

382	Какао с молоком	200гр.	3,78	0,67	26,00	125,11	0,02	1,33		
338	Фрукт Яблоко	120гр.	0,48	0,48	11,76	53,28	0,04	12,00		0,24
	Батон	2/35гр.	6,44	0,64	40,60	198,34	0,06			
		560гр.	34,42	19,74	123,80	815,63	0,23	14,10	105,48	66,08
	обед:									
24	Салат из свежих помидоров и огурцов с луком	75гр.	0,70	4,60	2,15	52,80	0,03	13,54		2,36
82	Борщ с капустой и картофелем, с курицей	250/10/10/3гр.	4,41	7,71	11,69	134,05	0,04	8,24		1,92
288	Бефстроганов из филе птицы	50/50гр.	12,13	14,81	2,00	190,00	0,04		20,00	0,17
213	Каша рассыпчатая из гречневой крупы	150гр.	8,90	4,10	39,84	231,86	0,20			
389	Компот из свежих ягод	200гр.	0,52	0,18	24,84	116,60	0,02	59,40		0,02
	Хлеб пшеничный	1/30гр.	2,37	0,30	14,49	70,14	0,03			0,39
	Хлеб ржаной	1/30гр.	1,68	0,33	14,82	68,97	0,04			0,27
		858гр.	30,71	32,03	109,83	864,42	0,40	81,18	20,00	5,13
	Итого за десятиый день:		65,13	51,77	233,63	1680,05	0,63	95,28	125,48	71,21
	Итого за весь период		563,71	524,61	2289,87	16230,28	8,81	696,40	6121,74	466,22
	Среднее значение за период		56,37	52,46	228,99	1623,03	0,88	69,64	612,17	46,62
	Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		17,3%	24,9%	57,8%					