

16/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины (вариант1)	90	13,50	11,62	9,64	197,01	207,7	10,72	16,49	117,41	1,95	0	0	0	2,35	0,05	0,1	2,96	5,78	0,18
601	Соус сметанный с томатом.	20	0,29	0,60	1,16	11,23	10,56	4,8	0,85	3,86	0,04	1,8	9,92	7,15	0,04	0	0	0,02	0,09	0,11
2	Хлеб пшеничный	33,8	2,23	0,22	15,85	75,68	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,02	5,94	23,10	0,18	0,17	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'

Второй прием пищи ОВЗ

5	Сок	200	1,00	0,20	20,60	86,48	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,2	0,02	0,02	0,2	0,4	4
11/3	Печенье	30	7,20	3,45	13,89	116,54	201,6	24,9	24	117	3,54	0	9	1,5	0,15	0,15	0,06	0,54	16,5	0

Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'

Итого за день

7 день

Завтрак 78,30

Первый прием пищи ОВЗ

18/1	Огулец соленый (подгариновка)	20	0,16	0,02	0,49	2,80	27,64	4,51	2,74	4,7	0,12	0	5,88	1	0,02	0	0	0,02	0,04	0,98
44/3	Каша рисовая с овощами (вариант 1)	200	4,09	8,41	42,60	261,95	90,78	23,82	32,35	90,83	0,79	0	1152	213,33	3,8	0,05	0,03	0,87	2,01	0,53
16/10	Мясные гнезда (из мяса кур)	90	11,25	13,03	5,58	184,88	47,67	28,36	4,28	55,97	0,74	39,23	16,9	74,23	1,27	0,02	0,07	2,7	8,21	0,03
2	Хлеб пшеничный	36,2	2,39	0,24	16,98	81,05	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,02	5,94	23,10	0,18	0,17	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'

Второй прием пищи ОВЗ

5	Сок	200	1,00	0,20	20,60	86,48	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,2	0,02	0,02	0,2	0,4	4
---	-----	-----	------	------	-------	-------	-----	----	---	----	-----	---	---	---	-----	------	------	-----	-----	---

Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'

Итого за день

8 день

Завтрак 78,30

Первый прием пищи ОВЗ

5/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом (вариант2)	80	1,35	4,83	8,29	79,08	157,9	26,92	8,76	18,88	0,36	0	9,88	1,51	2,17	0,02	0,02	0,36	0,48	22,78
46/3	Макаронные изделия отварные	180	6,36	3,57	40,93	220,73	67,52	14,97	8,74	48,26	0,89	10,8	10,8	20,25	0,96	0,08	0,02	0,59	1,78	0
	Тефтели из говядины с рисом в соусе	90	8,78	14,86	10,45	209,35	186,8	11,24	15,3	93,75	1,31	2,11	123,77	38,08	4,33	0,04	0,06	1,8	4,03	1,04
36/59	томатном (вариант1)																			
2	Хлеб пшеничный	36,4	2,41	0,24	17,07	81,50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,05	7,25	29,48	9,89	2,53	0,68	1,23	0,06	0	0,54	0,12	0,01	0	0	0,01	0,01	0,96

Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'

Второй прием пищи ОВЗ

5	Сок	200	1,00	0,20	20,60	86,48	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,2	0,02	0,02	0,2	0,4	4
---	-----	-----	------	------	-------	-------	-----	----	---	----	-----	---	---	---	-----	------	------	-----	-----	---

Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'

Итого за день

9 день

Завтрак 78,30

Первый прием пищи ОВЗ

17/1	Салат из моркови с яблоками	60	0,69	0,09	7,57	30,59	127,8	15,15	19,89	28,59	0,58	0	6000,6	1020,51	0,22	0,03	0,04	0,53	0,6	3,5
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59	636,3	35,69	30,46	87,18	1,14	18,75	34,11	25,05	0,17	0,12	0,1	1,33	2,59	5,45
48/9	Голубцы ленивые с мясом говядины и рисом (вариант 1)	100	8,10	8,12	8,86	139,72	213,7	30,62	16,38	84,05	1,14	12,63	14,16	26,83	0,66	0,03	0,07	1,43	3,95	1,67
2	Хлеб пшеничный	22,5	1,49	0,15	10,55	50,38	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай (вариант 1)	200	0,10	0,02	5,94	23,10	0,18	0,17	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'

5	Сок	200	1,00	0,20	20,60	86,48	240	14	8	14	2,8	0	0	0	0,2	0,02	0,02	0,2	0,4	4
---	-----	-----	------	------	-------	-------	-----	----	---	----	-----	---	---	---	-----	------	------	-----	-----	---

Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'

10	день	14,49	12,24	75,59	462,85	1218	95,63	74,73	213,82	5,67	31,38	6048,9	1072,39	1,25	0,2	0,22	3,49	7,54	14,62	4
----	------	-------	-------	-------	--------	------	-------	-------	--------	------	-------	--------	---------	------	-----	------	------	------	-------	---

Завтрак 78,30

Первый прием пищи ОВЗ

788/7	Вареники с вареной картошкой	250	12,27	24,62	44,25	478,78	1,7	3,34	0,12	2,04	0,03	15	15	28,13	0,06	0	0,01	0,01	0,01	0
2	Хлеб пшеничный	22	11,45	0,14	10,32	49,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
29/10	Чай с лимоном (вариант 4)	200	0,21	0,05	7,25	29,48	9,89	2,53	0,68	1,23	0,06	0	0,54	0,12	0,01	0	0	0,01	0,01	0,96

Итого за 'Первый прием пищи ОВЗ'

13	Яблоко	170	0,68	0,68	19,72	82,76	472,6	27,2	15,3	18,7	3,74	0	51	8,5	0,34	0,05	0,03	0,51	0,68	17
----	--------	-----	------	------	-------	-------	-------	------	------	------	------	---	----	-----	------	------	------	------	------	----

Итого за 'Второй прием пищи ОВЗ'

17	Итого за день	24,61	25,49	81,54	640,27	484,2	33,08	16,1	21,97	3,82	15	66,54	36,75	0,41	0,05	0,04	0,52	0,7	17,96	17
----	---------------	-------	-------	-------	--------	-------	-------	------	-------	------	----	-------	-------	------	------	------	------	-----	-------	----

Итого за период

228,89	236,51	1005,61	7463	752,25	2247,6	61,1	265,31	20945	4148,03	48,28	2,24	1,84	42,19	105,73	180,41	0,01	0,01	0,01	0,01	0,96
--------	--------	---------	------	--------	--------	------	--------	-------	---------	-------	------	------	-------	--------	--------	------	------	------	------	------

Итого за один день

22,89	23,65	100,56	698,33	7463	752,25	2247,6	61,1	265,31	20945	4148,03	48,28	2,24	1,84	42,19	105,73	180,41	0,01	0,01	0,01	0,01	0,96
-------	-------	--------	--------	------	--------	--------	------	--------	-------	---------	-------	------	------	-------	--------	--------	------	------	------	------	------

Норма с 7 до 11 лет

Нормы по СанПиН не менее 25%

Нормы по СанПиН не менее 30%

19,25	19,75	83,75	587,50	484,2	33,08	16,1	21,97	3,82	15	66,54	36,75	0,41	0,05	0,04	0,52	0,7	17,96	17	17,96	17
-------	-------	-------	--------	-------	-------	------	-------	------	----	-------	-------	------	------	------	------	-----	-------	----	-------	----

Норма с 12 лет и старше

Нормы по СанПиН не менее 25%

Нормы по СанПиН не менее 30%

22,50	23,00	95,75	680,00	7463	752,25	2247,6	61,1	265,31	20945	4148,03	48,28	2,24	1,84	42,19	105,73	180,41	0,01	0,01	0,01	0,01	0,96
-------	-------	-------	--------	------	--------	--------	------	--------	-------	---------	-------	------	------	-------	--------	--------	------	------	------	------	------