

	Итого за прием	260	210	10,6	9,1	8	6,4	36,5	34,15	260,4	230,8	2,6	1,95
	Итого за День	1550	1255	64,21	53,05	49,36	42,64	184,53	155,4	1426,9	1206,4	40,84	31,48

9 день

	Завтрак												
16\4	Каша молочная ассорти(рис, геркулес) с маслом сливочным	200	150	5	3,7	5,9	4,4	26,4	19,8	175	132	0,5	0,4
2(2)	Бутерброд с повидлом	10\20	15\20	1,26	1,26	3,77	3,77	20	20	119	119	0,1	0,1
10\10	Чай с молоком	200	180	1,4	1,3	1,4	1,3	11,2	10,1	61	55,2	0,3	0,2
	Итого за прием	430	365	7,66	6,26	11,07	9,47	57,6	49,9	355	306,2	0,9	0,7
	10-00												
	Сок или фрукты	200	200	0,96	0,96	0,19	0,19	20,1	20,1	92	92	4	4
	Итого за прием	200	200	0,8	0,8	0,8	0,8	19,6	19,6	94	94	20	20
	Обед												
15	Икра морковная	60	40	1,3	0,9	4	2,7	6,2	4,1	65	44	2,51	1,67
11\2	Рассольник с крупной со смет.	250	150	2,3	1,4	5,6	3,3	17,4	10,4	123	74	6,7	4
9\7	Котлета рыбная	70	70	6,3	6,3	5,1	5,1	0,3	0,3	72	72	0,1	0,1
4\3	Картофельное пюре с морковью	130	100	2,4	1,9	3,6	2,7	16,7	12,8	38,2	29,4	7,1	5,5
6\10	Компот из сухофруктов	200	150	0,5	0,4	0	0	20,1	15	83	62,2	0,4	0,3
	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	770	555	16,96	13,98	18,94	14,28	83,7	59,9	495,9	367,6	16,81	11,57
	Полдник												
2\6	Омлет запеченный	100	80	9,8	7,8	13,1	10,5	1,7	1,4	164	131	0,1	0,1
	Печенье	40	40	3,2	3,2	7,2	7,2	26	26	180	180	0	0
1\10	Компот из яблок и изюма	200	150	0,3	0,2	0	0	19,3	14,5	71	53	0,1	0
	Итого за прием	340	270	13,3	11,2	20,3	17,7	47	41,9	415	364	0,2	0,1
	Итого за День	1740	1390	38,72	32,24	51,11	42,25	207,9	171,3	1359,9	1131,8	37,91	32,37

10 день