

СОГЛАСОВАНО  
 ст. мед. сестра 9/10/5  
 Тудкбаева И.В.  
 1.10.2024



День: День 1  
 Сезон: осень  
 Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>										
133	Каша пшеничная молочная с маслом	150	5,15	5,45	20,03	148,63	0,12	0,18	1,47	140,57	0,63
194	Чай	150	0,00	0,08	7,50	29,15	0,00	0,00	0,05	2,09	0,33
22	печенье	24	2,83	1,80	17,98	100,10	0,02	0,02	0,00	4,80	0,24
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
444	Сок	100	0,08	0,41	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2	Сухарь	12	0,12	1,92	8,40	40,26	0,02	0,06	0,00	30,00	0,24
	<b>ОБЕД</b>										
33	Щи с мясом	150	3,00	2,19	12,73	87,51	0,09	0,08	33,18	30,24	0,90
160	Соус сметанный	5	0,50	0,14	0,20	5,95	0,00	0,01	0,03	4,50	0,01
5	Вермишель с маслом	120	3,37	6,83	41,82	224,63	0,11	0,05	0,00	15,40	1,27
956	Биточек из куриной грудки	60	2,35	18,00	5,14	111,98	0,07	0,05	1,31	10,50	1,25
100	Подлива	30	1,54	0,47	2,85	27,49	0,02	0,02	0,92	2,21	0,12
211	Кисель	150	0,00	0,00	8,46	32,40	0,00	0,00	0,00	0,24	0,03
40	хлеб пшеничный	40	0,16	1,26	7,73	34,18	0,03	0,00	0,00	3,68	0,30
55	хлеб ржаной	40	0,48	2,64	13,36	69,60	0,08	0,03	0,00	14,00	1,56
	<b>ПОЛДНИК</b>										
184	Плюшка	80	4,38	6,02	43,74	240,50	0,22	0,25	0,62	30,55	0,68
201	Какао	150	2,62	2,54	11,16	77,76	0,03	0,12	0,98	92,15	0,42
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>26,58</b>	<b>49,75</b>	<b>214,20</b>	<b>1285,14</b>	<b>0,81</b>	<b>0,86</b>	<b>38,55</b>	<b>380,92</b>	<b>7,98</b>

День: День 2  
 Сезон: осень  
 Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>										
130	Каша геркулесовая молочная с маслом	150	5,46	5,13	16,83	137,33	0,12	0,18	1,47	143,31	0,66
194	Чай	150	0,00	0,08	7,50	29,15	0,00	0,00	0,05	2,09	0,33
2	Бутерброд с маслом	27	4,35	1,69	9,90	81,46	0,04	0,01	0,00	6,62	0,41
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
444	Сок	100	0,08	0,41	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
22	Сушка	20	0,24	2,14	14,24	67,80	0,03	0,01	0,00	4,80	0,32
	<b>ОБЕД</b>										
74	Свекольник с куриной грудкой	150	3,60	9,40	16,24	135,13	0,11	0,09	19,55	34,59	1,91
160	Соус сметанный	5	0,50	0,14	0,20	5,95	0,00	0,01	0,03	4,50	0,01
100	Плов с курицей	150	17,34	16,11	39,22	377,59	0,11	0,14	3,33	22,26	1,80
4	Квашенная капуста	40	0,80	0,72	2,12	18,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
210	Напиток из шиповника	150	0,11	0,26	11,10	49,73	0,00	0,02	75,00	4,73	0,26
56	хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
55	хлеб ржаной	40	0,48	2,64	13,36	69,60	0,08	0,03	0,00	14,00	1,56
	<b>ПОЛДНИК</b>										
33	Йогурт	150	4,80	7,50	5,25	102,00	0,06	0,30	0,90	183,00	0,15
22	печенье	24	2,83	1,80	17,98	100,10	0,02	0,02	0,00	4,80	0,24
20	Хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>40,99</b>	<b>51,18</b>	<b>186,36</b>	<b>1315,11</b>	<b>0,64</b>	<b>0,79</b>	<b>100,32</b>	<b>433,89</b>	<b>8,39</b>

День: День 3  
 Сезон: осень  
 Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>										
131	Каша рисовая молочная с маслом	150	4,71	4,59	21,43	146,96	0,06	0,18	1,47	137,00	0,32
194	Чай	150	0,00	0,08	7,50	29,15	0,00	0,00	0,05	2,09	0,33
2	Бутерброд с повидлом	27	0,20	1,60	9,78	43,25	0,04	0,00	0,00	4,66	0,38
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
8	Банан	130	0,65	1,95	27,30	124,80	0,05	0,07	13,00	10,40	0,78
	<b>ОБЕД</b>										
11	Суп из рыбных консервов	150	4,07	2,24	17,70	116,58	0,14	0,08	21,27	13,28	1,01
32	Гороховое пюре с маслом	120	3,13	10,54	25,39	171,92	0,00	0,00	0,00	1,00	0,01
545	Котлета мясная	60	1,60	0,71	4,24	32,68	0,02	0,00	0,00	4,08	0,20
100	Подлива	30	1,54	0,47	2,85	27,49	0,02	0,02	0,92	2,21	0,12
205	Компот из смеси сухофруктов	150	0,00	0,03	8,68	33,02	0,00	0,00	0,00	0,23	0,02

55	хлеб ржаной	40	0,48	2,64	13,36	69,60	0,08	0,03	0,00	14,00	1,56
56	хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
	<b>ПОЛДНИК</b>										
100	Макароны с маслом и сахаром	120	4,94	6,86	47,84	261,90	0,11	0,06	0,00	16,32	1,30
194	Чай	150	0,00	0,08	7,50	29,15	0,00	0,00	0,05	2,09	0,33
20	Хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>21,72</b>	<b>34,95</b>	<b>212,89</b>	<b>1171,94</b>	<b>0,59</b>	<b>0,43</b>	<b>36,75</b>	<b>216,53</b>	<b>7,11</b>

День: День 4  
Сезон: осень  
Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>										
4	Вермишель молочная с маслом	150	4,85	4,98	18,00	135,83	0,08	0,18	1,47	139,11	0,44
194	Чай	150	0,00	0,08	7,50	29,15	0,00	0,00	0,05	2,09	0,33
2	Бутерброд с маслом	27	4,35	1,69	9,90	81,46	0,04	0,01	0,00	6,62	0,41
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
669	Снежок	150	3,75	4,05	16,20	118,50	0,05	0,20	1,35	181,50	0,15
	<b>ОБЕД</b>										
87	Суп " Харчо" с курицей	150	8,73	7,44	16,42	174,15	0,11	0,11	13,55	15,83	1,20
123	Гречка с маслом	120	3,52	5,39	24,16	150,08	0,18	0,10	0,00	9,48	2,86
65	Гуляш с куриной грудкой	60	3,94	16,85	4,32	120,49	0,07	0,07	2,33	8,78	1,13
211	Кисель	150	0,00	0,00	8,46	32,40	0,00	0,00	0,00	0,24	0,03
56	хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
55	хлеб ржаной	40	0,48	2,64	13,36	69,60	0,08	0,03	0,00	14,00	1,56
	<b>ПОЛДНИК</b>										
186	Булочка сдобная	80	10,11	6,03	40,82	281,17	0,22	0,25	0,62	31,46	0,67
201	Какао	150	2,62	2,54	11,16	77,76	0,03	0,12	0,98	92,15	0,42
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>42,55</b>	<b>53,27</b>	<b>179,96</b>	<b>1313,31</b>	<b>0,89</b>	<b>1,06</b>	<b>20,34</b>	<b>505,84</b>	<b>9,57</b>

День: День 5  
Сезон: осень  
Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>										
1	Каша манная молочная с маслом	150	4,68	4,83	18,15	134,46	0,06	0,18	1,47	138,50	0,27
194	Чай	150	0,00	0,08	7,50	29,15	0,00	0,00	0,05	2,09	0,33
1	Бутерброд с сыром	31	3,38	4,10	9,76	82,43	0,04	0,03	0,07	99,53	0,49
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
444	Сок	100	0,08	0,41	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
22	печенье	24	2,83	1,80	17,98	100,10	0,02	0,02	0,00	4,80	0,24
	<b>ОБЕД</b>										
11	Суп полевой с куриной грудкой	150	3,20	9,27	15,48	127,98	0,14	0,08	12,80	13,20	1,23
104	Картофельное пюре с маслом	120	3,76	4,91	34,80	193,26	0,25	0,19	41,47	52,43	1,88
65	Гуляш из рыбы	60	8,94	9,85	15,58	182,90	0,02	0,02	1,10	3,29	0,17
210	Напиток из шиповника	150	0,11	0,26	11,10	49,73	0,00	0,02	75,00	4,73	0,26
56	хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
55	хлеб ржаной	40	0,48	2,64	13,36	69,60	0,08	0,03	0,00	14,00	1,56
	<b>ПОЛДНИК</b>										
23	Яйцо вареное	20	2,30	2,54	0,14	31,40	0,01	0,09	0,00	11,00	0,50
198	Кофейный напиток	150	2,50	2,28	11,11	75,28	0,03	0,12	0,98	90,23	0,09
20	Хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>32,66</b>	<b>46,13</b>	<b>187,38</b>	<b>1216,73</b>	<b>0,74</b>	<b>0,78</b>	<b>132,93</b>	<b>442,98</b>	<b>7,79</b>

День: День 6  
Сезон: осень  
Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>										
11	Каша гречневая с маслом и сахаром	150	3,55	6,58	32,56	188,43	0,23	0,11	0,00	11,36	3,50
65	Чай с молоком	150	2,40	2,25	11,02	74,15	0,03	0,12	1,02	92,09	0,41
22	печенье	24	2,83	1,80	17,98	100,10	0,02	0,02	0,00	4,80	0,24
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
444	Сок	100	0,08	0,41	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2	Сухарь	12	0,12	1,92	8,40	40,26	0,02	0,06	0,00	30,00	0,24
	<b>ОБЕД</b>										
55	Суп лапша с мясом	150	3,29	2,18	15,59	100,83	0,09	0,06	12,27	10,58	0,77
81	Голубцы ленивые с куриной грудкой	160	6,94	24,50	16,61	228,61	0,13	0,14	60,27	75,20	2,37
210	Напиток из шиповника	150	0,11	0,26	11,10	49,73	0,00	0,02	75,00	4,73	0,26
40	хлеб пшеничный	40	0,16	1,26	7,73	34,18	0,03	0,00	0,00	3,68	0,30
55	хлеб ржаной	40	0,48	2,64	13,36	69,60	0,08	0,03	0,00	14,00	1,56
	<b>ПОЛДНИК</b>										
164	Блины с маслом и сахаром	80	8,14	5,78	38,10	250,41	0,18	0,25	0,89	62,00	0,60
201	Какао	150	2,62	2,54	11,16	77,76	0,03	0,12	0,98	92,15	0,42
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>30,72</b>	<b>52,12</b>	<b>196,71</b>	<b>1269,06</b>	<b>0,84</b>	<b>0,92</b>	<b>150,43</b>	<b>400,57</b>	<b>10,65</b>

День: День 7  
Сезон: осень  
Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>										
130	Каша геркулесовая молочная с маслом	150	5,46	5,13	16,83	137,33	0,12	0,18	1,47	143,31	0,66
194	Чай	150	0,00	0,08	7,50	29,15	0,00	0,00	0,05	2,09	0,33
2	Бутерброд с маслом	27	4,35	1,69	9,90	81,46	0,04	0,01	0,00	6,62	0,41
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
100	Сок	100	0,08	0,41	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
22	Сушка	20	0,24	2,14	14,24	67,80	0,03	0,01	0,00	4,80	0,32
	<b>ОБЕД</b>										
67	Суп гороховый с мясом	150	3,57	2,85	14,04	99,92	0,08	0,05	12,27	8,55	0,60
87	Картофель тушеный с курицей	120	16,44	15,79	32,82	342,79	0,29	0,24	40,15	35,86	2,90
4	Квашенная капуста	40	0,80	0,72	2,12	18,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
205	Компот из смеси сухофруктов	150	0,00	0,03	8,68	33,02	0,00	0,00	0,00	0,23	0,02
56	хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
55	хлеб ржаной	40	0,48	2,64	13,36	69,60	0,08	0,03	0,00	14,00	1,56
	<b>ПОЛДНИК</b>										
157	Сырники	100	12,02	19,42	16,25	248,91	0,06	0,33	0,55	182,70	0,57
211	Кисель	150	0,00	0,00	8,46	32,40	0,00	0,00	0,00	0,24	0,03
20	Хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>43,84</b>	<b>54,06</b>	<b>176,62</b>	<b>1301,65</b>	<b>0,77</b>	<b>0,84</b>	<b>54,49</b>	<b>407,58</b>	<b>8,15</b>

День: День 8  
Сезон: осень  
Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>										
1	Каша манная молочная с маслом	150	4,68	4,83	18,15	134,46	0,06	0,18	1,47	138,50	0,27
194	Чай	150	0,00	0,08	7,50	29,15	0,00	0,00	0,05	2,09	0,33
2	Бутерброд с повидлом	27	0,20	1,60	9,78	43,25	0,04	0,00	0,00	4,66	0,38
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
85	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	0,02	10,00	16,00	2,20
	<b>ОБЕД</b>										
11	Суп из рыбных консервов	150	4,07	2,24	17,70	116,58	0,14	0,08	21,27	13,28	1,01
53	Рожки с маслом	120	3,37	6,83	41,82	224,63	0,11	0,05	0,00	15,40	1,27
94	Оладьи из печени	60	5,60	12,97	9,37	140,93	0,23	1,51	22,32	8,44	4,81
100	Подлива	30	1,54	0,47	2,85	27,49	0,02	0,02	0,92	2,21	0,12
210	Напиток из шиповника	150	0,11	0,26	11,10	49,73	0,00	0,02	75,00	4,73	0,26
43	Хлеб ржаной	20	0,06	0,33	1,67	8,70	0,01	0,00	0,00	1,75	0,20
20	Хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
	<b>ПОЛДНИК</b>										
26	Винегрет	120	4,48	3,61	22,86	147,37	0,14	0,12	26,20	52,08	2,16
194	Чай	150	0,00	0,08	7,50	29,15	0,00	0,00	0,05	2,09	0,33
43	Хлеб ржаной	20	0,06	0,33	1,67	8,70	0,01	0,00	0,00	1,75	0,20
56	хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>24,97</b>	<b>37,19</b>	<b>181,09</b>	<b>1092,58</b>	<b>0,87</b>	<b>2,00</b>	<b>157,26</b>	<b>272,16</b>	<b>14,29</b>

День: День 9  
Сезон: осень  
Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>										
133	Каша пшеничная молочная с маслом	150	5,15	5,45	20,03	148,63	0,12	0,18	1,47	140,57	0,63
194	Чай	150	0,00	0,08	7,50	29,15	0,00	0,00	0,05	2,09	0,33
2	Бутерброд с маслом	27	4,35	1,69	9,90	81,46	0,04	0,01	0,00	6,62	0,41
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
33	Йогурт	150	4,80	7,50	5,25	102,00	0,06	0,30	0,90	183,00	0,15
	<b>ОБЕД</b>										
36	Борщ с куриной грудкой	150	3,79	9,60	15,14	133,96	0,11	0,09	28,49	40,59	1,73
160	Соус сметанный	5	0,50	0,14	0,20	5,95	0,00	0,01	0,03	4,50	0,01
123	Гречка с маслом	120	3,52	5,39	24,16	150,08	0,18	0,10	0,00	9,48	2,86
66	Мясной гуляш	60	2,63	0,66	4,05	43,00	0,02	0,02	1,10	3,29	0,17
205	Компот из смеси сухофруктов	150	0,00	0,03	8,68	33,02	0,00	0,00	0,00	0,23	0,02
56	хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
55	хлеб ржаной	40	0,48	2,64	13,36	69,60	0,08	0,03	0,00	14,00	1,56
	<b>ПОЛДНИК</b>										
43	Рожки с маслом и с сыром	120	9,20	11,02	41,83	294,97	0,11	0,11	0,12	174,05	1,45
198	Кофейный напиток	150	2,50	2,28	11,11	75,28	0,03	0,12	0,98	90,23	0,09
20	Хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>37,32</b>	<b>49,64</b>	<b>180,53</b>	<b>1252,54</b>	<b>0,83</b>	<b>0,96</b>	<b>33,12</b>	<b>677,83</b>	<b>10,15</b>

День: День 10

Сезон: осень  
 Категория: Ясли

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			жиры	белки	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
	<b>ЗАВТРАК</b>										
4	Вермишель молочная с маслом	150	4,85	4,98	18,00	135,83	0,08	0,18	1,47	139,11	0,44
194	Чай	150	0,00	0,08	7,50	29,15	0,00	0,00	0,05	2,09	0,33
1	Бутерброд с сыром	31	3,38	4,10	9,76	82,43	0,04	0,03	0,07	99,53	0,49
	<b>ЗАВТРАК 2</b>										
444	Сок	100	0,08	0,41	13,10	55,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
22	печенье	24	2,83	1,80	17,98	100,10	0,02	0,02	0,00	4,80	0,24
	<b>ОБЕД</b>										
37	Рассольник с мясом	150	3,06	2,13	15,61	99,00	0,09	0,06	13,02	14,64	0,83
160	Соус сметанный	5	0,50	0,14	0,20	5,95	0,00	0,01	0,03	4,50	0,01
104	Картофельное пюре с маслом	120	3,76	4,91	34,80	193,26	0,25	0,19	41,47	52,43	1,88
59	Суфле рыбное	60	12,79	12,69	19,89	244,18	0,02	0,02	0,17	20,74	0,25
4	Квашенная капуста	40	0,80	0,72	2,12	18,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
211	Кисель	150	0,00	0,00	8,46	32,40	0,00	0,00	0,00	0,24	0,03
56	хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
55	хлеб ржаной	40	0,48	2,64	13,36	69,60	0,08	0,03	0,00	14,00	1,56
	<b>ПОЛДНИК</b>										
23	Яйцо вареное	20	2,30	2,54	0,14	31,40	0,01	0,09	0,00	11,00	0,50
201	Какао	150	2,62	2,54	11,16	77,76	0,03	0,12	0,98	92,15	0,42
20	Хлеб пшеничный	20	0,20	1,58	9,66	42,72	0,04	0,00	0,00	4,60	0,38
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>37,85</b>	<b>42,84</b>	<b>191,40</b>	<b>1260,33</b>	<b>0,71</b>	<b>0,75</b>	<b>57,25</b>	<b>464,41</b>	<b>7,73</b>

Химический состав за плановый период	Жиры, г	Белки, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	Са, мг	Fe, мг
		339,20	471,13	1907,14	12478,39	7,70	9,39	781,43	4202,70