

День: понедельник-пятница

Неделя: вторник

Сезон: осенне-зимний

Возрастная категория: 7-11 лет

День	209	293/171	376	Итого:	Соотношение 1:1:4	10	14	376	338	Итого:	Соотношение 1:1:4	15	279/302	377	Итого:	Соотношение 1:1:4	338	Итого:	Соотношение 1:1:4		
	Яйцо отварное																				
6	Курица запеченная с кашей гречневой и маслом сливочным	80/150/5	38,5	17,30	16,21	32,50	345,09	0,258	1,08	0,11	63,11	395,44	146,23	5,61							
	Чай смородиново-яблочный	200	10,27	0,42	0,18	29,80	122,50		0,43		5,20	5,80	3,00	0,34							
	Хлеб пшеничный	20	1,08	1,40	0,15	9,31	44,19	0,022			4	13	2,8	0,22							
	Хлеб ржаной	20	1,13	1,54	0,28	7,54	38,84	0,04			6,6	38,8	11,4	0,9							
	Итого:		58,00	25,74	21,42	79,43	613,46	0,35	1,51	0,21	100,91	529,87	198,23	8,07							
	Соотношение 1:1:4		1,2	1,0	3,8	26,1															
7	Масло сливочное	10	5,82	0,05	7,25	0,08	65,77			0,04	2,4	3		0,02							
	Котлета говяжья с макаронами отварными и маслом сливочным	80/150/5	43,09	15,27	11,63	40,39	327,31	0,27	0,27	0,075	60,89	361,39	185,14	2,97							
	Чай с сахаром	200/15	1,89	0,02	0,02	15,00	60,26		0,03		5	2,8	5	0,8							
	Хлеб пшеничный	20	1,08	1,40	0,15	9,31	44,19	0,022			4	13	2,8	0,22							
	Хлеб ржаной	20	1,13	1,54	0,28	7,54	38,84	0,04			6,6	38,8	11,4	0,9							
	Яблоко	100	4,99	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10		16	11	9	2,2							
	Итого:		58,00	18,68	19,73	82,12	580,77	0,36	10,30	0,12	94,89	429,99	213,34	7,11							
	Соотношение 1:1:4		0,9	1,0	4,1	24,7															
8	Сыр полутвердый	15	9,99	3,48	4,42	0,00	53,70	0,005	0,105	0,078	132	75	5,25	0,15							
	Тфтели из говядины в томатном соусе с кашей гречневой	80/60/150	33,6	16,10	15,37	49,65	401,33	0,28	0,71	0,08	52,24	311,96	158,81	3,54							
	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	3,61	0,13	0,02	15,20	61,50		2,8		7,8	4,4	5,84	0,84							
	Хлеб пшеничный	20	1,08	1,40	0,15	9,31	44,19	0,022			4	13	2,8	0,22							
	Хлеб ржаной	20	1,13	1,54	0,28	7,54	38,84	0,04			6,6	38,8	11,4	0,9							
	Яблоко	100	4,99	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	10		16	11	9	2,2							
	Итого:		58,00	23,05	20,64	91,50	643,96	0,38	13,62	0,16	218,64	454,16	193,10	7,85							
	Соотношение 1:1:4		1,0	0,9	4,1	27,4															



