	Пищевая ценность ЗАВТРАК 1-4 кл. (Зима-весна)																				
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины					Минеральные вещества									
	Комплекс 1		Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Кальций (мг)	Фосфор (мг)	Магний (мг)	Железо (мг)	Цинк (мг)	Йод (мг)				
131	Горох овощной отварной	60	3.40	2.50	7.70	66.90	0.07	0.02	0.00	0.00	0.12	21.30	56.20	18.40	1.14	0.54	0.00				
212	Омлет с колбасой или сосисками	150	15.77	30.41	2.72	347.64	0.15	0.47	0.21	288.04	0.30	95.44	245.24	20.05	2.78	0.45	0.00				
	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.46	0.00	0.00	0.03	0.00	0.00	11.10	2.80	1.40	0.28	0.00	0.00				
	Хлеб пшеничный	20	1.35	0.17	10.03	47.05	0.02	0.00	0.00	0.00	0.26	4.60	17.40	6.60	0.22	0.21	0.01				
	Хлеб ржаной	25	1.40	0.28	12.35	57.52	0.03	0.00	0.00	0.00	0.23	5.75	26.50	6.25	0.78	0.29	0.00				
338	Плоды или ягоды свежие	120	1.80	0.60	25.20	113.40	0.05	0.06	12.00	0.00	0.24	9.60	33.60	50.40	0.72	0.18	0.00				
	Итого	575.00	23.79	33.98	73.00	692.97	0.32	0.55	12.24	288.04	1.15	147.79	381.74	103.10	5.92	1.67	0.01				
	Комплекс 2																				
52	Салат из свёклы отварной	60	0.85	3.62	4.98	55.89	0.01	0.02	4.01	0.00	0.00	21.36	24.48	12.47	0.80	0.00	0.00				
Л*500	Биточки рубленные из птицы под соусом	80	8.04	9.07	9.50	151.79	0.06	0.08	0.03	56.00	1.68	19.20	80.45	27.48	1.44	1.06	0.00				
	Каша пшенная	150	6.84	9.19	49.20	306.87	0.23	0.17	0.00	0.00	0.28	41.25	555.75	180.00	3.71	0.99	0.00				
	Чай с молоком	200	1.52	1.35	15.90	81.83	0.04	0.16	1.33	10.00	0.00	126.60	92.80	15.40	0.41	0.00	0.00				
	Хлеб пшеничный	25	1.69	0.21	12.54	58.81	0.02	0.00	0.00	0.00	0.26	4.60	17.40	6.60	0.22	0.21	0.01				
	Хлеб ржаной	25	1.40	0.28	12.35	57.48	0.03	0.00	0.00	0.00	0.23	5.75	26.50	6.25	0.78	0.29	0.00				
	Кисломолочный продукт (йогурт 2,5 % жирно	115	3.45	3.68	4.72	65.78	0.04	0.20	0.60	0.03	0.00	122.00	96.50	14.00	0.10	0.80	9.00				
	Итого	655	23.79	27.40	109.18	778.45	0.42	0.63	5.97	66.03	2.45	340.76	893.88	262.20	7.45	3.35	9.01				
	Комплекс 3																				
47	Салат из квашенной капусты	60	1.03	3.01	5.10	51.62	0.01	0.02	11.93	0.00	0.00	31.47	20.45	9.65	0.40	0.00	0.00				
258	Мясо духовое (с картотфелем и овощами)	173	16.30	18.17	15.33	290.05	0.10	0.14	5.35	0.00	0.00	32.11	213.44	42.09	3.60	0.00	0.00				
358	Кисель из сока плодового или ягодного натур	200	0.31	0.00	39.40	158.84	0.01	0.02	2.40	0.00	0.00	22.46	18.50	7.26	0.19	0.01	0.00				
	Хлеб пшеничный	25	1.69	0.21	12.54	58.81	0.02	0.00	0.00	0.00	0.26	4.60	17.40	6.60	0.22	0.21	0.01				
	Хлеб ржаной	25	1.40	0.28	12.35	57.48	0.03	0.00	0.00	0.00	0.23	5.75	26.50	6.25	0.78	0.29	0.00				
	Кисломолочный продукт (кефир 2,5 % жирно	150	4.35	3.75	6.00	75.15	0.08	0.34	1.40	40.00	0.20	240.00	180.00	28.00	0.20	0.08	0.01				
						0.00															
	Итого	633	25.08	25.42	90.71	691.95	0.25	0.52	21.08	40.00	0.69	336.39	476.29	99.85	5.39	0.58	0.02				
	Комплекс 4																				
	Икра кабачковая	60	1.01	0.05	12.27	53.57	0.02	0.02	2.10	0.00	0.40	23.20	30.40	16.10	0.50	0.10	0.00				
234	Котлеты рыбные	80	6.92	5.54	9.61	115.98	0.05	0.07	0.51	11.80	0.24	39.47	89.34	14.57	0.71	0.31	0.00				
312	Картофельное пюре	150	3.10	4.85	20.65	138.61	0.14	0.11	18.34	0.00	0.00	37.35	87.47	28.03	1.02	0.44	0.00				
397	Какао с молоком	200	4.08	3.54	17.58	118.52	0.06	0.19	1.59	24.40	0.00	152.22	124.56	21.34	0.48	1.00	0.00				
	Хлеб ржаной	25	1.40	0.28	12.35	57.52	0.03	0.00	0.00	0.00	0.23	5.75	26.50	6.25	0.78	0.29	0.00				
	Хлеб пшеничный	25	1.69	0.21	12.54	58.81	0.02	0.00	0.00	0.00	0.26	4.60	17.40	6.60	0.22	0.21	0.01				
	Кондитерское изделие	15	1.68	1.89	18.02	95.75	0.04	0.02	0.00	10.00	0.00	4.94	18.74	6.95	0.36	0.00	0.00				
	Итого	555.00	19.86	16.37	103.01	638.76	0.35	0.41	22.54	46.20	1.13	267.53	394.41	99.84	4.07	2.34	0.01				

	Комплекс 5																				
70	Овощи натуральные соленые (помидоры)	60	0.56	0.05	1.75	9.69	0.01	0.01	5.25	0.00	0.35	5.00	17.50	7.50	0.40	0.07	0.00				
268	Шницель мясной рубленый	60	8.25	12.10	7.16	170.54	0.02	0.04	3.11	39.20	0.14	20.27	49.10	21.21	0.58	0.35	0.01				
202 / 136	Макаронные изделия отварные с овощами пр	110 / 60	4.83	5.19	26.62	172.50	0.07	0.03	2.53	0.00	0.00	18.12	47.49	16.18	0.96	0.72	0.00				
388	Напиток из плодов шиповника	200	0.30	0.00	15.20	62.00	0.02	0.02	4.00	0.00	0.20	14.00	14.00	8.00	2.80	0.00	0.00				
	Хлеб пшеничный	20	1.35	0.17	10.03	47.05	0.02	0.00	0.00	0.00	0.26	4.60	17.40	6.60	0.22	0.21	0.01				
	Хлеб ржаной	25	1.40	0.28	12.35	57.52	0.03	0.00	0.00	0.00	0.23	5.75	26.50	6.25	0.78	0.29	0.00				
	Сок натуральный	200	1.50	0.00	22.80	97.20	0.00	0.00	14.80	0.00	0.50	34.70	36.00	12.00	0.70	0.00	0.00				
	Итого	730	18.19	17.79	95.91	616.50	0.17	0.11	29.69	39.20	1.68	102.44	207.99	77.74	6.44	1.64	0.02				
	Комплекс 6																				
15	Сыр голландский (порциями)	20	5.20	5.32	0.00	68.68	0.01	0.09	0.21	0.78	0.15	264.00	150.00	10.50	0.30	1.05	0.00				
181	Каша жидкая молочная из манной крупы (с м	200 / 10	5.10	10.72	33.42	250.56	0.06	0.17	1.17	58.00	0.00	130.09	138.14	30.12	0.47	0.82	0.00				
	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.00	60.46	0.00	0.00	0.03	0.00	0.00	11.10	2.80	1.40	0.28	0.00	0.00				
	Хлеб пшеничный	40	2.70	0.34	20.06	94.10	0.04	0.01	0.00	0.00	0.44	8.00	26.00	5.60	0.44	0.00	0.00				
338	Плоды или ягоды свежие	150	0.60	0.60	14.70	66.60	0.04	0.00	15.00	0.00	0.30	24.00	16.50	13.50	3.30	0.15	0.00				
	Итого	620	13.67	17.00	83.18	540.40	0.15	0.27	16.41	58.78	0.89	437.19	333.44	61.12	4.79	2.02	0.00				
	Комплекс 7																				
45	Салат из белокачанной капусты	60	0.85	2.50	5.20	46.70	0.01	0.01	9.90	0.00	0.65	26.10	16.90	8.00	0.33	0.00	0.00				
294	Котлеты рубленные из птицы	80	11.06	10.64	11.40	185.61	0.13	0.11	0.57	34.16	0.00	37.96	50.80	14.10	2.30	0.70	0.00				
142 / 330	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3.26	12.59	22.66	216.97	0.16	0.11	19.97	25.20	0.00	32.56	89.06	31.46	1.20	0.80	0.00				
377	Чай с лимоном	200	0.13	0.02	15.20	61.50	0.00	0.00	2.83	0.00	0.00	14.20	4.40	2.40	0.36	0.00	0.00				
	Хлеб ржаной	25	1.40	0.28	12.35	57.52	0.03	0.00	0.00	0.00	0.23	5.75	26.50	6.25	0.78	0.29	0.00				
	Хлеб пшеничный	20	1.35	0.17	10.03	47.05	0.02	0.00	0.00	0.00	0.26	4.60	17.40	6.60	0.22	0.21	0.01				
	Кисломолочный продукт (йогурт 2,5 % жирн	115	3.45	3.68	4.72	65.78	0.04	0.20	0.60	0.03	0.00	122.00	96.50	14.00	0.10	0.80	9.00				
	Итого	650	21.50	29.88	81.55	681.13	0.38	0.43	33.87	59.39	1.14	243.17	301.56	82.81	5.29	2.80	9.01				
	Комплекс 8																				
70	Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	0.40	0.05	0.85	5.45	0.01	0.05	1.75	0.00	0.05	11.50	12.00	7.00	0.30	0.00	0.00				
Л 442	Говядина в кисло-сладком соусе	80	7.90	8.69	3.20	122.61	0.09	0.20	6.30	0.00	1.00	34.50	230.50	38.40	3.90	4.40	0.10				
	Каша гречневая	150	8.85	5.15	49.80	280.95	0.07	0.04	0.00	6.70	0.22	9.80	50.30	50.80	4.67	0.52	0.01				
382	Какао с молоком	200	4.08	3.54	17.58	118.52	0.06	0.19	1.59	24.40	0.40	152.22	124.56	21.34	0.48	1.01	0.00				
	Хлеб пшеничный	25	1.69	0.21	12.54	58.81	0.02	0.00	0.00	0.00	0.26	4.60	17.40	6.60	0.22	0.21	0.01				
	Хлеб ржаной	25	1.40	0.28	12.35	57.52	0.03	0.00	0.00	0.00	0.23	5.75	26.50	6.25	0.78	0.29	0.00				
	Сок натуральный	200	1.50	0.00	22.80	97.20	0.00	0.00	14.80	0.00	0.50	34.70	36.00	12.00	0.70	0.00	0.00				
	Итого	740	25.82	17.93	119.12	741.06	0.28	0.48	24.44	31.10	2.66	253.07	497.26	142.39	11.05	6.43	0.12				
	Комплекс 9																				

133	Кукуруза отварная	60	1.70	2.50	9.30	66.50	0.04	0.02	2.75	0.01	0.04	1.50	38.50	13.00	0.22	0.31	0.00				
Л 386	Рыба, запечённая под молочным соусом	100	13.14	9.12	0.67	137.30	0.10	0.09	0.83	35.53	0.00	40.80	122.96	9.69	0.78	0.29	0.00				
125	Картофель отварной	150	2.87	5.62	19.87	141.55	0.16	0.10	20.48	28.40	0.00	19.40	79.22	28.85	1.16	0.41	0.00				
	Фруктовый чай	200	9.40	0.80	78.80	360.00	0.18	0.40	1.14	20.80	0.40	232.80	29.60	15.10	5.40	0.06	0.01				
	Хлеб ржаной	25	1.40	0.28	12.35	57.52	0.03	0.00	0.00	0.00	0.23	5.75	26.50	6.25	0.78	0.29	0.00				
*414	Пирог с повидлом	60	4.70	5.60	33.30	202.40	0.06	0.04	0.00	11.40	2.40	18.60	53.40	7.80	0.78	0.00	0.00				
	Итого	595	33.21	23.92	154.28	965.27	0.57	0.65	25.19	96.13	3.07	318.85	350.18	80.69	9.13	1.35	0.01				
Комплекс 10																					
61	Салат из моркови с яблоками и курагой	60	1.70	1.30	16.50	84.50	0.01	0.08	1.90	0.00	0.00	41.40	63.40	44.30	0.99	0.28	0.00				
222	Пудинг из творога (запечённый)	160	18.20	16.92	29.20	341.88	0.10	0.26	0.42	83.80	0.00	170.72	224.08	29.82	1.18	0.96	0.00				
	Сгущеное молоко	30	0.12	0.00	15.76	63.54	0.00	0.07	0.96	0.00	0.00	8.98	7.40	2.90	0.08	0.01	0.00				
*	Напиток из сухофруктов	200	0.10	0.00	26.40	106.00	0.02	0.03	0.62	40.00	0.52	29.44	23.80	18.40	0.62	0.07	0.00				
	Хлеб пшеничный	20	1.35	0.17	10.03	47.05	0.02	0.00	0.00	0.00	0.26	4.60	17.40	6.60	0.22	0.21	0.01				
338	Плоды или ягоды свежие	120	0.50	0.50	12.25	55.50	0.03	0.00	12.50	0.00	0.25	20.00	13.75	11.25	2.75	0.13	0.00				
	Итого	590	21.97	18.89	110.14	698.47	0.19	0.44	16.40	123.80	1.03	275.14	349.83	113.27	5.83	1.65	0.01				
	Норма по СанПин																				
			Пищевые вещества			**Энергетическая ценность**	**Витамины**					**Минеральные вещества**									
			Б	**Ж**	**У**		В1	В2	С	А	Е	Кальций ((	Фосфор	Магний	Железо	Цинк (м	Йод (мг)				
	Итого за день по СанПиН		77.00	79.00	335.00	2350.00	1.20	1.40	60.00	0.70	10.00	1100.00	1650.00	250.00	12.00	10.00	0.10				
	завтрак 25 %		**19.25**	**19.75**	**83.75**	**587.50**	**0.30**	**0.35**	**15.00**	**0.18**	**2.50**	**275.00**	**412.50**	**62.50**	**3.00**	**2.50**	**0.03**				
	Фактически завтрак (СРЕДНЕЕ)		**22.69**	**22.86**	**102.01**	**704.50**	**0.31**	**0.45**	**20.78**	**84.87**	**1.59**	**272.23**	**418.66**	**112.30**	**6.54**	**2.38**	**1.82**				

№ рец.	Название	Выход, г, мл	Хлеб ржан	Хлеб пшенич	Мука пшеничн	Крупы, бобовые	Макарон. издел
	Понедельник						
131	Горох овощной отварной	60					
212	Омлет с колбасой или сосисками	150					
	Чай с сахаром	200					
	Хлеб пшеничный	20		20.0			
	Хлеб ржаной	25	25.0				
338	Плоды или ягоды свежие	120					
	Итого	575	25.0	20.0	0.0	0.0	0.0
	Вторник						
52	Салат из свёклы отварной	60					
Л *500	Биточки рубленные из птицы под соусом	80		9.0	1.0		
	Каша пшенная	150				37.5	
	Чай с молоком	200					
	Хлеб пшеничный	25		25.0			
	Хлеб ржаной	25	25.0				
	Кисломолочный продукт (йогурт 2,5 % жирности)	115					
	Итого	655	25.0	34.0	1.0	37.5	0.0
	Среда						
47	Салат из квашенной капусты	60					
258	Мясо духовое (с картотфелем и овощами)	173			2.0		
358	Кисель из сока плодового или ягодного натурального	200					
	Хлеб пшеничный	25		25.0			
	Хлеб ржаной	25	25.0				
	Кисломолочный продукт (кефир 2,5 % жирности)	150					
	Итого	633	25.0	25.0	2.0	0.0	0.0
	Четверг						
Л 78	Икра кабачковая	80					
234	Котлеты рыбные	80		22.4			
312	Картофельное пюре	150					
397	Какао с молоком	200					
	Хлеб пшеничный	25		25.0			
	Хлеб ржаной	25	25.0				
	Кондитерское изделие (печенье сахарное)	15					
	Итого	575	25.0	47.4	0.0	0.0	0.0
	Пятница						
70	Овощи натуральные солёные (помидоры)	60					
268	Шницель мясной рубленый	55 / 5		17.0			
202 / 136	Макаронные изделия отварные с овощами припущен	110 / 60					38.5
388	Напиток из плодов шиповника	200					
	Хлеб ржаной	25	25.0				
	Хлеб пшеничный	20		20.0			
	Сок натуральный	200					
	Итого	730	25.0	37.0	0.0	0.0	38.5

	Понедельник						
15	Сыр голландский (порционно)	20					
181	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом с	200 / 10				31.0	
	Чай с сахаром	200					
	Хлеб пшеничный	40		40.0			
338	Плоды или ягоды свежие	150					
	Итого	410	0.0	40.0	0.0	31.0	0.0
	Вторник						
45	Салат из белокачанной капусты	60					
294	Котлеты рубленные из птицы	80		25.0			
142 / 330	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150			1.0		
377	Чай с лимоном	200					
	Хлеб ржаной	25	25.0				
	Хлеб пшеничный	20		20.0			
	Кисломолочный продукт (кефир 2,5 % жирности)	115					
	Итого	650	25.0	45.0	1.0	0.0	0.0
	Среда						
70	Овощи натуральные солёные (огурцы)	60					
442	Говядина в кисло-сладком соусе	80		5.0			
302	Каша гречневая	150				37.5	
382	Какао с молоком	200					
	Хлеб ржаной	25	25.0				
	Хлеб пшеничный	25		25.0			
	Сок натуральный	200					
	Итого	740	25.0	30.0	0.0	37.5	0.0
	Четверг						
133	Кукуруза отварная	60					
Л386	Рыба, запечённая под молочным соусом	100			2		
311	Картофель в молоке	150			0.5		
	Фруктовый чай	200					
	Хлеб ржаной	25	25.0				
*414	Пирог с повидлом	60			31.2		
	Итого	595	25.0	0.0	33.7	0.0	0.0
	Пятница						
61	Салат из моркови с яблоками и курагой	60					
222	Пудинг из творога (запечённый)	160		6.0		12.0	
	Сгущеное молоко	30					
*	Напиток из сухофруктов	200					
	Хлеб пшеничный	20		20.0			
338	Плоды или ягоды свежие	120					
	Итого	590	0.0	26.0	0.0	12.0	0.0
	ИТОГО (меню фактически)		**200.0**	**304.4**	**37.7**	**118.0**	**38.5**
	ИТОГО (норм. за 10 дней)		200.0	280.0	37.5	112.5	37.5
Норма на 1 день по МР (завтрак 25 %)			16.7	23.3	3.1	9.4	3.1
	Отклонение (+/- 5 %)		**0.0**	**8.7**	**0.5**	**4.9**	**2.7**

	Наименование продуктов	Итого за сутки, нетто			на 1 день		
		7-11 лет		Завтрак	Обед 35 %		Завтрак
	Хлеб ржаной	80		20.0	28.0		200.0
	Хлеб пшеничный	150		37.5	52.5		375.0
	Мука пшеничная	15		3.8	5.3		37.5
	Крупы, бобовые	45		11.3	15.8		112.5
	Макаронные изделия	15		3.8	5.3		37.5
	Картофель	188		47.0	65.8		470.0
	Овощи свежие, зелень	280		70.0	98.0		700.0
	Фрукты (плоды) свежие	185		46.3	64.8		462.5
	Сухофрукты, в т.ч. шиповник	15		3.8	5.3		37.5
	Соки плодоовощные, напитки	200		50.0	70.0		500.0
	Мясо жилованное 1-й категории	70		17.5	24.5		175.0
	Субпродукты (печень, язык, сердце) Колбасные	15		3.8	5.3		37.5
	Цыплята 1 категории потрошеные (куры 1 кат.)	35		8.8	12.3		87.5
	Рыба-филе	58		14.5	20.3		145.0
	Молоко (2,5 %, 3,5 %)	300		75.0	105.0		750.0
	Кисломолочная пищевая продукция	150		37.5	52.5		375.0
	Творог (м.д. жира не более 9 %)	50		12.5	17.5		125.0
	Сыр	10		2.5	3.4		24.5
	Сметана (массовая доля жира не более 15%)	10		2.5	3.5		25.0
	Масло сливочное	30		7.5	10.5		75.0
	Масло растительное	15		3.8	5.3		37.5
	Яйцо, 1 шт.	40		10.0	14.0		100.0
	Сахар <***>	40		10.0	14.0		100.0
	Кондитерские изделия	10		2.5	3.5		25.0
	Чай	0		0.1	0.1		1.0
	Какао-порошок	1		0.3	0.4		3.0
	Кофейный напиток (по МР)	2		0.5	0.7		5.0
	Дрожжи хлебопекарные	1		0.3	0.4		2.5
	Соль пищевая поваренная йодированная	3		0.8	1.1		7.5
	Специи (по МР)	2		0.5	0.7		5.0

Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Сухофрукты	Соки	Мясо	Колбасные издедия	Птица	Рыба	Молоко	Кислмолочные	Творог	Сыр	Сметана
	61.0												
						37.5			32.6				
		120.0											
0.0	61.0	120.0	0.0	0.0	0.0	37.5	0.0	0.0	32.6	0.0	0.0	0.0	0.0
	66.0												
	5.5						37.0		13.0				
									75.0				
										115.0			
0.0	71.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	37.0	0.0	88.0	115.0	0.0	0.0	0.0
	54.6												
80.0	27.0				79.0								7.0
				100									
										150.0			
80.0	81.6	0.0	0.0	100.0	79.0	0.0	0.0	0.0	0.0	150.0	0.0	0.0	7.0
	81.0												
	5.0							60.0	15.0				
128.3									22.5				
									100.0				
128.3	86.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	60.0	137.5	0.0	0.0	0.0	0.0
	60.0												
					40.0				14.0				
	65.4												
			13.0										
				200.0									
0.0	125.4	0.0	13.0	200.0	40.0	0.0	0.0	0.0	14.0	0.0	0.0	0.0	0.0

												20.0	
									202.4				
		150.0											
0.0	0.0	150.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	202.4	0.0	0.0	20.0	0.0
	55.0												
							54.0		22.0				
133.0	12.0												6.0
		7.0											
										115.0			
133.0	67.0	7.0	0.0	0.0	0.0	0.0	54.0	0.0	22.0	115.0	0.0	0.0	6.0
	60.0												
	19.2				64.8								
									100.0				
				200.0									
0.0	79.2	0.0	0.0	200.0	64.8	0.0	0.0	0.0	100.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	61.0												
	20							85	50			4	
110									50				
		40.0											
									20				
110.0	81.0	40.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	85.0	120.0	0.0	0.0	4.0	0.0
	50.0	10.0	6.0										
			6.0								128.0		11.0
									30.0				
			13.0										
		120.0											
0.0	50.0	130.0	25.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	30.0	0.0	128.0	0.0	11.0
451.3	**702.7**	**447.0**	**38.0**	**500.0**	**183.8**	**37.5**	**91.0**	**145.0**	**746.5**	**380.0**	**128.0**	**24.0**	**24.0**
470.0	700.0	462.5	37.5	500.0	175.0	37.5	87.5	145.0	750.0	375.0	125.0	24.5	25.0
39.2	58.3	38.5	3.1	41.7	14.6	3.1	7.3	12.1	62.5	31.3	10.4	2.0	2.1
-4.0	**0.4**	**-3.4**	**1.3**	**0.0**	**5.0**	**0.0**	**4.0**	**0.0**	**-0.5**	**1.3**	**2.4**	**-2.0**	**-4.0**

на 10 дней													
Обед 35 %													
280.0													
525.0													
52.5													
157.5													
52.5													
658.0													
980.0													
647.5													
52.5													
700.0													
245.0													
52.5													
122.5													
203.0													
1050.0													
525.0													
175.0													
34.3													
35.0													
105.0													
52.5													
140.0													
140.0													
35.0													
1.4													
4.2													
7.0													
3.5													
10.5													
7.0													

Масло слив	Масло раст	Яйцо	Сахар	Конди т. издел	Чай	Какао-порош ок	Дрожж и	Соль йодир.	Специи	Крахма л
2.5										
9.2		92.4								
			10.0		0.4					
11.7	0.0	92.4	10.0	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	4.0									
3.0										
5.0										
			8.0		0.4					
8.0	4.0	0.0	8.0	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	3.0		2.5							
	5.0									
			5							10
0.0	8.0	0.0	7.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	10.0
			1.2							
5.0	5.0									
5.3										
			10.0			1.5				
				15.0						
10.3	5.0	0.0	11.2	15.0	0.0	1.5	0.0	0.0	0.0	0.0
5.0	3.0									
3.0										
			5.0							
8.0	3.0	0.0	5.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0

10.0			5.0							
			10.0		0.4					
10.0	0.0	0.0	15.0	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0
	3.0		2.0							
5.0	3.0									
5.0									0.3	
			10.0		0.4					
10.0	6.0	0.0	12.0	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0
	5.0		2.0							
5.0										
			10.0			1.5				
5.0	5.0	0.0	12.0	0.0	0.0	1.5	0.0	0.0	0.0	0.0
3.0										
5	2		2							
5										
			5.0		0.1					
3	0.5	2	1.98	10			1.5			
16.0	2.5	2.0	9.0	10.0	0.1	0.0	1.5	0.0	0.0	0.0
	2.5		8.0							
		5.0	5.0							
										5.0
			5.0							
0.0	2.5	5.0	18.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	
79.0	**36.0**	**99.4**	**107.7**	**25.0**	**1.7**	**3.0**	**1.5**	**0.0**	**0.9**	**10.0**
75.0	37.5	100.0	100.0	25.0	1.0	3.0	2.5	7.5	5.0	7.0
6.3	3.1	8.3	8.3	2.1	0.1	0.3	0.2	0.6	0.4	0.6
5.3	**-4.0**	**-0.6**	**7.7**	**0.0**	**70.0**	**0.0**	**-40.0**	**-100.0**	**-82.0**	**42.9**
										л