	Полдник												
	Запеканка из рыбы с морковью	100	80	11,4	9,2	2	1,6	8	6,4	90	72	1,2	1
	Хлеб пшеничный	20	15	1,52	1,1	0,16	0,12	9,7	7,3	46,7	35	0	0
	Чай с лимоном	200	150	0,1	0,1	0	0	9,3	6,8	36	27	0,8	0,6
	Итого за прием	320	245	13,02	10,4	2,16	1,72	27	20,5	172,7	134	2	1,6
	Итого за день	1727	1358	50,3	41,52	33,8	27,84	199,1	161,2	1267	1037,1	50	40,71

8 день

	Завтрак												
	Суфле творожное	130	120	19,4	17,6	15,6	14,4	17,8	16,4	291,2	268,8	0,3	0,27
	Молоко сгущеное	30	20	2,04	1,3	2,5	1,7	16,8	11,2	99	66	0	0
14\10	Какао с молоком	200	180	3,9	3,5	3,5	3,2	24,5	22,1	135	121,2	0,5	0,5
4\13	Батон с маслом	30\10	25\5	1,85	1,55	3,9	3,9	0,07	0,07	33,1	33	0	0
	Итого за прием	400	350	27,19	23,95	25,5	23,2	59,17	49,77	558,3	489	0,8	0,77
	10-00												
	Фрукты или сок	200	200	0,8	0,8	0,6	0,6	20,5	20,5	94	94	10	10
	Итого за прием	200	200	0,8	0,8	0,6	0,6	20,5	20,5	94	94	10	10
	Обед												
513	Кукуруза консервированная порционно	30	20	0,66	0,44	0,12	0,08	3,36	2,24	17,4	11,6	1,44	0,96
30/2	Уха рыбацкая	250	150	8,5	5,1	2,6	1,6	12,2	7,3	108,8	65,2	17,2	10,3
3//8	Мясо тушёное с овощами	150	130	11,8	10,2	11,8	10,2	15	13	212,3	184	8	6,9
28/\10	Напиток из чая с соком	200	150	0,5	0,38	0,1	0,08	14,8	11,1	61	45,8	0,8	0,6
	Хлеб пшеничный	20	15	1,52	1,1	0,16	0,12	9,7	7,3	46,7	35	0	0
	Хлеб ржаной	40	30	2,64	1,98	0,48	0,36	13,3	10	68	51	0	0
	Итого за прием	690	495	25,62	19,2	15,26	12,44	68,36	50,94	514,2	392,6	27,44	18,76
	Полдник												
8\12	Сдоба обыкновенная	60	60	4,8	4,8	1,6	1,6	27,1	27,1	142	142	0	0
644,645	Молоко или кисло-молочный прод	200	150	5,8	4,3	6,4	4,8	9,4	7,05	118,4	88,8	2,6	1,95