|  |
| --- |
| **10 ДЕНЬ (пятница)** |
| **завтрак** |
| 173/2014 | каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая | 180/4 | 7,3 | 8,8 | 32 | 238 | 123,5 | 60,7 | 1,5 | 0,18 | 0,16 | 0,46 |
| 270/2014 | кофейный напиток на молоке | 180 | 2,52 | 2,52 | 13,2 | 84 | 127,03 | 14,62 | 0,13 | 0,04 | 0,14 | 0,62 |
|   | хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,88 | 90,4 | 10,4 | 14 | 0,64 | 0,06 | 0,03 | 0 |
| 47/2008 | масло сливочное | 5 | 0,07 | 3,63 | 0,05 | 33,05 | 1,2 | 0,15 | 0,01 | 0 | 0 | 0 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| **итого за завтрак** |  | **12,93** | **15,31** | **65,13** | **445,45** | **262,13** | **89,47** | **2,28** | **0,28** | **0,33** | **1,08** |
| **итого завтрак в %** |  | **96** | **102** | **100** | **99** | **117** | **179** | **91** | **124** | **132** | **9** |
| **второй завтрак** |
|  | яблоко | **100** | **0** | **0** | **11** | **46** | **16** | **9** | **2** | **0** | **0** | **10** |
| **обед** |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| 54-27с | суп с рыбными консервами | 180 | 5,31 | 6,08 | 11,29 | 121 | 14,22 | 20,52 | 0,7 | 0,06 | 0,04 | 4,79 |
| 139/2014 | капуста тушеная | 130 | 2,86 | 4,25 | 12,22 | 97,93 | 66,69 | 25,57 | 0,98 | 0,04 | 0,05 | 21,41 |
| 128/2014 | котлеты рубленые из птицы | 70/4 | 10,5 | 14,84 | 10,64 | 219,8 | 15,3 | 15,76 | 1,25 | 0,06 | 0,07 | 0,28 |
| 276/2014 | компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,84 | 0,05 | 24,72 | 98,4 | 25,82 | 16,44 | 0,55 | 0,01 | 0,02 | 0,29 |
|   | хлеб ржаной | 50 | 3,4 | 0,6 | 23,2 | 107,5 | 15 | 23 | 1,15 | 0,08 | 0,05 | 0 |
|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
| **итого за обед** |  | **22,91** | **25,82** | **82,07** | **644,63** | **137,03** | **101,29** | **4,63** | **0,25** | **0,23** | **26,77** |
| **итого обед в %** |  | **121** | **123** | **90** | **102** | **44** | **145** | **132** | **79** | **66** | **153** |
| **полдник** |
| 75/2014 | суп молочный с макаронными изделиями | 180 | 3,96 | 3,78 | 14,31 | 107,1 | 97,64 | 12,97 | 0,29 | 0,05 | 0,12 | 0,47 |
| 268/2014 | чай с лимоном и сахаром | 180 | 0,12 | 0,04 | 5,64 | 22,8 | 2,36 | 0,66 | 0,07 | 0 | 0 | 1,01 |
|   | хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,36 | 19,88 | 90,4 | 10,4 | 14 | 0,64 | 0,06 | 0,03 | 0 |
| **итого за полдник** |  | **7,12** | **4,18** | **39,83** | **220,30** | **110,40** | **27,63** | **1,00** | **0,11** | **0,15** | **1,48** |
| **итого за полдник в %** |  | **88** | **46** | **102** | **82** | **82** | **92** | **67** | **81** | **100** | **20** |