

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«КОЛОКОЛЕНКА»
ИНН 501711675
Р/С 407028383811120112
В ПАО СБЕРБАНК Г. МОСКВА
К/С 3010181010000000225, БИК 044525225
АДРЕС: 143512, МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ
Г. ИСТРА, П. ОГНИКОВО, Д. 6 КОМ. 29/1 ЭТАЖ
ТЕЛ: 8 (495) 99 46157

ООО «Колоколенка»

Утверждаю

Родькин И.И.



Рацион для детей в возрасте 7-11 лет

	Наименование	Выход, г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал	Витамины				Минеральные вещества					№ ТК (Вариант сп 1)	№ ТК фк (Вариант 2)	
							В I, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	В2, мг			I, мкг
День 1(понедельник)																		
Завтрак 1																		
1	Каша овсяная молочная	200	7,49	11,42	17,18	201,40	0,19	0,70	29,58	0,62	161,58	224,78	62,79	1,45	0,19	12,96	120209	120210
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	25,47	150,80	2,42	0,60	15,00	0,00	141,48	114,84	30,00	1,75	0,13	17,00	160103	160103
3	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
	Итого:		14,36	24,23	63,29	531,80	2,65	1,30	74,58	1,40	313,66	375,12	97,99	3,70	0,34	30,86		
Завтрак 2																		
1	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103	230103
2	Ватрушка с джемом	50	3,55	2,45	29,75	155,25	0,04	0,06	1,50	0,86	19,21	34,40	5,46	0,36	0,03	1,75	190301	190303
	Итого:		9,35	7,45	37,75	261,25	0,12	1,46	41,50	0,86	259,21	214,40	33,46	0,56	0,37	19,75		
Обед																		
1	Салат из свежы с солеными огурцами	60	0,81	4,85	4,59	65,35	0,01	5,40	0,00	2,17	20,25	23,47	12,06	0,75	0,02	3,75	100403-1	100403-1
2	Щи из свежей капусты	200	2,46	2,45	5,97	55,15	0,05	15,64	6,00	1,02	122,93	36,91	16,79	0,58	0,05	3,24	110105	110106
3	Гуляш	80	11,52	1,28	2,64	68,16	0,04	1,18	7,20	0,32	11,05	106,66	14,81	1,56	0,09	4,21	120507	120508
4	Изделия макаронные отварные	120	6,55	8,48	38,52	256,58	0,07	0,00	10,80	0,64	12,44	36,35	6,66	0,68	0,02	0,92	130401	130402
5	Кисель абрикосовый	200	0,01	0,00	36,36	144,31	0,00	0,58	0,00	0,19	8,75	9,71	2,16	0,14	0,00	0,00	160228	160219
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	Итого:		26,59	18,67	128,41	787,15	0,26	22,80	24,00	5,37	284,82	346,69	67,68	5,43	0,21	16,13		
Полдник																		
1	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00		
2	Напиток молочный	200	3,00	3,20	16,90	108,80	0,02	0,60	15,00	0,00	121,00	91,00	14,00	0,10	0,13	9,00	160236	160236
	Итого:		4,50	5,16	31,78	192,20	0,04	0,60	17,00	0,70	126,80	109,00	18,00	0,52	0,14	9,00		
Ужин																		
1	Рыба (филе) припущенная	100	19,52	0,73	0,00	84,18	0,11	1,22	12,20	1,10	428,84	622,58	36,71	0,62	0,09	164,70	120405	120405
2	Рис отварной	120	3,88	5,50	42,34	235,44	0,03	0,00	10,80	0,20	4,90	63,91	21,07	0,44	0,02	0,91	130301	130302
3	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	21,35	86,38	0,00	1,40	0,00	0,03	2,84	1,54	1,26	0,37	0,00	0,28	160217	160230
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	Итого:		26,15	15,34	83,93	579,60	0,19	2,62	53,00	1,95	492,48	756,72	66,64	2,31	0,13	168,79		
Ужин 2																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00	210106	210106
	Итого:		0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00		
	Итого за день		81,67	71,02	351,91	2386,20	3,31	62,97	210,08	10,46	1508,47	1817,23	293,67	12,61	1,22	244,53		
День 2(вторник)																		
Завтрак 1																		
1	Сырники	100	7,00	16,00	34,00	308,00	0,16	0,42	48,00	0,51	174,71	510,73	22,94	0,69	0,25	1,08	120313	120314
2	Соус шоколадный	20	0,70	1,10	2,32	21,98	0,01	0,02	0,45	0,04	6,55	17,55	9,24	0,47	0,01	0,30	140209	140202
3	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160107	160107
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
	Итого:		9,28	25,93	62,66	521,02	0,19	0,44	78,45	0,98	187,64	546,98	34,78	1,47	0,27	2,28		
Завтрак 2																		
1	Бийогурт фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104
2	Ирис	20	0,66	1,52	16,30	81,60	0,00	0,00	7,20	0,02	28,00	21,00	3,60	0,12	0,03	0,00		
	Итого:		8,86	4,52	28,10	195,60	0,06	1,20	27,20	0,02	276,00	211,00	33,60	0,32	0,33	18,00		

Обед																		
1	Сельдь с гарниром	60	2,42	3,46	8,33	74,26	0,06	5,10	1,20	1,19	18,30	70,19	14,49	0,60	0,06	5,55	100612	100612
2	Солянка	200	3,47	4,83	2,30	65,89	0,04	2,74	6,00	1,06	51,38	62,14	10,54	0,85	0,05	3,03	110205	110206
3	Котлеты рубленые из птицы	100	13,40	9,80	16,30	207,00	0,07	1,08	42,00	1,75	18,79	120,74	14,25	1,29	0,10	3,60	120613	120614
4	Пиоре картофельное	120	2,15	13,68	14,46	189,44	0,12	10,09	10,44	0,12	43,57	78,33	26,06	0,94	0,11	7,14	130101	130102
5	Напиток вишневый	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160231	160204
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	Итого:		26,68	33,36	112,34	856,59	0,39	19,01	59,64	5,16	241,92	465,00	80,55	5,44	0,35	23,32		
Полдник																		
1	Булочка	50	2,93	3,80	29,00	161,90	0,06	0,08	9,38	0,55	24,63	46,18	7,02	0,50	0,05	2,69	190102	190103
2	Какао-напиток на молоке	200	9,40	8,50	10,83	160,46	0,02	0,54	13,50	0,01	114,50	108,10	29,60	1,02	0,13	8,10	160101	160102
	Итого:		12,33	12,30	39,83	322,36	0,08	0,62	22,88	0,56	139,13	154,28	36,62	1,51	0,18	10,79		
Ужин																		
1	Печень тушенная (говяжья)	60	10,02	4,68	4,50	100,20	0,26	28,12	4091,76	0,77	172,69	298,79	15,47	5,90	1,87	11,23	120515	120516
2	Соус сметанный	20	0,32	1,12	0,98	15,28	0,01	0,05	15,00	0,08	78,66	9,27	1,41	0,05	0,01	0,96	140106	140107
3	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,08	6,52	32,61	213,39	0,17	0,00	10,80	0,36	9,53	119,99	79,99	2,69	0,08	2,36	130309	130310
4	Кисель фруктовый (ягодный) в ассортименте	200	0,61	0,06	38,24	154,66	0,01	1,20	0,00	0,06	12,62	11,90	2,40	0,91	0,01	0,00	160237	160237
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	Итого:		19,73	21,43	96,56	657,13	0,48	29,36	4147,56	1,89	329,41	508,64	106,87	10,43	1,99	17,44		
Ужин 2																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	0,03	2,80	210110	210110
	Итого:		0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	0,03	2,80		
	Итого за день		77,43	98,10	353,22	2618,50	1,25	64,63	4335,74	8,89	1196,49	1901,30	305,01	22,26	3,14	74,64		
День 3 (среда)																		
Завтрак 1																		
1	Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие с молоком (см. приложение №2)	200	7,40	6,20	40,72	248,80	0,23	1,18	64,00	0,80	281,60	525,60	22,40	1,06	0,33	94,40	120215	120215
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	5,77	0,00	0,05	0,00	0,00	160105	160105
3	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
	Итого:		8,98	15,03	67,06	439,84	0,25	1,18	94,00	1,24	291,45	550,07	25,00	1,36	0,34	95,30		
Завтрак 2																		
1	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102	230102
2	Пирожок с клюквой или сливами	50	3,50	1,20	27,50	134,80	0,05	12,67	4,01	0,51	22,26	37,34	7,07	0,50	0,04	1,72	190201	190203
	Итого:		11,30	6,20	35,90	242,80	0,05	13,27	44,01	0,51	270,26	221,34	35,07	0,70	0,30	1,72		
Обед																		
1	Салат с ветчиной	60	2,03	4,06	7,31	74,10	0,06	5,31	0,00	1,39	19,64	31,11	13,19	0,58	0,04	2,85	100510	100510
2	Борщ сибирский с говядиной	200	4,93	3,88	5,89	77,55	0,07	11,08	6,00	1,65	122,70	102,14	27,79	1,69	0,08	6,45	110103	110104
3	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	200	19,07	30,49	40,72	425,20	0,27	0,00	30,00	1,06	32,08	127,45	21,02	1,49	0,14	0,90	120529	120529
4	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	125,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238	160238
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	Итого:		31,73	40,18	123,35	899,45	0,51	68,39	36,04	5,48	295,63	405,99	81,92	6,02	0,31	14,20		
Полдник																		
1	Молоко	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105	230105
2	Гемоген обогащенный очищенным гемоглобином	20	1,20	0,60	15,14	70,80	0,01	0,00	20,00	0,00	2,00	6,60	0,40	0,12	0,04	0,00		
3	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	20	4,64	5,90	0,00	72,80	0,01	0,14	52,00	0,10	44,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102	100102
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
	Итого:		13,34	13,48	34,82	316,00	0,08	1,34	102,00	0,44	292,70	313,40	38,00	0,76	0,37	18,00		
Ужин																		
1	Рагу из мяса птицы	200	9,20	3,30	25,60	168,90	0,19	13,56	42,00	2,13	42,16	182,13	44,48	2,26	0,19	9,71	120609	120610
2	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		

3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
	Итого:		7,17	20,12	54,73	428,86	0,09	0,82	62,40	0,94	179,60	169,78	27,29	0,79	0,21	13,50		
Завтрак 2																		
1	Биоюгurt фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104
2	Булочка с шоколадом или	50	5,65	4,00	27,10	167,00	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,06	3,06	190109	190109
	Итого:		13,85	7,00	38,90	281,00	0,12	1,30	26,91	0,59	277,51	242,72	38,05	0,74	0,36	21,06		
Обед																		
1	Салат из моркови с сахаром	60	0,71	4,25	5,57	64,05	0,03	2,73	0,00	2,07	14,80	30,11	20,75	0,39	0,04	2,73	100302	100302
2	Суп из овощей	200	2,90	5,70	7,94	93,42	0,09	16,24	10,00	4,57	136,81	59,80	23,77	0,87	0,08	5,24	110305	110306
3	Биточки рубленые куриные	100	12,40	6,90	10,20	152,50	0,08	1,29	48,50	1,31	42,32	146,87	17,86	1,37	0,13	5,70	120611	120612
4	Рис отварной	120	3,88	5,50	42,34	235,44	0,03	0,00	10,80	0,20	4,90	63,91	21,07	0,44	0,02	0,91	130301	130302
5	Напиток клубничный	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	20,16	0,00	0,07	2,88	2,40	1,68	0,26	0,01	0,00	160232	160205
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	Итого:		24,01	23,73	127,11	819,01	0,30	40,42	69,30	9,08	261,09	386,69	95,32	4,44	0,30	16,58		
Полдник																		
1	Напиток молочный	200	3,00	3,20	16,90	108,80	0,02	0,60	15,00	0,00	121,00	91,00	14,00	0,10	0,13	9,00	160236	160236
2	Кекс с цукатами или Кекс творожный	50	1,30	8,75	27,20	200,55	0,04	0,03	30,01	0,53	12,73	37,75	5,82	0,53	0,06	2,97	170607	170603
	Итого:		4,30	11,95	44,10	309,35	0,06	0,63	45,01	0,53	133,73	128,75	19,82	0,63	0,19	11,97		
Ужин																		
1	Тефтели рубленые из говядины	80	9,88	5,76	13,16	144,00	0,05	2,69	10,44	2,19	32,49	121,15	16,81	1,60	0,09	5,32	120519	120520
2	Рагу из овощей	120	2,28	2,76	13,08	86,28	0,09	9,28	0,00	2,82	21,65	56,76	26,12	0,87	0,07	4,45	130203	130204
3	Напиток фруктовый	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160117	160117
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	Итого:		14,86	17,57	62,46	467,72	0,19	11,96	40,44	5,63	110,51	246,61	50,53	3,39	0,19	12,67		
Ужин 2																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	180	1,62	0,36	14,58	77,40	0,07	108,00	0,00	0,36	61,20	41,40	23,40	0,54	0,05	3,60	210102	210102
	Итого:		1,62	0,36	14,58	77,40	0,07	108,00	0,00	0,36	61,20	41,40	23,40	0,54	0,05	3,60		
	Итого за день		65,81	80,73	341,89	2383,34	0,84	163,13	244,06	17,13	1023,65	1215,94	254,42	10,54	1,30	79,38		
День 9 (вторник)																		
Завтрак 1																		
1	Омлет натуральный, запеченный	150	15,02	8,04	10,75	175,37	0,09	0,27	15,86	0,71	118,07	257,80	19,88	2,87	0,56	26,82	120301	120322
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	25,47	150,80	2,42	0,60	15,00	0,00	141,48	114,84	30,00	1,75	0,13	17,00	160103	160103
3	Изделие деликатесное из мяса (ветчина)	30	6,78	6,27	0,00	83,55	0,00	0,00	0,00	0,00	3,60	0,00	10,50	0,78	0,00	2,10	100101	100101
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
	Итого:		27,17	26,54	46,58	536,92	2,53	0,87	60,86	1,15	269,05	391,34	62,98	5,66	0,70	46,82		
Завтрак 2																		
1	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102	230102
2	Мармелад	36	0,04	0,00	28,58	115,56	0,00	0,00	0,00	0,00	1,44	0,36	0,72	0,14	0,00	0,00		
	Итого:		7,84	5,00	36,98	223,56	0,00	0,60	40,00	0,00	249,44	184,36	28,72	0,34	0,26	0,00		
Обед																		
1	Салат из свеклы и зеленого горошка	60	0,95	6,06	4,88	77,76	0,02	5,70	0,00	2,70	28,78	25,88	12,51	0,76	0,02	3,87	100402	100402
2	Суп крестьянский с крупой	200	2,71	3,59	8,25	75,52	0,05	12,52	6,00	1,97	111,55	59,28	17,57	0,64	0,05	2,92	110322	110323
3	Гуляш из мяса птицы	80	9,88	3,20	2,72	79,20	0,03	1,68	30,40	0,05	9,40	70,24	9,09	0,73	0,07	2,62	120601	120602
4	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,08	6,52	32,61	213,39	0,17	0,00	10,80	0,36	9,53	119,99	79,99	2,69	0,08	2,36	130309	130310
5	Напиток смородина	200	0,14	0,02	33,48	132,00	0,00	9,60	0,00	0,10	5,76	3,84	3,36	0,17	0,00	0,00	160229	160207
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	Итого:		23,88	20,77	112,37	729,07	0,34	29,50	47,20	6,03	224,42	362,83	132,71	6,09	0,24	13,76		
Полдник																		
1	Брускетта	50	5,85	3,10	18,25	124,30	0,06	1,37	33,29	0,66	39,81	99,71	11,52	0,73	0,07	2,08	230464	190216
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	5,77	0,00	0,05	0,00	0,00	160105	160105

Итого:			5,85	3,10	34,23	188,14	0,06	1,37	33,29	0,66	43,76	105,47	11,52	0,77	0,07	2,08		
Ужин																		
1	Говядина отварная	80	16,88	1,84	1,44	89,84	0,07	0,00	0,00	0,50	12,63	233,42	27,37	3,36	0,19	8,68	120509	120510
2	Соус томатный	30	0,48	0,00	2,10	16,77	0,01	3,56	3,15	0,11	2,77	7,49	4,53	0,21	0,02	0,20	140101	140102
3	Изделия макаронные отварные	120	6,55	8,48	38,52	256,58	0,07	0,00	10,80	0,64	12,44	36,35	6,66	0,68	0,02	0,92	130401	130402
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
Итого:			28,61	19,57	82,50	628,79	0,22	7,56	43,95	2,06	97,74	359,95	54,16	7,93	0,26	12,71		
Ужин 2																		
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00	210106	210106
Итого:			0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00		
Итого за день			94,07	75,17	319,42	2340,68	3,20	74,10	225,31	10,08	915,90	1419,26	299,99	20,89	1,56	75,37		
День 10 (среда)																		
Завтрак 1																		
1	Каша овсяная молочная	200	7,49	11,42	17,18	201,40	0,19	0,70	29,58	0,62	161,58	224,78	62,79	1,45	0,19	12,96	120209	120210
2	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	16,10	65,20	0,00	1,60	0,00	0,01	5,55	6,65	0,48	0,07	0,00	0,00	160106	160106
3	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
4	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	20	4,64	5,90	0,00	72,80	0,01	0,14	52,00	0,10	44,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102	100102
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
Итого:			13,75	26,16	43,64	466,60	0,22	2,44	111,58	1,16	217,03	358,12	72,87	1,98	0,27	13,86		
Завтрак 2																		
1	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103	230103
2	Кекс с шоколадом	50	3,45	11,00	24,00	208,80	0,05	0,00	30,01	0,56	17,22	70,87	25,62	1,65	0,07	3,20	170604	170605
Итого:			9,25	16,00	32,00	314,80	0,13	1,40	70,01	0,56	257,22	250,87	53,62	1,85	0,41	21,20		
Обед																		
1	Салат из моркови и свежих огурцов	60	1,08	4,47	7,08	73,07	0,05	4,37	0,00	1,98	14,03	36,61	16,15	0,51	0,04	2,48	100307-1	100307-1
2	Суп куриный	200	7,30	3,30	7,80	90,10	0,06	5,23	9,43	1,06	19,97	58,85	17,46	0,79	0,06	3,33	110303	110304
3	Рыба (филе) припущенная	100	19,52	0,73	0,00	84,18	0,11	1,22	12,20	1,10	428,84	622,58	36,71	0,62	0,09	164,70	120405	120405
4	Пюре картофельное	120	2,15	13,68	14,46	189,44	0,12	10,09	10,44	0,12	43,57	78,33	26,06	0,94	0,11	7,14	130101	130102
5	Напиток вишневый	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160231	160204
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
Итого:			34,17	23,56	90,40	710,40	0,42	20,91	32,07	5,13	566,29	879,96	106,58	4,01	0,31	179,65		
Подник																		
1	Пирожок с яблоком или Пирожок с яблочным джемом	50	3,65	1,50	27,50	138,10	0,05	0,15	4,01	0,47	22,86	37,19	7,07	0,56	0,04	1,72	190204 190205	190206
2	Молоко	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105	230105
Итого:			9,65	7,90	36,90	258,10	0,09	1,35	34,01	0,47	264,86	219,19	35,07	0,76	0,30	19,72		
Ужин																		
1	Голубцы ленивые	200	16,00	20,00	14,60	302,40	0,09	44,12	4,00	3,52	311,73	168,38	43,93	2,50	0,15	8,32	120542	120543
2	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	125,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238	160238
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
Итого:			19,16	29,20	63,95	601,00	0,15	96,12	34,04	4,48	379,43	248,76	56,25	3,92	0,20	11,22		
Ужин 2																		
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	180	0,72	0,54	18,54	84,60	0,04	9,00	0,00	0,72	34,20	28,80	21,60	4,14	0,05	1,80	210104	210104
Итого:			0,72	0,54	18,54	84,60	0,04	9,00	0,00	0,72	34,20	28,80	21,60	4,14	0,05	1,80		
Итого за день			86,69	103,36	285,43	2435,49	1,04	131,20	281,71	12,52	1719,03	1985,70	345,99	16,66	1,54	247,45		
День 11 (четверг)																		
Завтрак 1																		
1	Сырники	100	7,00	16,00	34,00	308,00	0,16	0,42	48,00	0,51	174,71	510,73	22,94	0,69	0,25	1,08	120313	120314
2	Соус ягодный	20	0,16	0,00	3,90	16,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,33	0,00	0,00	0,03	0,00	0,00	140203	140204
3	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160107	160107

4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
	Итого:		8,74	24,83	64,24	515,28	0,18	0,42	78,00	0,95	181,42	529,43	25,54	1,03	0,27	1,98		
Завтрак 2																		
1	Биоогурт фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104
2	Гемотоген обогащенный очищенным гемоглобином	20	1,20	0,60	15,14	70,80	0,01	0,00	20,00	0,00	2,00	6,60	0,40	0,12	0,04	0,00		
	Итого:		9,40	3,60	26,94	184,80	0,07	1,20	40,00	0,00	250,00	196,60	30,40	0,32	0,34	18,00		
Обед																		
1	Салат Осенний	60	1,07	3,15	7,55	63,06	0,05	5,70	0,00	1,42	15,99	33,68	15,88	0,64	0,04	3,45	100516	100516
2	Суп картофельный с фрикадельками	200	6,94	3,65	15,73	123,53	0,11	9,00	0,00	1,00	21,38	115,41	27,75	1,71	0,12	6,65	110311	110312
3	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	200	19,07	30,49	40,72	425,20	0,27	0,00	30,00	1,06	32,08	127,45	21,02	1,49	0,14	0,90	120529	120529
4	Кисель фруктовый (ягодный) в ассортименте	200	0,61	0,06	38,24	154,66	0,01	1,20	0,00	0,06	12,62	11,90	2,40	0,91	0,01	0,00	160237	160237
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	Итого:		31,81	38,74	132,67	917,65	0,50	15,90	30,00	4,40	141,47	372,04	77,25	5,85	0,32	13,00		
Полдник																		
1	Кекс столичный	50	3,55	10,50	25,65	211,30	0,05	0,00	30,05	0,57	15,87	44,37	7,12	0,72	0,06	2,97	170601	170602
2	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	17,86	87,84	0,01	0,24	6,00	0,00	52,35	42,17	5,60	0,09	0,05	3,60	160108	160108
	Итого:		4,75	11,78	43,51	299,14	0,06	0,24	36,05	0,57	68,22	86,54	12,72	0,81	0,11	6,57		
Ужин																		
1	Рагу из мяса птицы	200	9,20	3,30	25,60	168,90	0,19	13,56	42,00	2,13	42,16	182,13	44,48	2,26	0,19	9,71	120609	120610
2	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	Итого:		13,90	12,55	66,04	434,50	0,26	17,56	72,00	2,95	112,06	264,83	60,08	5,94	0,23	12,61		
Ужин 2																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	220	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00	210103	210103
	Итого:		3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00		
	Итого за день		71,90	92,60	379,61	2562,57	1,16	57,32	256,05	9,75	770,77	1511,04	298,38	15,27	1,38	52,16		
День 12 (пятница)																		
Завтрак 1																		
1	Каша пшенная молочная	200	5,78	10,34	26,87	223,57	0,21	0,46	23,40	0,18	107,26	180,97	50,18	1,40	0,12	9,34	120201	120202
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	5,77	0,00	0,05	0,00	0,00	160105	160105
3	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
4	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00		
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
	Итого:		8,86	21,13	68,09	498,01	0,25	0,46	55,40	1,32	122,90	223,44	56,78	2,12	0,15	10,24		
Завтрак 2																		
1	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102	230102
2	Булочка с шоколадом тип	50	5,65	4,00	27,10	167,00	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,06	3,06	190107	190109
	Итого:		13,45	9,00	35,50	275,00	0,06	0,70	46,91	0,59	277,51	236,72	36,05	0,74	0,32	3,06		
Обед																		
1	Сельдь с гарниром	60	2,42	3,46	8,33	74,26	0,06	5,10	1,20	1,19	18,30	70,19	14,49	0,60	0,06	5,55	100612	100612
2	Суп картофельный с горохом	200	7,25	1,93	20,65	129,05	0,19	4,94	0,00	2,11	32,63	93,07	30,92	1,67	0,06	3,27	110307-1	110308-1
3	Плов мясной	200	12,40	12,80	20,60	253,20	0,12	4,53	27,60	0,79	26,14	269,46	53,59	3,43	0,19	9,02	120550	120551
4	Напиток фруктовый	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160117	160117
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	Итого:		26,19	19,57	96,01	671,54	0,44	14,57	28,80	4,95	136,95	516,31	109,20	6,85	0,34	19,83		
Полдник																		
1	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	23,66	144,43	0,02	0,72	18,00	0,00	145,68	109,20	16,80	0,17	0,16	10,80	160104	160104
2	Булочка	50	2,93	3,80	29,00	161,90	0,06	0,08	9,38	0,55	24,63	46,18	7,02	0,50	0,05	2,69	190102	190103

2	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	22,40	92,54	0,01	5,60	0,00	0,03	6,26	3,08	1,68	0,15	0,00	0,00	160213	160213
	Итого:		4,38	3,46	43,15	223,59	0,06	5,67	5,40	0,53	27,60	48,04	10,05	0,60	0,04	2,06		
Ужин																		
1	Зразы мясные с фаршем из яйца и ветчины	80	11,44	4,24	10,48	125,84	0,05	0,00	0,01	1,93	16,27	123,56	14,69	1,80	0,12	7,04	120527	120528
2	Капуста тушеная	120	3,00	5,16	13,20	111,24	0,05	38,64	0,00	2,32	233,44	51,32	26,37	0,95	0,06	4,49	130201	130202
3	Напиток фруктовый	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160117	160117
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	Итого:		17,14	18,45	59,90	474,52	0,15	38,64	30,01	4,87	306,09	243,59	48,66	3,67	0,21	14,43		
Ужин 2																		
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	220	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00	210103	210103
	Итого:		3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00		
	Итого за день		70,16	80,35	358,36	2444,61	3,12	94,92	193,22	17,77	1285,67	1165,35	307,08	13,38	1,24	64,98		
День 16 (вторник)																		
Завтрак 1																		
1	Запеканка из творога	80	5,04	18,40	20,64	268,32	0,12	0,37	44,80	0,31	158,51	431,39	18,48	0,46	0,21	1,06	120305	120306
2	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	20	1,44	1,70	11,10	65,60	0,01	0,20	8,40	0,04	61,40	43,80	6,80	0,04	0,08	1,80	140201	140201
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	5,77	0,00	0,05	0,00	0,00	160105	160105
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
	Итого:		8,06	28,93	58,08	524,96	0,16	0,57	83,20	0,79	229,76	499,66	27,88	0,81	0,30	3,76		
Завтрак 2																		
1	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103	230103
2	Булочка с шоколадом под	50	5,65	4,00	27,10	167,00	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,06	3,06	190107	190109
	Итого:		11,45	9,00	35,10	273,00	0,14	1,50	46,91	0,59	269,51	232,72	36,05	0,74	0,40	21,06		
Обед																		
1	Салат Мозаика	60	1,72	4,42	6,09	71,34	0,05	4,21	0,01	1,73	22,17	41,08	15,13	0,57	0,06	3,76	100515-1	100515-1
2	Суп картофельный с фрикадельками	200	6,94	3,65	15,73	123,53	0,11	9,00	0,00	1,00	21,38	115,41	27,75	1,71	0,12	6,65	110311	110312
3	Рыба (филе) припущенная	100	19,52	0,73	0,00	84,18	0,11	1,22	12,20	1,10	428,84	622,58	36,71	0,62	0,09	164,70	120405	120405
4	Пюре картофельное	120	2,15	13,68	14,46	189,44	0,12	10,09	10,44	0,12	43,57	78,33	26,06	0,94	0,11	7,14	130101	130102
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	Итого:		38,00	26,64	83,84	728,70	0,49	28,52	22,65	5,01	589,36	955,00	123,85	7,75	0,42	184,25		
Полдник																		
1	Бутерброд сложный (колбаса п/к)	50	5,62	15,68	10,38	205,60	0,04	0,07	56,00	0,55	30,90	94,10	8,30	0,66	0,06	1,60	100104-1	100104-1
2	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160107	160107
	Итого:		5,62	15,68	26,36	269,44	0,04	0,07	56,00	0,55	31,38	94,10	8,30	0,71	0,06	1,60		
Ужин																		
1	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	200	19,07	30,49	40,72	425,20	0,27	0,00	30,00	1,06	32,08	127,45	21,02	1,49	0,14	0,90	120529	120529
2	Напиток смородина	200	0,14	0,02	33,48	132,00	0,00	9,60	0,00	0,10	5,76	3,84	3,36	0,17	0,00	0,00	160229	160207
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	Итого:		21,92	39,56	94,44	730,80	0,32	9,60	60,00	1,78	93,74	199,99	31,98	2,54	0,16	3,80		
Ужин 2																		
1	Плоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00	210106	210106
	Итого:		0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00		
	Итого за день		85,77	120,00	304,58	2561,10	1,20	74,45	268,76	8,89	1245,25	1996,77	237,96	12,63	1,37	214,47		
День 17 (среда)																		
Завтрак 1																		
1	Омлет, смешанный с ветчиной	150	27,85	18,18	15,26	335,94	0,08	0,23	14,72	0,62	103,44	222,18	24,91	3,08	0,48	24,72	120303	120324
2	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112

Итого за 7 дней		79,75	91,52	331,63	2459,96	1,36	-125,09	304,55	13,49	1104,70	1579,08	291,96	16,01	1,48	157,15		
Итого за 28 дня		78,60	89,00	342,10	2479,20	1,60	-105,30	874,30	12,70	1177,60	1646,50	297,30	16,20	1,70	163,20		