

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 1-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1							
День 1							
завтрак							
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,845	6,09	19,23	151,2	94
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,075	0	11,25	45	503
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	4,36	14,8	107,9	99
	Итого за завтрак	335	7,22	10,45	45,28	304,1	
завтрак № 2							
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	0	0	0	0	0/1
	СОК ФРУКТОВЫЙ 0,125	125	0,75	0	15,15	64	418
	Итого за завтрак № 2	275	0,75		15,15	64	
о б е д							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	5,25	14,925	23,325	249	147
	АЗУ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА ГОВЯДИНЫ	80	12,691	16,786	2,619	212,364	63
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	100	3,77	0,45	19,36	96,6	297
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,24	0	32,655	98,985	239
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,08	4,92	23,5	114
	Итого за о б е д	530	25,351	32,721	96,239	750,049	
полдник							
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,125	0,975	13,05	65,25	507
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	1,82	3,13	13,48	189	469
	Итого за полдник	200	2,945	4,105	26,53	254,25	
у ж и н							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ИЗ МИНТАЯ	60	110,7	8,175	11,7	564	146
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,05	4,24	9,39	96,86	441
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,084	0	12,667	50,834	505
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	47	114
	Итого за у ж и н	330	114,354	12,575	43,597	758,694	
Итого за день		1670	150,62	59,851	226,796	2131,093	
Неделя 1							
День 2							
завтрак							
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	3,75	12,33	97,5	141
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,4	2,025	11,925	59,25	514
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	4,36	14,8	107,9	99
	Итого за завтрак	335	8,3	10,135	39,055	264,65	
завтрак № 2							
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	0	0	0	0	0/1
	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1	118
	Итого за завтрак № 2	280	0,52	0,52	12,74	61,1	
о б е д							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	1,254	2,016	7,278	52,35	85
	КОТЛЕТА ПРИПУЩЕННАЯ КУРИНАЯ	60	9	6,429	5,572	113,14	417
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	100	3,7	3,6	43,847	63	428
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,248	0,15	16,403	67,935	403
	ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115/1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,08	4,92	23,5	114
	Итого за о б е д	510	17,602	12,755	91,38	389,525	
полдник							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,77	3,25	6,24	68,9	534

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	20	1,5	1,96	14,88	83,4	609
	Итого за полдник	150	5,27	5,21	21,12	152,3	
у ж и н							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	100	13,867	13,667	18,8	258	324
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	15	1,08	1,275	8,325	49,2	490
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,075	0	11,25	45	503
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	47	114
	Итого за у ж и н	285	16,542	15,102	48,215	399,2	
Итого за день		1560	48,234	43,722	212,51	1266,775	
Неделя 1							
День 3							
завтрак							
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,29	3,795	14,13	107,85	140
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	43	2,523	10,951	14,143	153,749	105
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,059	2,659	13,184	89,167	397
	Итого за завтрак	343	9,872	17,405	41,457	350,766	
завтрак № 2							
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	0	0	0	0	0/1
	РАСТИШКА ТВОРОЖНЫЙ	100	0	0	0	0	
	Итого за завтрак № 2	250					
о б е д							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ КУДРЯВЫЙ (С ЯЙЦОМ)	150	3,375	5,25	13,05	112,95	80
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	180	13,608	13,392	35,424	316,8	375
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ЯГОДНОГО	150	1,05	0	21,75	91,667	516
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,08	4,92	23,5	114
	Итого за о б е д	530	21,433	19,202	88,504	614,517	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
полдник							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,77	3,25	6,24	68,9	534
	ПИРОЖОК ПЕЧЁНЫЙ С ДЖЕМОМ	60	3,7	3,8	29,9	138	656
	Итого за полдник	190	7,47	7,05	36,14	206,9	
ужин							
	РАГУ ОВОЩНОЕ	160	3,2	8,56	13,6	144	201
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,584	0,25	19	80,834	538
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	47	114
	Итого за ужин	330	5,304	8,97	42,44	271,834	
Итого за день		1643	44,079	52,627	208,541	1444,017	
Неделя 1 День 4							
завтрак							
	КАША ПШЁННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	3,75	12,33	97,5	233
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,075	0	11,25	45	503
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	4,36	14,8	107,9	99
	Итого за завтрак	335	5,975	8,11	38,38	250,4	
завтрак № 2							
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	0	0	0	0	0/1
	БАНАНЫ	180	2,25	0,75	31,5	144	79
	Итого за завтрак № 2	330	2,25	0,75	31,5	144	
обед							
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,225	0	0,75	4,2	14
	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	6,443	6,3	10,748	125,438	87
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ ПО-КУНЦЕВСКИ	60	12,975	8,775	8,85	166,5	404
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,05	4,24	9,39	96,86	441
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,417	0	22,5	91,667	527
	ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115/1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,08	4,92	23,5	114

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	Итого за о б е д	540	25,51	19,875	70,518	577,765	
полдник							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,77	3,25	6,24	68,9	534
	ВАФЛИ	12	0,336	0,396	9,264	42	607
	Итого за полдник	142	4,106	3,646	15,504	110,9	
ужин							
	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,78	6,48	4,08	78	82
	МЯСНЫЕ КОЛБАСКИ	60	10,68	10,5	8,58	171,6	386
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,075	0	11,25	45	503
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	47	114
	Итого за у ж и н	290	13,055	17,14	33,75	341,6	
Итого за день		1637	50,896	49,521	189,652	1424,665	
Неделя 1							
День 5							
завтрак							
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,665	4,89	23,43	156,9	227
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,4	2,025	11,925	59,25	514
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	4,36	14,8	107,9	99
	Итого за завтрак	335	9,365	11,275	50,155	324,05	
завтрак № 2							
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	0	0	0	0	0/1
	ПЮРЕ ФРУТО НЯНЯ	90	0	0	0	0	
	Итого за завтрак № 2	240					
о б е д							
	СВЕКОЛЬНИК	150	5,622	6,786	39,924	292,8	83
	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	80	12	11,645	2,845	164,978	54-2м-2020
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	3,06	4,49	20,98	139,5	248
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И СМОРОДИНЫ	150	0,225	0,075	12,9	53,25	530

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,08	4,92	23,5	114
	Итого за о б е д	530	24,307	23,556	94,929	743,628	
полдник							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,77	3,25	6,24	68,9	534
	ПРЯНИКИ	30	1,77	0	22,5	109,8	608
	Итого за полдник	160	5,54	3,25	28,74	178,7	
у ж и н							
	ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ С РИСОМ	150	6,37	4,4	8,01	97	402
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0,754	1,872	1,998	27,86	443
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,084	0	12,667	50,834	505
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	47	114
	Итого за у ж и н	340	8,728	6,432	32,515	222,694	
Итого за день		1605	47,94	44,513	206,339	1469,072	
Неделя 2							
День 1							
завтрак							
	КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	150	3,975	5,01	20,715	143,7	226
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	43	2,523	10,951	14,143	153,749	105
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,075	0	11,25	45	503
	Итого за завтрак	343	6,573	15,961	46,108	342,449	
завтрак № 2							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	46	537
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	0	0	0	0	0/1
	Итого за завтрак № 2	250	0,5	0,1	10,1	46	
о б е д							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРЕЧКОЙ	180	2,34	1,71	20,97	102,6	138
	КАПУСТА ТУШЕННАЯ С МЯСОМ	180	19,35	19,44	4,5	270	329
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ЯГОДНОГО	150	1,05	0	21,75	91,667	516

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115/1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,08	4,92	23,5	114
	Итого за о б е д	560	26,14	21,71	65,5	557,367	
полдник							
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,125	0,975	13,05	65,25	507
	КОЛБАСНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЕННЫЕ В ТЕСТЕ	60	5,94	6,66	15,48	145,2	536
	Итого за полдник	210	7,065	7,635	28,53	210,45	
у ж и н							
	ОГУРЕЦ КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	20	0,56	0	0,26	3,22	19
	КАРТОФЕЛЬ, ТУШЁНЫЙ В СОУСЕ	160	3,883	11,584	25,59	226,347	133
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,584	0,25	19	80,834	538
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	47	114
	Итого за у ж и н	350	6,547	11,994	54,69	357,401	
Итого за день		1713	46,825	57,4	204,928	1513,667	
Неделя 2							
День 2							
завтрак							
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,02	4,86	22,815	151,05	231
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,059	2,659	13,184	89,167	397
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	4,36	14,8	107,9	99
	Итого за завтрак	335	9,379	11,879	50,799	348,117	
завтрак № 2							
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	0	0	0	0	0/1
	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1	118
	Итого за завтрак № 2	280	0,52	0,52	12,74	61,1	
о б е д							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	1,38	2,55	9,075	64,8	149

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	90	19,38	15,69	1,725	225,675	288
	РИС ОТВАРНОЙ	100	2,459	4,05	22,542	137,5	419
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,417	0	22,5	91,667	527
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,08	4,92	23,5	114
	Итого за о б е д	540	27,036	22,85	74,122	612,742	
полдник							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,77	3,25	6,24	68,9	534
	КАЛАЧ ТВОРОЖНЫЙ	50	8,3	10,4	15	185,7	54-1в-2020 (от 1 до 7 лет)
	Итого за полдник	180	12,07	13,65	21,24	254,6	
у ж и н							
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ЗАПЕЧЁННЫЕ С СЫРОМ	110	6,655	5,555	18,7	151,25	301
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,125	0,975	13,05	65,25	507
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	47	114
	Итого за у ж и н	280	9,3	6,69	41,59	263,5	
Итого за день		1615	58,305	55,589	200,491	1540,059	
Неделя 2							
День 3							
завтрак							
	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,095	4,65	19,365	135,75	230
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,125	0,975	13,05	65,25	507
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	4,36	14,8	107,9	99
	Итого за завтрак	335	7,52	9,985	47,215	308,9	
завтрак № 2							
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	0	0	0	0	0/1
	ПЮРЕ ФРУТО НЯНЯ	90	0	0	0	0	
	Итого за завтрак № 2	240					
о б е д							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С	150	1,62	1,71	11,292	66,6	152

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ						
	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ("ежики")	70	8,313	13,388	9,975	193,375	395
	СВЕКЛА ТУШЁНАЯ	100	4,4	13,2	18,2	209	196
	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СМОРОДИНЫ	150	0,225	0,075	12,9	53,25	530
	ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115/1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,08	4,92	23,5	114
	Итого за обед	520	17,958	28,933	70,647	615,325	
полдник							
	СНЕЖОК	150	7,5	4,8	12,75	130,5	536
	ПРЯНИКИ	30	1,77	0	22,5	109,8	608
	Итого за полдник	180	9,27	4,8	35,25	240,3	
ужин							
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	40	0,8	2,52	3,32	39,2	42
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	7,59	1,155	9,735	80,25	307
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,084	0	12,667	50,834	505
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	47	114
	Итого за ужин	270	9,994	3,835	35,562	217,284	
Итого за день		1545	44,742	47,553	188,674	1381,809	
Неделя 2 День 4							
завтрак							
	КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	150	4,845	6,09	19,23	151,2	232
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,4	2,025	11,925	59,25	514
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,3	4,36	14,8	107,9	99
	Итого за завтрак	335	9,545	12,475	45,955	318,35	
завтрак № 2							
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	0	0	0	0	0/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	БАНАНЫ	180	2,25	0,75	31,5	144	79
	Итого за завтрак № 2	330	2,25	0,75	31,5	144	
о б е д							
	РАССОЛЬНИК «ЛЕНИНГРАДСКИЙ»	150	6,15	15,75	48,75	363,75	139
	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,68	10,5	8,58	171,6	386
	СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0,234	0,84	1,607	14,667	348
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	100	5,667	5,225	24,717	168,334	243
	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ЯГОДНОГО	150	1,05	0	21,75	91,667	516
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,08	4,92	23,5	114
	Итого за о б е д	530	27,181	32,875	123,684	903,118	
полдник							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,77	3,25	6,24	68,9	534
	ПЕЧЕНЬЕ	15	1,125	1,47	11,16	62,55	609
	Итого за полдник	145	4,895	4,72	17,4	131,45	
у ж и н							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	21,067	6,134	16,867	206,667	279
	ПОВИДЛО	10	0	0	5	20	15
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,125	0,975	13,05	65,25	507
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	47	114
	Итого за у ж и н	280	23,712	7,269	44,757	338,917	
Итого за день		1620	67,583	58,089	263,296	1835,835	
Неделя 2							
День 5							
завтрак							
	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,6	3,75	12,33	97,5	141/1
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	43	2,523	10,951	14,143	153,749	105
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,059	2,659	13,184	89,167	397

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	Итого за завтрак	343	9,182	17,36	39,657	340,416	
завтрак № 2							
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	0	0	0	0	0/1
	ЙОГУРТ "РАСТИШКА"	110	10	6,4	17	174	536
	Итого за завтрак № 2	260	10	6,4	17	174	
о б е д							
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,225	0	0,75	4,2	14
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	5,475	15	31,95	285	133
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ С КУРИНЫМ МЯСОМ	180	21,273	18,982	13,582	310,091	374
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,417	0	22,5	91,667	527
	ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115/1
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,76	0,08	4,92	23,5	114
	Итого за о б е д	560	30,79	34,542	87,062	784,058	
полдник							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	130	3,77	3,25	6,24	68,9	534
	ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,44	70	607
	Итого за полдник	150	4,33	3,91	21,68	138,9	
у ж и н							
	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	20	0,626	0,04	1,274	7,96	329
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	6,4	9,829	0,869	60,503	311
	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150	0,584	0,25	19	80,834	538
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,52	0,16	9,84	47	114
	Итого за у ж и н	270	9,13	10,279	30,983	196,297	
Итого за день		1583	63,432	72,491	196,382	1633,671	
Среднее значение за период:		1619.1	62.266	54.136	209.761	1564.067	