

Третий день

комплекс горячего питания

347-18	Котлета школьная	90	13,23	9,99	11,43	189,00	0,13	0,72	22,23	0,45	43,29	133,11	18,54	1,94
256-18	Макаронные изделия отварные	150	5,55	0,68	29,56	190,45	0,06	0	0,03	0,84	13,79	3,67	1,07	0,7
459-18	Чай с лимоном	200	0,30	0,00	9,50	40,00	0,00	1,00	0,00	0,02	7,90	9,10	5,00	0,87
108-13	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,57	141,00	0,07	0,00	0,00	0,84	21,00	94,80	28,20	2,34
Итого завтрак		500	23,64	11,15	80,06	560,45	0,26	1,72	22,26	2,15	85,98	240,68	52,81	5,85
в процентном соотношении завтрак						24%								

Четвертый день

комплекс горячего питания

279	Запеканка из творога	180	37,92	11,04	30,36	372,00	0,07	0,10	0,30	39,40	330,24	29,50	137,60	0,58
481	Молоко сгущенное	40	2,88	3,40	22,20	131,20	0,02	0,3	0,02	0,4	92,1	111	16,00	0,06
589	Печенье	50	3,00	3,92	29,76	166,80	0,01	4,62	0,00	1,68	28,00	19,00	7,00	1,50
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00	0,00	1,00	0,00	0,00	7,90	9,10	5,00	0,87
111	Батон нарезной	40	3,04	1,16	20,56	104,80	0,60	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого завтрак		510	50,14	22,42	116,68	868,80	0,70	6,02	0,32	42,03	468,24	201,10	172,60	3,56
в процентном соотношении завтрак						37%								

Пятый день

комплекс горячего питания

349	Тефтели из говядины	100	9,90	10,30	8,40	166,00	0,06	2,50	0,02	0,50	19,00	153,00	21,00	2,20
429	Картофельное пюре	150	4,00	6,00	9,00	102,00	0,1	0	0,45	0,04	0,61	3,67	47,81	0,7
157	Овощи свежие	60	1,70	0,00	2,26	28,70	0,02	0,3	0,02	0,4	92,1	134	16,00	0,06
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00	0,00	1,00	0,00	0,00	7,90	9,10	5,00	0,87
108	Хлеб пшеничный	40	6,84	0,72	29,37	141,00	0,60	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого завтрак		550	25,74	19,92	62,83	531,70	0,78	3,80	0,49	1,49	129,61	332,27	96,81	4,38
в процентном соотношении завтрак						23%								

Шестой день

комплекс горячего питания

226	Каша Дружба	200	5,24	6,68	27,61	191,60	0,1	1,65	0,1	0,25	158,25	175,5	47,81	0,7
90	Бутерброд с сыром	45	6,70	9,50	9,90	153,00	0,03	0,10	0,03	0,40	15,40	185,00	20,80	0,40
112	Яблоки	150	0,60	0,00	14,70	66,00	0,02	10,50	0	0,8	2,65	35,7	8,1	3,315
457	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	15,00	62,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30
111	Батон нарезной	40	3,04	1,16	20,56	104,80	0,60	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого завтрак		635	15,98	17,34	87,77	577,40	0,75	12,25	0,13	2,00	197,30	431,70	84,71	5,27
в процентном соотношении завтрак						25%								

Седьмой день

комплекс горячего питания

371	Биточки куриные	90	13,88	8,61	7,97	165,00	0,06	2,50	0,02	0,50	19,00	153,00	21,00	2,20
202	Каша гречневая	150	5,61	5,76	9,82	187,00	0,02	0,3	0,02	0,4	92,1	134	16,00	0,06
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,00	9,50	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30
108	Хлеб пшеничный	60	6,84	0,72	29,37	141,00	0,60	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого завтрак		500	26,63	15,09	56,66	533,00	0,68	2,80	0,04	1,45	132,10	322,50	45,00	3,11
в процентном соотношении завтрак						23%								

Восьмой день

комплекс горячего питания

234	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,54	6,88	32,62	214,60	0,06	1,83	0,09	0,2	18,75	241,25	53,75	1,5
79	Масло сливочное	10	0,12	7,25	0,20	99,14	0,1	0	0,45	0,04	0,61	3,67	47,81	0,7
267	Яйцо вареное	40	3,84	3,30	0,00	51,46	0,03	0,10	0,03	0,40	15,40	185,00	20,80	0,40
464	Кофейный напиток	200	2,60	3,20	19,00	115,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30
111	Батон нарезной	60	3,04	1,16	20,56	104,80	0,60	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого завтрак		510	15,14	21,79	72,38	585,00	0,79	1,93	0,57	1,19	55,76	465,42	130,36	3,45
в процентном соотношении завтрак						25%								

Девятый день

комплекс горячего питания

157	Овощи свежие	60	1,70	0,00	2,26	28,70	0,04	1	37	4,5	121,7	146,8	27,54	0,67
341	Котлета "Пермская"	90	14,20	8,40	9,50	171,00	0,06	2,50	0,02	0,50	19,00	153,00	21,00	2,20
377	Картофельное пюре	150	4,00	6,00	9,00	102,00	0,1	0	0,45	0,04	0,61	3,67	47,81	0,7
457	Чай с сахаром	200	0,40	0,00	15,00	62,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,00	3,00	1,00	0,30
108	Хлеб пшеничный	40	0,46	0,48	29,52	141,00	0,60	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого завтрак		540	20,756	14,88	65,28	504,7	0,8	3,5	37,5	5,59	162,31	338,97	104,35	4,42
в процентном соотношении завтрак						21%								

Десятый день

комплекс горячего питания

230	Каша пшеничная молочная	200	5,46	6,20	25,82	181,00	0,06	0,77	0,00	0,70	37,10	26,00	20,00	1,26
75	Сыр полутвердый порциями	20	4,64	5,90	0,00	71,60	0,03	0,10	0,03	0,40	15,40	185,00	20,80	0,40
462	Чай каркаде	200	0,00	0,00	14,00	56,00	0,03	19,00	0,02	0,11	2,25	7,70	3,75	0,87
589-12	Пряники	50	5,90	4,70	75,00	366,00	0,08	0,00	0,00	2,40	11,00	50,00	9,00	0,80
111	Батон нарезной	40	3,04	1,16	20,56	104,80	0,60	0,00	0,00	0,55	10,00	32,50	7,00	0,55
Итого завтрак		510	19,04	17,96	135,38	779,40	0,80	19,87	0,05	4,16	75,75	301,20	60,55	3,88
в процентном соотношении завтрак						33%								
Итого за 10 дней			135,42	116,07	534,22	3857,92	5,08	42,26	61,04	17,90	1091,31	2579,48	627,27	34,86
Итого (средняя норма) за 10 дней			13,5416	11,6065	53,4215	385,792	0,508	4,226	6,1	1,79	109,131	257,948	62,727	3,486
в процентном соотношении завтрак						28%								