

Завтрак

Суп молочный манный	200	4,94	6,06	18,62	148,54	1,14	43
Кофейный напиток	180	2,51	2,87	17,73	106,8	1,17	253
Хлеб пшеничный	20	1,52	0,48	9,94	48	0	
Печенье	30	1,98	2,55	21,7	127,8	0,07	
ИТОГО	430	10,95	11,96	67,99	431,14	2,38	

2-й завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0	9,8	45	165	
ИТОГО	100	0,4	0	9,8	45	165	

Обед

Огурец соленый	40	0,56	0,07	0,11	9,1	3,5	
Суп гороховый с мясом	200/20	1,87	3,11	10,89	79,03	8,41	36
Котлета рыбн.любительская	60	7,98	2,38	4,08	69,64	0,9	135
Картофельное пюре	150	3,19	6,06	23,29	160,45	5,38	206
Сок фруктовый/овощной	180	0,72	0	20,34	77,4	21,6	
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	72	0	
Хлеб ржаной	37,5	2,07	0,37	11,45	55,33	0	
ИТОГО	717,5	18,67	12,26	85,07	522,95	39,79	

Полдник

Макароны с сыром	90	10,6	7,3	24,4	215,4	2,35	135
Молоко кипяченое	200	5,64	5	9,73	104	2,6	255
ИТОГО	290	16,24	12,3	34,13	319,4	4,95	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1537,5	46,26	36,52	196,99	1318,5	212,12	