	478,80
Итого за день:			56,87	43,31	165,70	1270,15		78,04	100,06	262,56	2249,23
8 день											
Завтрак											
№161	Каша пшеничная молочная жидкая	180	6,12	8,10	24,80	197,48	200	6,80	9,00	27,56	219,42
№397 М	Какао с молоком	150	4,34	4,82	18,18	133,46	200	5,78	6,43	24,25	177,95
№492	Бутерброд с сыром и маслом	45	4,60	5,71	15,84	133,20	55	5,63	6,97	19,36	162,80
Итого за Завтрак:		375	15,06	18,63	58,82	464,15	455	18,21	22,40	71,16	560,18
Завтрак второй											
№150	Апельсины свежие (нарезка)	60	0,54	0,12	4,86	22,68	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Итого за Завтрак второй:		60	0,54	0,12	4,86	22,68	100	0,90	0,20	8,10	37,80
Обед											
№13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	30	2,37	0,30	14,49	70,14
РК513- 24	Сельдь с картофелем	40	2,00	4,82	4,69	70,26	50	2,51	6,03	5,87	87,83
РК522- 277	Гуляш из говядины	50	7,74	7,31	1,89	104,39	60	9,28	8,78	2,27	125,26
№241	Компот из смеси сухофруктов	200	0,57	0,00	29,45	120,05	200	0,57	0,00	29,45	120,05
№15	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,60	40	2,24	0,44	19,76	91,60
№313	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,81	4,06	26,29	164,93	130	7,56	5,27	34,18	214,41
№290г	Суп картофельный с клецками и мясом	150	4,31	4,72	8,25	92,72	100	2,87	3,15	5,50	61,81
Итого за Обед:		610	25,05	21,66	104,84	714,09	610	27,40	23,97	111,52	771,10
Полдник											
РК05- 470	Кисломолочный продукт (варенец)	150	4,35	3,75	6,15	75,75	200	5,80	5,00	8,20	101,00
№443	Крендель сахарный	50	6,12	6,44	34,20	219,04	60	7,35	7,73	41,04	262,85
№213	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	40	5,08	4,60	0,28	62,84
Итого за Полдник:		240	15,55	14,79	40,63	357,63	300	18,23	17,33	49,52	426,69
Итого за день:			56,20	55,19	209,15	1558,54		64,74	63,90	240,31	1795,76

Распечатано из ИСУ «Цифровая школа». Пользователь: смирнова 17.09.2025 11:51:44

9 день											
Завтрак											
№394 Мл	Чай с молоком и сахаром	180	4,46	5,08	18,70	138,32	180	4,46	5,08	18,70	138,32
PK522-93	Бутерброд с маслом	40	1,68	14,70	9,82	178,30	40	1,68	14,70	9,82	178,30
PK05-236	Каша рисовая молочная жидкая	180	4,66	6,65	28,73	193,40	180	4,66	6,65	28,73	193,40
Итого за Завтрак:		400	10,80	26,43	57,25	510,01	400	10,80	26,43	57,25	510,01
Завтрак второй											
№14	Сок из фруктов и (или) овощей	200	0,20	0,00	23,20	95,40	200	0,20	0,00	23,20	95,40
Итого за Завтрак второй:		200	0,20	0,00	23,20	95,40	200	0,20	0,00	23,20	95,40
Обед											
№13	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	30	2,37	0,30	14,49	70,14
№15	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,60	40	2,24	0,44	19,76	91,60
№65	Свекольник	200	2,14	6,06	15,10	123,25	200	2,14	6,06	15,10	123,25
№323	Гороховое пюре	130	14,97	3,94	31,30	220,66	130	14,97	3,94	31,30	220,66
№494	Компот из изюма	200	0,40	0,11	26,54	108,73	200	0,40	0,11	26,54	108,73
№15р	Салат из свежих помидоров и огурцов	50	0,46	3,03	1,75	35,65	50	0,46	3,03	1,75	35,65
PK56-307ф (3-7)	Котлеты рубленые из кур. запеченный с соусом молочным	80	12,97	8,90	8,99	167,95	80	12,97	8,90	8,99	167,95
Итого за Обед:		730	35,55	22,78	117,93	817,98	730	35,55	22,78	117,93	817,98
Полдник											
№233	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150	0,12	0,03	9,12	37,28	200	0,16	0,05	12,15	49,70
№465/453	Пицца детская	60	9,68	12,65	25,39	254,14	80	12,91	16,87	33,85	338,85
PK522-7	Салат из моркови	40	0,44	4,03	6,27	63,10	100	1,11	10,07	15,66	157,76
Итого за Полдник:		250	10,25	16,72	40,77	354,52	380	14,18	26,99	61,67	546,31
Итого за день:			56,80	65,92	239,15	1777,91		60,73	76,19	260,05	1969,70

10 день												
Завтрак												
РК05-465	Кофейный напиток с молоком	150	2,65	2,88	11,13	80,89	200	3,53	3,84	14,84	107,85	
РК521-195	Каша гречневая рассыпчатая с луком и яйцами	80	5,59	9,87	19,63	189,67	100	6,98	12,34	24,53	237,09	
№492	Бутерброд с сыром и маслом	45	4,60	5,71	15,84	133,20	55	5,63	6,97	19,36	162,80	
	Итого за Завтрак:	275	12,84	18,45	46,60	403,76	355	16,14	23,15	58,73	507,74	
Завтрак второй												
№368	Груши нарезка	100	0,40	0,30	10,30	45,50	100	0,40	0,30	10,30	45,50	
	Итого за Завтрак второй:	100	0,40	0,30	10,30	45,50	100	0,40	0,30	10,30	45,50	
Обед												
№13	Хлеб пшеничный	24	1,90	0,24	11,59	56,11	24	1,90	0,24	11,59	56,11	
№237	Компот из апельсинов с яблоками	150	0,36	0,15	19,33	80,13	200	0,48	0,20	25,78	106,84	
№15	Хлеб ржано-пшеничный	32	1,79	0,35	15,81	73,28	40	2,24	0,44	19,76	91,60	
РК513-5	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами и яйцом	50	1,13	2,02	1,82	29,74	50	1,13	2,02	1,82	29,74	
РК527-41ф	Суп картофельный с рыбой	180	10,54	4,44	14,29	139,42	200	11,72	4,93	15,88	154,92	
№162	Печень говяжья по-строгановски	60	11,32	8,44	4,38	138,74	100	18,88	14,06	7,30	231,23	
№205/2	Макаронные изделия отварные с маслом	100	3,73	3,12	23,79	138,18	110	4,10	3,44	26,17	151,99	
	Итого за Обед:	596	30,77	18,75	91,01	655,60	724	40,44	25,32	108,30	822,43	
Полдник												
№322	Запеканка рисовая с творогом	100	6,75	4,45	27,60	175,50	150	10,12	6,68	41,40	263,25	
№1	Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции)	30	2,16	2,55	16,65	98,19	30	2,16	2,55	16,65	98,19	
№392/3	Чай с сахаром	150	0,08	0,02	3,69	15,23	200	0,10	0,03	4,92	20,31	
	Итого за Полдник:	280	8,98	7,02	47,94	288,92	380	12,38	9,26	62,97	381,74	
	Итого за день:		52,99	44,53	195,85	1393,78		69,36	58,02	240,31	1757,41	
	Среднее значение за день:		55,38	56,83	220,17	1610,51		65,76	72,98	243,98	1890,32	