

	Завтрак	500	17,52	17,96	99,27	598,42	0,582	1,38	167,2	376,52	443,91	103,72	3,95	0,06	
226	Макароны с сыром 200	200	4,84	10,56	23,73	198,52	0,002	0,08	147,2	226,74	138,51	14,12	1,81	0,05	45
54-21з	Кукуруза консервированная 60	60	6,18	2,94	36	195	0,31			20,4	180,6	62,4	1,22		20
418	Кофейный напиток злаковый на молоке 200	200	3,42	3,5	11,54	91,3	0,19	1,3	20	120,18	90	14	0,12	0,01	20
18	Хлеб из муки пшеничной 40	40	3,08	0,96	28	113,6	0,08			9,2	34,8	13,2	0,8		5
	7														90
	Завтрак	500	17,45	15,78	98,49	550,51	0,383	1,63	148,84	410,96	290,42	71,98	2,397	0,03	
239	Запеканка из творога с молоком сгущенным 150/50	200	9,75	13,18	15,29	210,11	0,003	0,51	131,64	282,39	113,72	18,84	0,007	0,02	50
9	Кондитерское изделие 40	40	3,08	1,16	27,2	120	0,08			8,8	34	12,8	0,64		15
415	Компот из плодов (яблоки) 200	200	0	0	14	50	0,16	1,12	17,2	105,97	90,5	20,54	0,55	0,01	20
18	Хлеб из муки пшеничной 60	60	4,62	1,44	42	170,4	0,14			13,8	52,2	19,8	1,2		5
	8														90
	Завтрак	500	12,45	7,77	85,35	623,1	0,53	4,18	132	316,81	231,3	55,6	2,05	0,03	
199	Каша пшеничная 200	200	4,48	5,12	10,4	332,2	0,3	2,08	132	292	144	22,4	0,16	0,03	45
590	Кондитерское изделие 40	40	3,08	1,16	27,2	98	0,08			8,8	34	12,8	0,64		20
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром 200	200	0,27	0,05	5,75	22,5	0,01	2,1		2,21	1,1	0,6	0,05		20
18	Хлеб из муки пшеничной 60	60	4,62	1,44	42	170,4	0,14			13,8	52,2	19,8	1,2		5
	9														90
	Завтрак	500	23,97	5,83	143,73	620,46	0,282	1,94	259,6	365,79	340,87	77,98	5,06	0,06	
54-28м	Биточек из птицы с соусом томатным и зеленым горошком 50/20/40	110	14,56	2,19	68,2	289,42	0,009	0,64	227,6	121,98	65,42	10,56	0,75	0,05	45
245	Каша гречневая рассыпчатая 150	150	6,33	2,68	20,53	87,44	0,003		12	114,4	150,65	40,22	3,39		20
54-23гн	Отвар шиповника с сахаром 200	200	0	0	27	130	0,19	1,3	20	120,21	90	14	0,12	0,01	20
18	Хлеб из муки пшеничной 40	40	3,08	0,96	28	113,6	0,08			9,2	34,8	13,2	0,8		5
	10														90
	Завтрак	500	28,22	31,66	69,62	541,15	0,52	18,5	220	225,69	200,9	75,82	5,48	0	
	Пельмени с маслом 180	180	26,06	31,13	40,05	437,4	0,42	8,4	220	204,88	172,5	60,22	2,86		50
420	Чай 200	200	0,22	0,05	5,57	20,95	0,01	0,1		0,21			0,02		10
18	Хлеб из муки пшеничной 20	20	1,54	0,48	14	56,8	0,04			4,6	17,4	6,6	0,4		5
403	Фрукт сезонный 100	100	0,4		10	26	0,05	10		16	11	9	2,2		25
	ИТОГО	500	19,92	15,80	99,29	586,73	0,46	5,53	185,53	339,15	301,48	77,02	3,79	0,04	90