

1 неделя									
№		Масса порции	Пищевые вещества (г.)			Энергетическая ценность, ккал.	Витамин С		
рецепта	Наименование блюда	Гр.	Белки	Жиры	Углеводы				
День первый									
Завтрак									
№42\05	Сыр порционный	20	4,6	5,8	0	72	Ca 200,0 Fe 0,14, B1 0,006 B2 0,07 C 0,18 A 26,0 Mg 11,0		
№41\05	Масло сливочное	15	0,07	8,79	0,1	80,03	A 0,12 Ca 3,3 P 2,8 Mg 0,45		
Табл. Стр.162 /05	Каша молочная вязкая рисовая с маслом	200\10	7,76	10	43,52	296	Ca 148,0 Fe 1,6, B1 0,2, C 4,8 A 1400 E 4,6		
	Крупа рисовая	44	44						
	Молоко	164	164						
	Сахар	6	6						
	Соль	0,4	0,4						
	Масло сливочное	10	10						
№942,943\05	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64	Ca 12,0, Fe 0,8 B1 0, B2 0 C 0		
	Чай заварка	1	1						
	Сахар	11	11						
Промыш.	Батон пшеничный	50	3,85	1,32	26,6	133,81	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6		
	Итого за завтрак	495	16,4	25,91	82,26	630,48			

Завтрак							
ТТК	Овощи свежие порционные	100	1,33	0,16	5,66	23,33	Ca 84,11 Fe 0,37, B1 0,04 B2 0,02, C 6,25
	Огурец свежий	102	100				
	Помидоры свежие	118	100				
№191\05	Рис отварной	150	3,22	4,23	33,54	187,65	Ca 5,89 Fe 0,539 B1 0,04 B2 0,02
	Крупа рисовая	54	54				
	Масло сливочное	7	7				
	соль	1,2	1,2				
152/05	Гуляш мясной	50/50	11,52	7,2	4,56	197,6	
	Говядина или свинина (лопаточная части, грудинка, покромка)	100	95				
	морковь						
	масло растительное	3	3				
	лук репчатый	14	12				
	тофатная паста	4	4				
	мука пшеничная	3	3				
	соль	2	2				
№241\2005	Компот из сухофруктов	200	0	0	18	60	Ca0,2,Fe 0,04
	сухофрукты	15	15				
	сахар	15	15				
Промыш.	Хлеб ржаной	50	1,15	0,2	21,65	93	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
Промыш.	Фрукты свежие	185	1,39	0,3	12,55	62	Ca 16,0 Fe 2,20, B1 0,03, B2 0,02, C 10,0
	Итого за завтрак	785	18,61	12,09	95,96	623,58	

<b>День третий</b>							
<b>Завтрак</b>							
№469\05	<b>Запеканка творожная с молоком сгущённым</b>	<b>200\20</b>	<b>16,59</b>	<b>19,93</b>	<b>45,92</b>	<b>537,28</b>	Ca 319,48 Fe 2,626 B1 .0,136, C 1,68 A 255,2E 4,97 Mg 72,98,P 0
	творог	188	187				
	манка	16	16				
	сахар	13	13				
	яйца	1\8 шт.	5				
	сметана	6	6				
	Масло сливочное	7	7				
	Молоко сгущённое	22	20				
Промыш.	<b>Сок фруктовый</b>	<b>200</b>	<b>1</b>		<b>28</b>	<b>112</b>	Ca 14,0 Fe 2,8, B1 0,02,B2 0,02, C 4,0
Промыш.	<b>Кондитерские изделия</b>	<b>30</b>	<b>1,95</b>	<b>4,33</b>	<b>21,62</b>	<b>131,62</b>	
Промыш.	<b>Батон пшеничный</b>	<b>50</b>	<b>3,85</b>	<b>1,32</b>	<b>26,6</b>	<b>133,81</b>	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>23,39</b>	<b>25,58</b>	<b>122,14</b>	<b>914,71</b>	
<b>Четвертый день</b>							
<b>Завтрак</b>							
№108\05	<b>Гороховое пюре с маслом</b>	<b>150\5</b>	<b>18,2</b>	<b>1,8</b>	<b>26,6</b>	<b>224</b>	Ca 36,36 Fe 0,39 B1 ,0,130, C 9,0 A 57,57 E 0,18 Mg 27,27,P 0,05
	горох	76	76				
	Масло сливочное	5	5				
	соль	1,2	1,2				
№50\06	<b>Бифштекс по домашнему рубленный</b>	<b>60</b>	<b>14,4</b>	<b>14,4</b>	<b>4,68</b>	<b>207,39</b>	

	Говядина без кости	80	72				
	Молоко или вода	7	7				
	Лук репчатый	9	7				
	Мука пшеничная	6	6				
	Масло растительное	7	7				
	соль	2	2				
№942,943\05	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,12</b>	<b>0</b>	<b>12,04</b>	<b>48,64</b>	Ca 12,0, Fe 0,8 B1 0, B2 0 C 0
	Чай заварка	1	1				
	Сахар	11	11				
Промыш.	<b>Фрукты свежие</b>	<b>185</b>	<b>1,39</b>	<b>0,3</b>	<b>12,55</b>	<b>62</b>	Ca 16,0 Fe 2,20, B1 0,03, B2 0,02, C 10,0
Промыш.	<b>Хлеб пшеничный в\с</b>	<b>50</b>	<b>3,85</b>	<b>1,32</b>	<b>26,6</b>	<b>133,81</b>	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>650</b>	<b>37,96</b>	<b>17,82</b>	<b>82,47</b>	<b>675,84</b>	

**День пятый**

**Завтрак**

Промыш.	<b>Овощи консервированные порционные (кукуруза, горошек зелёный)</b>	<b>30</b>	<b>0,96</b>	<b>0,06</b>	<b>1,95</b>	<b>12,01</b>	
	кукуруза консервированная	50,1	30				
№206\05	<b>Картофельное пюре</b>	<b>150</b>	<b>3,18</b>	<b>6,06</b>	<b>23,29</b>	<b>160,46</b>	Ca 36,36 Fe 0,39 B1 ,0,130, C 9,0 A 57,57 E 0,18 Mg 27,27,P 0,05
	картофель	171	127,5				
	молоко	24	22,5				
	Масло сливочное	7	7				
	соль	1,2	1,2				
№44\05	<b>Сельдь слабосоленая порционная</b>	<b>75</b>	<b>14,46</b>	<b>13,33</b>		<b>176,42</b>	Ca 48,19 Fe 0,68 ,C 2,2 A 0,01,B1 0,02,B2 0,1 PP1,32 Mg 25,0,P 162,6
	Сельдь соленая или	156	75				
	Филе сельди в масле	90	75				

№942,943\05	<b>Чай с сахаром</b>	200	0,12	0	12,04	48,64	Ca 12,0, Fe 0,8 B1 0, B2 0 C 0
	Чай заварка	1	1				
	Сахар	11	11				
Промыш.	<b>Фрукты свежие</b>	185	1,39	0,3	12,55	62	Ca 16,0 Fe 2,20, B1 0,03, B2 0,02, C 10,0
Промыш.	<b>Хлеб пшеничный в\с</b>	50	3,85	1,32	26,6	133,81	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>690</b>	<b>23,96</b>	<b>21,07</b>	<b>76,43</b>	<b>593,34</b>	

**День шестой**

**Завтрак**

№42\05	<b>Сыр порционный</b>	20	4,6	5,8	0	72	Ca 200,0 Fe 0,14, B1 0,006 B2 0,07 C 0,18 A 26,0 Mg 11,0
Табл. Стр.162 /05	<b>Каша молочная пшеничная вязкая с маслом</b>	200\10	7,6	15,26	38,02	310,52	Ca 17,63 Fe 0,98, B1 0,005 B2 0,028
	Крупа пшено	50	50				Ca 185,86 Fe 0,72 B1 0,1 C 14,36 A 0,26 E 4,6 Mg 37,24
	Молоко	164	164				
	Сахар	6	6				
	Соль	0,4	0,4				
	Масло сливочное	10	10				
№233\05	<b>Кисель плодоягодный</b>	200	0,11	0	25,83	103,74	
	Кисель концентрат	24	24				B1 0,003 B2 0,003 C 0,018 Ca 2,5 Fe0,12
	сахар	10	10				
Промыш.	<b>Батон пшеничный</b>	50	3,85	1,32	26,6	133,81	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
	<b>Итого за завтрак:</b>	<b>480</b>	<b>16,16</b>	<b>22,38</b>	<b>90,45</b>	<b>620,07</b>	

**День седьмой**

Завтрак							
ТТК	Овощи свежие порционные	100	1,33	0,16	5,66	23,33	Ca 84,11 Fe 0,37, B1 0,04 B2 0,02, C 6,25
	Огурец свежий	102	100				
	Помидоры свежие	118	100				
№194\05	<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>150/5</b>	<b>5,59</b>	<b>4,8</b>	<b>38,4</b>	<b>208,5</b>	A 0,1,C 9,12,B1 0,12,B2 0,1, PP 1,47 ,Ca 53,25, Fe 0,81, Mg 8,40
	Макаронные изделия	52,5	52,5				
	Масло сливочное	7,5	7,5				
	соль	1,2	1,2				
611\05	<b>Котлета Домашняя</b>	<b>65</b>	<b>15,71</b>	<b>15,71</b>	<b>5,1</b>	<b>223,56</b>	
	Говядина без кости	41	31				
	Свинина не жирных сортов	19,5	16,7				
	Лук репчатый	3	2,5				
	Сухари	2	2				
	Хлеб	11	11				
	Яйцо	1/40 шт	1				
	Масло растительное	2	2				
	соль	2	2				
№942,943\05	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,12</b>	<b>0</b>	<b>12,04</b>	<b>48,64</b>	Ca 12,0, Fe 0,8 B1 0, B2 0 C 0
	Чай заварка	1	1				
	Сахар	11	11				
Промыш.	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>50</b>	<b>1,15</b>	<b>0,2</b>	<b>21,65</b>	<b>93</b>	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
Промыш.	<b>Фрукты свежие</b>	<b>185</b>	<b>1,39</b>	<b>0,3</b>	<b>12,55</b>	<b>62</b>	Ca 16,0 Fe 2,20, B1 0,03, B2 0,02, C 10,0
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>755</b>	<b>25,29</b>	<b>21,17</b>	<b>95,4</b>	<b>659,03</b>	

День восьмой							
Завтрак							
№41\05	<b>Масло порционное</b>	15	0,07	8,79	0,1	80,03	Ca 200,0 Fe 0,14, B1 0,006 B2 0,07 C 0,18 A 26,0 Mg 11,0
№114\05	<b>Омлет с мясом</b>	150	21,22	21,31	3,02	288,75	Ca30,17 Fe0.065 B1 0,069 B2 0,32 C 0,025
	Яйцо	2 шт	80				
	Молоко	50	50				
	Мясо	65	48				
	Масло сливочное	8	8				
	соль	1	1				
№942,943\05	<b>Чай с сахаром</b>	200	0,12	0	12,04	48,64	Ca 12,0, Fe 0,8 B1 0, B2 0 C 0
	Чай заварка	1	1				
	Сахар	11	11				
Промыш.	<b>Хлеб пшеничный</b>	50	3,85	1,32	26,6	133,81	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
	<b>Итого за завтрак</b>	415	25,26	31,42	41,76	551,23	
День девятый							
Завтрак							
TTK	<b>Овощи свежие порционные</b>	100	1,33	0,16	5,66	23,33	Ca 84,11 Fe 0,37, B1 0,04 B2 0,02, C 6,25
	Огурец свежий	102	100				
	Помидоры свежие	118	100				
№ 206\05	<b>Картофельное пюре</b>	150	3,18	6,06	23,29	160,46	Ca 36,36 Fe 0,39, B1 0,04 B2 0,02, C 6,25
	Картофель	171	127,5				

	Молоко	24	22,5				
	Масло сливочное	7	7				
	соль	1,2	1,2				
637/05	<b>Куры отварные</b>	<b>100</b>	<b>26,02</b>	<b>16,91</b>	<b>0,83</b>	<b>222</b>	A 0,07, C 1,34, B1 0,12, B2 0,12, PP 4,57, Ca 16,9, Fe 1,24, Mg 18,3, p 143,4
	Бедро куриное отварное	130,5	130,5				
	лук репчатый	5,5	4				
	Соль	2	2				
№942,943/05	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,12</b>	<b>0</b>	<b>12,04</b>	<b>48,64</b>	Ca 12,0, Fe 0,8 B1 0, B2 0 C 0
	Чай заварка	1	1				
	Сахар	11	11				
Промыш.	<b>Фрукты свежие</b>	<b>185</b>	<b>1,39</b>	<b>0,3</b>	<b>12,55</b>	<b>62</b>	Ca 16,0 Fe 2,20, B1 0,03, B2 0,02, C 10,0
Промыш.	<b>Хлеб пшеничный в\с</b>	<b>50</b>	<b>3,85</b>	<b>1,32</b>	<b>26,6</b>	<b>133,81</b>	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>785</b>	<b>35,89</b>	<b>24,75</b>	<b>80,97</b>	<b>650,24</b>	

**День десятый**

**Завтрак**

ТТК	<b>Овощи свежие порционные</b>	<b>100</b>	<b>1,33</b>	<b>0,16</b>	<b>5,66</b>	<b>23,33</b>	Ca 84,11 Fe 0,37, B1 0,04 B2 0,02, C 6,25
	Огурец свежий	102	100				
	Помидоры свежие	118	100				
№303\1996	<b>Рыба запечённая</b>	<b>75</b>	<b>13,23</b>	<b>5,85</b>	<b>2,34</b>	<b>115,7</b>	Ca 13,49, Fe 0,37 B1 0,059 B2 0,035 0,93
	Рыба минтай или горбуша	97	89				
	Мука пшеничная	6	6				
	Масло растительное	6	6				
	соль	2	2				

№ 38\2006	<b>Рис с овощами</b>	<b>150</b>	<b>3,37</b>	<b>6,87</b>	<b>25,25</b>	<b>165,5</b>	Ca 66,0 Fe 2,, B1 0,52	C 0 A64,
	Крупа рисовая	40	40					
	морковь	28	23					
	Лук репчатый	17,5	14					
	Зеленый горошек консервированный	23	15					
	Масло сливочное	10	10					
	соль	1,2	1,2					
Промыш.	<b>Сок фруктовый</b>	<b>200</b>	<b>1</b>		<b>28</b>	<b>112</b>	Ca 14,0 Fe 2,8, B1 0,02,B2 0,02, C 4,0	
Промыш.	<b>Хлеб пшеничный в\с</b>	<b>50</b>	<b>3,85</b>	<b>1,32</b>	<b>26,6</b>	<b>133,81</b>	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6	
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>572</b>	<b>22,78</b>	<b>14,2</b>	<b>87,85</b>	<b>550,34</b>		
	<b>Итого за десять дней</b>	<b>613</b>	<b>24,57</b>	<b>21,64</b>	<b>85,57</b>	<b>646,9</b>		

**День одиннадцатый**

**Завтрак**

№ 41\05	<b>Масло порционное</b>	<b>15</b>	<b>0,07</b>	<b>8,79</b>	<b>0,1</b>	<b>80,03</b>	Ca 3,60 Fe 0,03 B1 ,0,001, C 0 A 65,56,E 0,15 Mg 0,07,, P 0,06
№424\05	<b>Яйцо вареное</b>	<b>1\40</b>	<b>4,47</b>	<b>4,05</b>	<b>0,25</b>	<b>55,26</b>	Ca 17,63 Fe 0,98, B1 0,005 B2 0,028
№421\05	<b>Макароны запечённые с сыром</b>	<b>175</b>	<b>10</b>	<b>10,6</b>	<b>38,4</b>	<b>280,5</b>	Ca 11,24 Fe 0,836, B1 0,08, B2 0,027, C 0
	Макаронные изделия	51	51				
	Масло сливочное	7	7				
	сыр	20	18				
	соль	1	1				
№942,943\05	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,12</b>	<b>0</b>	<b>12,04</b>	<b>48,64</b>	Ca 12,0, Fe 0,8 B1 0,, B2 0 C 0

	Чай заварка	1	1				
	Сахар	11	11				
Промыш.	Хлеб пшеничный в\с	50	3,85	1,32	26,6	133,81	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
	Итого за завтрак	480	18,51	24,76	77,39	598,24	

День двенадцатый

Завтрак

TTK	<b>Овощи свежие порционные</b>	<b>100</b>	<b>1,33</b>	<b>0,16</b>	<b>5,66</b>	<b>23,33</b>	Ca 84,11 Fe 0,37, B1 0,04 B2 0,02, C 6,25
	Огурец свежий	102	100				
	Помидоры свежие	118	100				
№ 206\05	<b>Картофельное пюре</b>	<b>150</b>	<b>3,18</b>	<b>6,06</b>	<b>23,29</b>	<b>160,46</b>	Ca 36,36 Fe 0,39, B1 0,04 B2 0,02, C 6,25
	Картофель	171	127,5				
	Молоко	24	22,5				
	соль	1,2	1,2				
	Масло сливочное	7	7				
№14\119\20	<b>Курица отварная запечённая с овощами и сыром</b>	<b>110</b>	<b>11,64</b>	<b>4,46</b>	<b>11,03</b>	<b>130,82</b>	A 0,04 C 0,62 B1 0,03 B2 0,19 PP2,23 Ca 61,62 Fe 0,59 Mg 28,66
	Филе куринное	110	90				
	Лук репчатый	10	8,5				
	Морковь	12,5	10				
	Масло сливочное	3	3				
	Томатная паста	3	3				
	Соль	0,4	0,4				
	Сыр	11	10				
№942,943\05	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,12</b>	<b>0</b>	<b>12,04</b>	<b>48,64</b>	Ca 12,0, Fe 0,8 B1 0, B2 0 C 0
	Чай заварка	1	1				

	Сахар	11	11				
Промыш.	<b>Фрукты свежие</b>	<b>185</b>	<b>1,39</b>	<b>0,3</b>	<b>12,55</b>	<b>62</b>	Ca 16,0 Fe 2,20, B1 0,03, B2 0,02, C 10,0
Промыш.	<b>Хлеб пшеничный в\с</b>	<b>50</b>	<b>3,85</b>	<b>1,32</b>	<b>26,6</b>	<b>133,81</b>	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>795</b>	<b>21,51</b>	<b>12,3</b>	<b>91,17</b>	<b>559,06</b>	

**День тринадцатый**

							<b>Завтрак</b>
ТТК	<b>Сыр порционный</b>	<b>20</b>	<b>4,6</b>	<b>5,8</b>	<b>0</b>	<b>72</b>	Ca 200,0 Fe 0,14 B1 ,0,006, B2 0,07, C 0,18 A 26,0,E 0 Mg 11,00
№36\05	<b>Каша молочная «Дружба» с маслом</b>	<b>200\10</b>	<b>11,6</b>	<b>9,8</b>	<b>38</b>	<b>223,97</b>	Ca 148,0 Fe 1,6 B1 ,0,2 , C 4,8 A1400 ,E4,6
	Крупа рисовая	24	24				
	Крупа пшено	24	24				
	Молоко	163	163				
	сахар	6	6				
	Масло сливочное	10	10				
	Соль	1	1				
№942,943\05	<b>Чай с сахаром</b>	<b>200</b>	<b>0,12</b>	<b>0</b>	<b>12,04</b>	<b>48,64</b>	Ca 12,0, Fe 0,8 B1 0, B2 0 C 0
	Чай заварка	1	1				
	Сахар	11	11				
Промыш.	<b>Фрукты свежие</b>	<b>185</b>	<b>1,39</b>	<b>0,3</b>	<b>12,55</b>	<b>62</b>	Ca 16,0 Fe 2,20, B1 0,03, B2 0,02, C 10,0
Промыш.	<b>Хлеб пшеничный в\с</b>	<b>50</b>	<b>3,85</b>	<b>1,32</b>	<b>26,6</b>	<b>133,81</b>	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>665</b>	<b>21,56</b>	<b>17,22</b>	<b>89,19</b>	<b>540,42</b>	

День четырнадцатый							
Завтрак							
ТТК	Овощи свежие порционные	100	1,33	0,16	5,66	23,33	Ca 84,11 Fe 0,37, B1 0,04 B2 0,02, C 6,25
	Огурец свежий	102	100				
	Помидоры свежие	118	100				
№594\05	<b>Капуста тушеная с отварным мясом (Бигус)</b>	200	18	16,88	17,1	296,2	Ca 60,50 Fe 2,27 B1 ,0,42, C 24,41 A 75,80,E 0,65 Mg 43,27, P 0
	Капуста свежая	215	172				
	Масло растительное	5	5				
	морковь	4	2,5				
	Лук репчатый	7,5	6				
	Томат паста	4	4				
	Мука пшеничная	2,2	2,2				
	сахар	3	3				
	мясо	110	81				
	соль	2	2				
№241\2005	<b>Компот из сухофруктов</b>	200	0	0	18	60	Ca 0,2, Fe 0,04
	сухофрукты	15	15				
	Сахар	15	15				
Промыш.	<b>Хлеб ржаной</b>	50	1,15	0,2	21,65	93	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
Промыш.	<b>Фрукты свежие</b>	185	1,39	0,3	12,55	62	Ca 16,0 Fe 2,20, B1 0,03, B2 0,02, C 10,0
	<b>Итого за завтрак</b>	735	21,87	17,54	74,96	534,53	

Завтрак							
Табл.№186\05	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	8,73	5,88	45,01	263,87	Ca 15,96 Fe 3,61 B1 0,19 B2 0,09C 0,04
	Крупа гречневая	50	50				
	Масло сливочное	7	12				
	соль	1,2	1,2				
№423\05	<b>Тефтели из говядины</b>	<b>60\50</b>	<b>9</b>	<b>13,9</b>	<b>10,5</b>	<b>187</b>	A 0,01 C 1,2 B1 0,07 B2 0,15 PP 3,96 Ca 13,73 Fe 2,56 Mg 21,7
	Мясо говядина	52	38				
	Лук репчатый	24,2	20				
	Масло растительное	7	9				
	Масло сливочное	2	2				
	Мука пшеничная	6,5	6,5				
	Томатная паста	2	2				
	Морковь	5	4				
	Хлеб пшеничный в\с	8	8				
	Сахар	0,7	0,7				
	соль	2	2				
Промыш.	<b>Сок фруктовый</b>	<b>200</b>	<b>1</b>		<b>28</b>	<b>112</b>	Ca 14,0 Fe 2,8, B1 0,02,B2 0,02, C 4,0
Промыш.	<b>Хлеб пшеничный в\с</b>	<b>50</b>	<b>3,85</b>	<b>1,32</b>	<b>26,6</b>	<b>133,81</b>	A 0,C 0,B1 0,06,B2 0,03, PP 0,6,Ca 10,4, Fe 0,64, Mg 13,6
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>520</b>	<b>22,58</b>	<b>21,1</b>	<b>110,11</b>	<b>696,68</b>	
	<b>Итого за пятнадцать дней</b>	<b>621,00</b>	<b>23,45</b>	<b>20,62</b>	<b>86,57</b>	<b>626,52</b>	