



**2 день****Завтрак**

2008		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,5	0	0	0,04	0,05	0,5	0	1	0
2008		КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,3	6,9	35,1	232,6	0,1	0,5	0	0,1	123,7	33,8	168,3	1,7
к/к		КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,4	4,5	19,2	138,9	0,1	0,8	0	0	169,0	30,1	134,9	0,8
к/к		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>13,51</b>	<b>11,38</b>	<b>73,6</b>	<b>451,62</b>	<b>0,21</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,17</b>	<b>224,24</b>	<b>45,99</b>	<b>254,75</b>	<b>2,7</b>

**II Завтрак**

2008		СОК фруктовый	150	0,75	0,15	14,85	64,5	0,02	3	0	0,15	10,5	6	10,5	2,1
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,5</b>	<b>0,02</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0,15</b>	<b>10,5</b>	<b>6</b>	<b>10,5</b>	<b>2,1</b>

**Обед**

2008	50	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	60	0,72	3,12	5,7	54	0,02	15,6	0,19	1,44	21,6	10,2	16,2	0,66
2008		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ , ГОВЯДИНОЙ	250/10	5,0	4,9	18,2	137,2	0,1	4,2	0,2	0,6	29,6	20,6	66,9	1,4
2008		Вермишель с мясной запеканкой	180/5	9,2	7,9	42,7	279,7	0,1	0	0	1,4	108,3	15,3	93,7	1,2
2008		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,1	0,1	24,6	100,0	0	0,7	0	0,1	12,8	5,3	5,2	0,6
к/к		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	0,1	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>23,2</b>	<b>18,08</b>	<b>70,71</b>	<b>584,8</b>	<b>0,42</b>	<b>44,18</b>	<b>6,5</b>	<b>3,58</b>	<b>139,12</b>	<b>90,55</b>	<b>431,42</b>	<b>12,2</b>

**Полдник**

2008		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	90/10	10,3	10,5	21,8	250,8	0	4,2	0,1	1,2	127,9	21,8	172,1	0,8
к/к		ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0	9,7	39,1	0	0	0	0	2,5	2	3,7	0,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>10,4</b>	<b>10,5</b>	<b>31,5</b>	<b>289,9</b>	<b>0</b>	<b>4,2</b>	<b>0,1</b>	<b>1,2</b>	<b>130,4</b>	<b>23,8</b>	<b>175,8</b>	<b>1,2</b>

<b>Всего за день:</b>				<b>43,75</b>	<b>44,95</b>	<b>166,25</b>	<b>1298,2</b>	<b>0,6</b>	<b>21,9</b>	<b>0,24</b>	<b>5,75</b>	<b>448,1</b>	<b>165,2</b>	<b>720,1</b>	<b>9,3</b>
-----------------------	--	--	--	--------------	--------------	---------------	---------------	------------	-------------	-------------	-------------	--------------	--------------	--------------	------------

<b>Среднедневная сбалансированность</b>				<b>1,1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>									
---	--	--	--	------------	----------	----------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

**3 день****Завтрак**

2008		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,5	0	0	0,04	0,05	0,5	0	1	0
2008		КАША ОВСЯНАЯ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ	130	4,5	6,5	17,5	146,9	0,1	0,4	0	0,7	92,5	31,6	114,2	0,8
к/к		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	150	3,5	2,8	15,7	102,9	0	0,6	0	0	123,0	15,7	89,0	0,2
к/к		БАТОН НАРЕЗОЙ	35	2,6	1	18	91,7	0	0	0	0	6,7	4,6	22,8	0,4

<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>10,65</b>	<b>14,45</b>	<b>51,25</b>	<b>379</b>	<b>0,1</b>	<b>1</b>	<b>0,044</b>	<b>0,75</b>	<b>222,7</b>	<b>51,9</b>	<b>227</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>															
		СОК фруктовый	150	0,75	0,15	14,85	64,5	0,02	3	0	0,15	10,5	6	10,5	2,1
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,5</b>	<b>0,02</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0,15</b>	<b>10,5</b>	<b>6</b>	<b>10,5</b>	<b>2,1</b>
<b>Обед</b>															
2008	50	САЛАТ «СВЕКОЛКА»	60	0,72	3,12	5,7	54	0,02	15,6	0,19	1,44	21,6	10,2	16,2	0,66
2008		СУП вермишелевый С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4,0	7,3	9,4	122,1	0	7,8	0,2	0,3	41,5	21,9	65,2	1,2
2008		КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70/30	11,5	10,6	10,5	184,0	0	0	0	1,1	12,5	17,7	111,5	1,8
2008		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,7	5,0	17,7	126,8	0,1	8,5	0	0,2	33,5	24,4	72,2	1
2008		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,1	0,1	24,6	100,0	0	0,7	0	0,1	12,8	5,3	5,2	0,6
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>22,16</b>	<b>26,48</b>	<b>80,42</b>	<b>651,7</b>	<b>0,22</b>	<b>23,6</b>	<b>0,21</b>	<b>3,94</b>	<b>126,4</b>	<b>85,6</b>	<b>300,2</b>	<b>6,48</b>
<b>Полдник</b>															
2008		ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,1	0	9,7	39,1	0	0	0	0	2,5	2	3,7	0,4
2008		БУЛОЧКА «ТВОРОЖНАЯ»	40	3,6	1,9	13,7	86,9	0	0	0	0,1	19,6	4,9	36,2	0,3
		ФРУКТЫ	150	0	0	12,8	51,9	0	0,5	0	0,1	7,8	2,3	1,2	0,3
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>10,7</b>	<b>7,0</b>	<b>27,9</b>	<b>222,0</b>	<b>0,4</b>	<b>1,3</b>	<b>0</b>	<b>0,2</b>	<b>218,8</b>	<b>35,1</b>	<b>216,7</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>47,41</b>	<b>50,83</b>	<b>179,87</b>	<b>1375,8</b>	<b>0,92</b>	<b>26,2</b>	<b>0,25</b>	<b>5,29</b>	<b>629,5</b>	<b>193,7</b>	<b>823,6</b>	<b>8,88</b>
<b>Среднедневная сбалансированность</b>				<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>									
<b>4 день</b>															
<b>Завтрак</b>															
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,31	2,98	0	36,52	0,01	0	0,03	0,07	88,44	3,69	50,25	0,1
2008		КАША гречневая МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,3	7,5	35,7	240,0	0,2	0,5	0	1,1	118,0	41,8	157,0	1,2
к/к		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,2	3,4	18,8	123,3	0,1	0,7	0	0	147,4	18,7	106,9	0,2
к/к		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>16,55</b>	<b>17,65</b>	<b>80,65</b>	<b>547,4</b>	<b>0,4</b>	<b>1,3</b>	<b>0,04</b>	<b>1,15</b>	<b>297,0</b>	<b>78,4</b>	<b>325,4</b>	<b>2,5</b>
<b>II Завтрак</b>															
		СОК фруктовый	150	0,75	0,15	14,85	64,5	0,02	3	0	0,15	10,5	6	10,5	2,1
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,5</b>	<b>0,02</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0,15</b>	<b>10,5</b>	<b>6</b>	<b>10,5</b>	<b>2,1</b>
<b>Обед</b>															
2008		САЛАТ из свежей капусты	60	0,72	3,12	5,7	54	0,02	15,6	0,19	1,44	21,6	10,2	16,2	0,66
2008		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	250/15/10	5,4	5,8	16,9	143,4	0,1	7,3	0,2	0,4	32,2	27,9	86,9	1,4
2008		Тушеная рыба	150	2,3	5,2	14,6	115,5	0,1	10,9	0,5	1,4	39,4	26,5	56,5	1,2

2008		КАША РИСОВАЯ	130	3,6	5,5	19,9	144,1	0	0,4	0	0,2	84,9	17,9	83,3	0,3
2008		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,9	0,18	17,71	76,9	0,02	3,58	0	0,18	12,52	7,15	12,52	2,5
к/к		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	0,1	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>26,42</b>	<b>26,50</b>	<b>77,61</b>	<b>697,5</b>	<b>0,54</b>	<b>37,88</b>	<b>0,89</b>	<b>4,52</b>	<b>158,02</b>	<b>113,45</b>	<b>439,92</b>	<b>8,26</b>
<b>Полдник</b>															
2008	434	КИСЕЛЬ ФРУКТОВЫЙ С ВИТАМИНОМ «С»	150	0,53	0,08	27,75	113,25	0,02	0	0	0,83	21	11,25	18	0,3
к/к	к/к	СЫРНИКИ СО СМЕТАННЫМ ПОДЛИВОМ	90/10	10,3	10,5	21,8	250,8	0	4,2	0,1	1,2	127,9	21,8	172,1	0,8
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>10,6</b>	<b>9,5</b>	<b>41,1</b>	<b>293,1</b>	<b>0,2</b>	<b>1,1</b>	<b>0</b>	<b>0,8</b>	<b>222,5</b>	<b>30,4</b>	<b>193,0</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>53,57</b>	<b>53,65</b>	<b>199,36</b>	<b>1538,0</b>	<b>1,14</b>	<b>40,28</b>	<b>0,93</b>	<b>6,47</b>	<b>677,52</b>	<b>222,25</b>	<b>958,32</b>	<b>11,56</b>
<b>Среднедневная сбалансированность</b>				<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>									
<b>5 день</b>															
<b>Завтрак</b>															
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	2,31	2,98	0	36,52	0,01	0	0,03	0,07	88,44	3,69	50,25	0,1
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА «ДРУЖБА»	200	6,7	8,4	23,9	197,9	0,2	0,8	0	1,4	159,8	53,1	162,8	1,5
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,2	3,4	18,8	123,3	0,1	0,7	0	0	147,4	18,7	106,9	0,2
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ С СЫРОМ	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>17,01</b>	<b>16,28</b>	<b>68,4</b>	<b>488,72</b>	<b>0,41</b>	<b>1,5</b>	<b>0,03</b>	<b>1,47</b>	<b>405,14</b>	<b>81,99</b>	<b>352,45</b>	<b>2,3</b>
<b>II Завтрак</b>															
		СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,15	14,85	64,5	0,02	3	0	0,15	10,5	6	10,5	2,1
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,5</b>	<b>0,02</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0,15</b>	<b>10,5</b>	<b>6</b>	<b>10,5</b>	<b>2,1</b>
<b>Обед</b>															
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,72	4,44	4,44	60,6	0,02	2,34	0	0	12	10,98	16,14	0,47
2008	90	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С СМЕТАНОЙ	250/10/5	4,6	7,4	14,7	147,1	0,1	10,6	0,2	0,3	46,1	29,5	82,2	1,5
2008	299	ПЛОВ	200	13,9	10,1	15,0	243,5	0,1	7,8	0	2,0	19,5	32,4	153,6	2,4
2008		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	24,8	101,9	0	0	0	0	20,0	8,3	20,3	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>21,92</b>	<b>22,34</b>	<b>73,74</b>	<b>624,5</b>	<b>0,32</b>	<b>20,74</b>	<b>0,2</b>	<b>3,1</b>	<b>103,9</b>	<b>87,88</b>	<b>302,74</b>	<b>6,27</b>
<b>Полдник</b>															
2008		ПИРОЖКИ С ПОВИДЛОЙ	150	0	0	12,8	51,9	0	0,5	0	0,1	7,8	2,3	1,2	0,3
к/к	к/к	МОЛОКО	150	4,2	4,8	7,05	87,0	0	0	0	0	2,5	2	3,7	0,4
		ПРИНИКИ	20	1,5	2	14,9	83,4	0	0	0	0	5,8	4	18	0,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>24,3</b>	<b>15,48</b>	<b>54,1</b>	<b>459,4</b>	<b>0,07</b>	<b>2,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,9</b>	<b>373,7</b>	<b>57,2</b>	<b>386,6</b>	<b>1,3</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>53,23</b>	<b>54,1</b>	<b>196,24</b>	<b>1572,62</b>	<b>0,80</b>	<b>24,34</b>	<b>0,33</b>	<b>5,47</b>	<b>882,7</b>	<b>227,07</b>	<b>1041,7</b>	<b>9,87</b>

Среднедневная сбалансированность				1,1	1,1	4									
<b>6 день</b>															
<b>Завтрак</b>															
к/к	к/к	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,5	0	0	0,04	0,05	0,5	0	1	0
к/к	к/к	Суп молочный вермишелевый	200	6,2	8,1	26,8	204,5	0,1	0,8	0	0,4	159,3	29,1	143,7	0,6
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1	0	11,5	46,5	0	0	0	0	2,5	2	3,7	0,4
2008	13	БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>10,15</b>	<b>13,75</b>	<b>64,05</b>	<b>419,5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,8</b>	<b>0,04</b>	<b>0,45</b>	<b>171,8</b>	<b>37,6</b>	<b>180,9</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>															
		СОК фруктовый	150	0,75	0,15	14,85	64,5	0,02	3	0	0,15	10,5	6	10,5	2,1
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,5</b>	<b>0,02</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0,15</b>	<b>10,5</b>	<b>6</b>	<b>10,5</b>	<b>2,1</b>
<b>Обед</b>															
к/к	к/к	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60/20	3,4	1,7	0	29	0	0	0	0,2	16	8	54	0,2
2008		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ , ГОВЯДИНОЙ	250/10	7,3	5,2	30,3	197,7	0,3	4,6	0,2	2,1	39,7	35,2	91,3	2,2
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	70	14,94	18,32	7,98	184,8	0,04	5,6	0,15	0,42	85,4	18,2	107,8	1,4
2008		КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	3,2	4,1	14,6	109,7	0	28,3	0,1	1,8	72,0	26,1	51,3	1,6
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	0,1	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>31,94</b>	<b>29,72</b>	<b>99,58</b>	<b>725,2</b>	<b>0,44</b>	<b>49,3</b>	<b>0,55</b>	<b>5,42</b>	<b>229,3</b>	<b>116,7</b>	<b>366,2</b>	<b>7,4</b>
<b>Полдник</b>															
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	0,75	0,15	14,85	64,5	0,02	3	0	0,15	10,5	6	10,5	2,1
к/к	к/к	БЛИНЫ С НАЧИНКОЙ	20	1,5	2	14,9	83,4	0	0	0	0	5,8	4	18	0,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>6,1</b>	<b>5,7</b>	<b>39,2</b>	<b>235,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0,9</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>190,0</b>	<b>24,2</b>	<b>144,0</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>48,19</b>	<b>49,17</b>	<b>202,83</b>	<b>1380,6</b>	<b>0,74</b>	<b>51,0</b>	<b>0,59</b>	<b>5,87</b>	<b>591,1</b>	<b>178,5</b>	<b>691,1</b>	<b>9,7</b>
Среднедневная сбалансированность				0,9	0,9	4									

<b>7 день</b>															
<b>Завтрак</b>															
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,6	0	1,3	7,8	0	0,8	0	0,2	3,6	3,8	11,2	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	100	9,65	15,93	1,82	189,28	0,05	0	0,18	3,28	76,44	12,74	165,62	1,82
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,4	4,5	19,2	138,9	0,1	0,8	0	0	169,0	30,1	134,9	0,8
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>19,45</b>	<b>21,93</b>	<b>48,02</b>	<b>466,98</b>	<b>0,25</b>	<b>1,6</b>	<b>0,18</b>	<b>3,48</b>	<b>258,54</b>	<b>53,14</b>	<b>344,22</b>	<b>3,22</b>
<b>II Завтрак</b>															
		СОК фруктовый	150	0,75	0,15	14,85	64,5	0,02	3	0	0,15	10,5	6	10,5	2,1

<b>Итого за прием пищи:</b>				0,75	0,15	14,85	64,5	0,02	3	0	0,15	10,5	6	10,5	2,1
<b>Обед</b>															
к/к	к/к	Сельдь с луком	60	0,5	0,1	1,5	8,4	0	6	0	0,1	13,8	8,4	25,1	0,6
2008	88	ЩИ ИЗ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/15/5	4,9	7,8	7,4	122,6	0	8,8	0,2	0,3	51,9	23,3	69,5	1,3
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	9,6	10,4	7,1	160,5	0	2,1	0	1,7	20,9	15,1	100,2	1,6
2008		КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	2,1	5,1	12,8	105,3	0	6,1	0	2,4	49,0	27,9	63,1	1,8
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,63	0,09	33,3	135,9	0,02	0	0	0,99	25,2	13,5	21,6	0,36
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	81,6	0,1	0	0	0,9	7,2	7,6	34,8	1,6
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>20,33</b>	<b>23,89</b>	<b>79,1</b>	<b>614,3</b>	<b>0,12</b>	<b>23,0</b>	<b>0,2</b>	<b>6,39</b>	<b>168,0</b>	<b>95,8</b>	<b>314,3</b>	<b>7,26</b>
<b>Полдник</b>															
2008		ВАТРУЖКА С ТВОРОГОМ	90/10	10,3	10,5	21,8	250,8	0	4,2	0,1	1,2	127,9	21,8	172,1	0,8
к/к		ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1	0	9,7	39,1	0	0	0	0	2,5	2	3,7	0,4
		ФРУКТЫ	150	0	0	12,8	51,9	0	0,5	0	0,1	7,8	2,3	1,2	0,3
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>12,3</b>	<b>9,2</b>	<b>85,3</b>	<b>474,1</b>	<b>0,1</b>	<b>0,9</b>	<b>0</b>	<b>1,5</b>	<b>127,1</b>	<b>23,8</b>	<b>122,0</b>	<b>2,1</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>52,08</b>	<b>55,02</b>	<b>212,42</b>	<b>1555,38</b>	<b>0,47</b>	<b>25,5</b>	<b>0,38</b>	<b>11,37</b>	<b>553,64</b>	<b>172,74</b>	<b>780,52</b>	<b>12,58</b>
<b>Среднедневная сбалансированность</b>				<b>0,9</b>	<b>1</b>	<b>4</b>									
<b>8 день</b>															
<b>Завтрак</b>															
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,5	0	0	0,04	0,05	0,5	0	1	0
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА «ДРУЖБА»	200	6,9	6,9	33,4	223,5	0,1	0,5	0	0,1	134,8	30,7	202,2	0,9
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,1	0	12,8	51,5	0	0	0	0	2,6	2	3,7	0,4
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>10,85</b>	<b>12,55</b>	<b>71,95</b>	<b>443,5</b>	<b>0,2</b>	<b>0,5</b>	<b>0,04</b>	<b>0,15</b>	<b>147,4</b>	<b>39,2</b>	<b>239,4</b>	<b>1,8</b>
<b>II Завтрак</b>															
		СОК фруктовый	150	0,75	0,15	14,85	64,5	0,02	3	0	0,15	10,5	6	10,5	2,1
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,5</b>	<b>0,02</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0,15</b>	<b>10,5</b>	<b>6</b>	<b>10,5</b>	<b>2,1</b>
<b>Обед</b>															
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	1,56	3,18	3,42	47,4	0,02	6,6	0,01	1,44	19,8	9,6	15,6	0,48
2008		СУП вермишелевый С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10	4,9	5,1	18,2	138,7	0,1	4,3	0,2	0,5	30,5	20,3	66,0	1,3
2008		Каша гречневая с мясной	70/30	8,1	9,5	7,8	156,1	0,1	5,0	2,1	3,6	15,4	12,3	126,0	2,4

к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	3,0	3,1	12,9	92,9	0	9,1	0,6	0,5	64,2	27,6	69,2	1,0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>20,76</b>	<b>21,18</b>	<b>70,22</b>	<b>562,3</b>	<b>0,32</b>	<b>334,6</b>	<b>2,91</b>	<b>8,24</b>	<b>280,2</b>	<b>202,5</b>	<b>379,3</b>	<b>7,98</b>
<b>Полдник</b>															
2008	435	КИСЕЛЬ фруктовый С	150	0,53	0,08	27,75	113,25	0,02	0	0	0,83	21	11,25	18	0,3
к/к	к/к	ОВОЩНОЕ РАГУ	200	4,12	3,2	6,4	139,5	0,05	0	0,04	0,36	6	3,6	22,4	0,28
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61,2	0,1	0	0	0,7	5,4	5,7	26,1	1,2
		ПРИНИКИ	20	1,5	2	14,9	83,4	0	0	0	0	5,8	4	18	0,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>27,7</b>	<b>21,8</b>	<b>57,9</b>	<b>549,9</b>	<b>0,4</b>	<b>1,6</b>	<b>0,1</b>	<b>1,0</b>	<b>363,6</b>	<b>61,8</b>	<b>410,1</b>	<b>1,8</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>59,31</b>	<b>55,53</b>	<b>200,07</b>	<b>1555,7</b>	<b>0,92</b>	<b>336,7</b>	<b>3,05</b>	<b>9,39</b>	<b>791,2</b>	<b>303,5</b>	<b>1028,8</b>	<b>13,38</b>
<b>Среднедневная сбалансированность</b>				<b>1,1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>									
<b>9 день</b>															
<b>Завтрак</b>															
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,5	0	0	0,04	0,05	0,5	0	1	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,45	4,45	0	54,5	0,01	0	0,05	0,1	132	5,5	75	0,15
2008	189	КАША гречневая МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,9	6,7	29,9	200,7	0	0,5	0	0,2	112,2	25,6	114,8	0,4
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,2	3,4	18,8	123,3	0,1	0,7	0	0	147,4	18,7	106,9	0,2
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,8	1,5	25,7	131	0,1	0	0	0	9,5	6,5	32,5	0,5
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>16,35</b>	<b>16,05</b>	<b>74,4</b>	<b>509,5</b>	<b>0,21</b>	<b>1,2</b>	<b>0,05</b>	<b>0,3</b>	<b>401,1</b>	<b>56,3</b>	<b>329,2</b>	<b>1,25</b>
<b>II Завтрак</b>															
		СОК фруктовый	150	0,75	0,15	14,85	64,5	0,02	3		0		0,15	10,5	6
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>14,85</b>	<b>64,5</b>	<b>0,02</b>	<b>3</b>	<b>0</b>	<b>0,15</b>	<b>10,5</b>	<b>6</b>	<b>10,5</b>	<b>2,1</b>
<b>Обед</b>															
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,5	0,1	1	7,8	0	3	0	0	13,8	8,4	14,4	0,4
2008		Борщ со сметаной из говядины	250/10/5	1,8	4,9	12,7	105,1	0	8,0	0,2	0,3	52,5	31,2	50,6	2,0
2008		Тушеная рыба	80	17,4	13,9	10,9	147,8	0,1	0,8	0	2,2	31,1	31,5	209,8	0,8
2008		КАША РИСОВАЯ	150	2,9	3,3	19,4	119,8	0,1	9,1	0,5	0,4	41,6	33,1	82,7	1,3
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ «С»	180	0	0	0	0	0	0	0	0	7,3	1,6	0	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71,4	0,1	0	0	0,8	6,3	6,7	30,5	1,4
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>24,9</b>	<b>22,5</b>	<b>58,8</b>	<b>451,9</b>	<b>0,3</b>	<b>20,9</b>	<b>0,7</b>	<b>3,7</b>	<b>152,6</b>	<b>112,5</b>	<b>388,0</b>	<b>5,9</b>
<b>Полдник</b>															
2008		ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	90/10	10,3	10,5	21,8	250,8	0	4,2	0,1	1,2	127,9	21,8	172,1	0,8
к/к		ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1	0	9,7	39,1	0	0	0	0	2,5	2	3,7	0,4

