

| день 1 | наименование блюд | кол-во | брутто | нетто | Б | Ж | У | Ккал | С | № рец. | |
|--------------------------|--------------------------------|--------------------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|-------|
| завтрак | каша вяз.пшени.с маслом | 150 | | | | | | | | № 168 | |
| | масло сливочное "крест" | | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | | |
| | крупа пшено | | 15 | 15 | 1,725 | 0,495 | 9,87 | 52,2 | | | |
| | сахар | | 4 | 4 | | | 3,96 | 15,16 | | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 140 | 140 | 3,95 | 3,5 | 6,62 | 72,8 | 1,17 | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | коф. напиток с молоком | 150 | | | | | | | | № 395 | |
| | кофейный напиток | | 2 | 2 | | | | | | | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,91 | 30,2 | | | |
| молоко пастериз.2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,26 | 47 | 1,17 | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | Бутерброд с маслом.сыр. | | | | | | | | | № 1 | |
| хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | | | |
| масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | | | |
| сыр | | 4 | 4 | 1,04 | 1,07 | | 14,08 | 0,13 | № 7 | | |
| | | | | | 11,245 | 14,445 | 45,184 | 352,54 | | | |
| 2 | завтрак | | | | | | | | | | |
| | сок яблочный | 90 | 90 | 90 | 0,45 | | 8,19 | 38 | 1,1 | № 12 | |
| | | | | | | | | | | | |
| | обед | | | | | | | | | | |
| | салат морковный | 50 | | | | | | | | № 41 | |
| | морковь | | 65 | 51,6 | 0,67 | 0,052 | 3,72 | 17,54 | 0,38 | | |
| | сахар | | 2 | 2 | | | 1,978 | 7,58 | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | суп вермишел.на мк/б | 150 | | | | | | | | № 233 | |
| | говядина | | 25 | 18,8 | 3,5 | 3,01 | | 40,98 | | | |
| морковь | | 12 | 9,6 | 0,12 | 0,01 | 0,69 | 3,26 | 0,48 | | | |
| лук | | 12 | 9,6 | 0,134 | | 0,864 | 3,94 | 0,91 | | | |
| вермишель | | 8 | 8 | 0,83 | 0,09 | 5,58 | 26,96 | | | | |
| картофель | | 110 | 79,2 | 1,58 | 0,32 | 12,9 | 63,36 | 12,98 | | | |
| масло растительное | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | | | |
| соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | капуста тушен с мясом | 150 | | | | | | | | № 336 | |
| капуста свежая | | 180 | 144 | 2,6 | 0,16 | 6,8 | 38,9 | 70,1 | | | |
| масло растительное | | 4 | 4 | | 3,996 | | 35,96 | | | | |
| морковь | | 12 | 9,6 | 0,12 | 0,01 | 0,69 | 3,26 | 0,48 | | | |
| лук репчатый | | 12 | 10 | 0,14 | | 0,98 | 4,13 | 1,01 | | | |
| мясо | | 70 | 53 | 9,9 | 8,48 | | 115,54 | | | | |
| сметана 15% | | 4 | 4 | 0,116 | 0,6 | 0,122 | 6,42 | 0,12 | | | |
| соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | | | |
| масло сливочное | | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | компот из св фрукты | 150 | | | | | | | | № 372 | |
| яблоки | | 25 | 22 | 0,096 | 0,96 | 2,45 | 11,25 | 41,56 | | | |
| сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | хлеб ржаной | 35 | 35 | 35 | 2,3 | 0,42 | 11,9 | 63,3 | | № 1 | |
| | | | | | 22,121 | 22,586 | 56,598 | 513,08 | 128,02 | | |
| упл полд | рыба запеч. в омлете | 60 | | | | | | | | № 249 | |
| | рыба минтай | | 75 | 45 | 7,2 | 0,44 | | 46,8 | | | |
| | яицо | | 0,5 | 0,5 | 3,5 | 3,2 | 0,2 | 42,18 | | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 30 | 30 | 0,85 | 0,75 | 1,4 | 15,6 | 0,455 | | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | | картоф пюре | | 90 | | | | | | | № 321 |
| | картофель с01.01 | | 150 | 96,8 | 1,9 | 0,39 | 15,8 | 77,6 | 21,4 | | |
| | молоко | | 30 | 30 | 0,85 | 0,75 | 1,4 | 15,6 | 0,455 | | |
| масло сливочное | | 4 | 4 | 0,02 | 3,3 | 0,032 | 29,98 | | | | |
| соль поваренная йодиров. | | 0,2 | 0,2 | | | | | | | | |
| зел.горошек | | 46 | 40 | 2 | 0,08 | 5,12 | 29,2 | | № 10 | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | № 1 | |
| | | | | | | | | | | | |
| | чай сл с молоком | 150 | | | | | | | | № 394 | |
| чай заварка | | 0,5 | 0,5 | | | | | | | | |
| сахар | | 9 | 9 | | | 8,901 | 34,11 | | | | |
| молоко 2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,26 | 47 | 1,17 | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | Бананы | 90 | 90 | 60,5 | 0,907 | 0,067 | 12,7 | 54 | 6,72 | № 368 | |
| | | | | | 21,717 | 16,123 | 62,313 | 471,35 | 23,48 | | |
| | итого | | | | 55,54 | 53,2 | 172,3 | 1375 | 162,5 | | |

| день 2 | наименование блюд | кол-во | брутто | нетто | Б | Ж | У | Ккал | С | №рец. |
|----------------------|----------------------------------|-----------------------|--------|-------|--------|--------|--------|--------|-------|-------|
| завтрак | каша манная с маслом | 150 | | | | | | | | № 168 |
| | крупа манная | | 13 | 13 | 1,33 | 0,13 | 8,8 | 42,6 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 140 | 140 | 3,95 | 3,5 | 6,62 | 72,8 | 1,26 | |
| | сахар | | 2 | 2 | | | 1,98 | 7,58 | | |
| | масло сливочное | | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | |
| | какао с молоком | 150 | | | | | | | | № 397 |
| | какао порошок | | 1,15 | 1,15 | 0,09 | 0,072 | 1,0995 | 5,72 | | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,26 | 47 | 1,26 | |
| | Булка с маслом,сыром | | | | | | | | | № 1 |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | сыр | | 4 | 4 | 1,04 | 1,07 | | 14,08 | 0,13 | № 7 |
| | | | | | 10,94 | 14,152 | 43,224 | 341,2 | 2,65 | |
| 2 завтрак | сок яблочный | | 85 | 85 | 0,45 | 0,1 | 8,19 | 34 | 1,1 | № 12 |
| обед | салат из белок капусты | 50 | | | | | | | | № 20 |
| | капуста белок.с 01.01 | | 85 | 63 | 1,1 | 0,063 | 2,96 | 17,1 | | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | |
| | Борщ на мк/б | 150 | | | | | | | | № 57 |
| | свекла | | 60 | 46 | 0,64 | 0,012 | 3,69 | 19,3 | 3,8 | |
| | капуста белок.свеж. | | 35 | 28 | 0,5 | 0,044 | 1,3 | 7,6 | 6,3 | |
| | картофель.с 01.01 | | 110 | 79,2 | 1,58 | 0,32 | 12,9 | 63,36 | 12,98 | |
| | морковь | | 12 | 9,6 | 12 | 0,012 | 0,69 | 3,26 | 0,48 | |
| | лук репчатый | | 12 | 10,8 | 0,15 | | 0,972 | 4,428 | 0,91 | |
| | масло растит | | 4 | 4 | | 3,996 | | 35,96 | | |
| | мясо | | 25 | 18,8 | 3,5 | 3,01 | | 40,98 | | |
| | сметана 15% | | 4 | 4 | 0,116 | 0,6 | 0,13 | 6,42 | 0,12 | |
| | том пюре | | 1 | 1 | 0,05 | 0,19 | | 0,99 | | |
| | соль повар. йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | мясные котлеты | 60 | | | | | | | |
| говядина | | | 70 | 53 | 9,9 | 8,48 | | 115,54 | | |
| хлеб пшен. | | | 5 | 5 | 0,39 | 0,065 | 0,25 | 12,25 | | |
| сухари | | | 4 | 4 | 0,53 | 0,138 | 2,24 | 12,6 | | |
| яицо | | | 0,1 | 0,1 | 0,699 | 0,64 | 0,039 | 8,64 | | |
| соль повар. йодиров. | | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| лук репчатый | | | 18 | 16,2 | 0,227 | | 1,458 | 6,642 | 0,91 | |
| | гречка отв с маслом | 140 | | | | | | | | № 313 |
| | крупа гречневая | | 32 | 32 | 4 | 1,056 | 19,4 | 107 | | |
| | масло сливочное | | 2 | 2 | 0,01 | 1,65 | 0,016 | 14,99 | | |
| | соль повар. йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | компот из с/фр | 150 | | | | | | | | № 376 |
| | фрукты сушеные | | 12 | 10,56 | 0,549 | | 5,808 | 24,72 | 0,2 | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,912 | 30,32 | | |
| упл полд. | хлеб ржаной | 35 | 35 | 35 | 2,3 | 0,42 | 11,9 | 63,3 | | № 1 |
| | | | | | 38,241 | 22,694 | 71,665 | 613,38 | 25,7 | |
| 15:15 | кефир не жирный | 80 | 80 | 80 | 2,4 | 0,04 | 3 | 24 | 0,7 | № 401 |
| | сахар | | 2 | 2 | | | 1,978 | 7,58 | | |
| | груша | 95 | 95 | 77 | 0,4 | 0,3 | 9 | 39,9 | 4,5 | |
| с16 ч 15мин. | пироги печен.с кап.и яйц. | 70 | | | | | | | | № 454 |
| | мука пшеничная в/с | | 44,5 | 44,5 | 3,5 | 0,4 | 22,5 | 110 | | |
| | сахар | | 1 | 1 | | | 0,989 | 3,79 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 35 | 35 | 0,99 | 0,88 | 1,66 | 18,2 | 0,52 | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | яицо | | 0,4 | 0,4 | 2,8 | 2,53 | 0,15 | 34,54 | | |
| | капуста | | 35 | 28 | 0,5 | 0,044 | 1,3 | 7,6 | 6,3 | |
| | дрожжи | | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана 15% | | 4 | 4 | 0,116 | 0,6 | 0,122 | 6,42 | 0,12 | |
| | соль повар. йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | масло растит | | 3 | 3 | | 2,997 | | 26,97 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | чай с молоком | 150 | | | | | | | |
| ч ай-заварка | | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| молоко 2,5% | | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,26 | 47 | 1,17 | |
| сахар | | | 10 | 10 | | | 9,89 | 37 | 9 | |
| | | | | | 13,271 | 14,471 | 54,889 | 400,4 | 22,31 | |
| итого | | | | | 62,9 | 51,42 | 177,97 | 1389 | 50,66 | |

| день 3 | наименование блюд | кол-во | брутто | нетто | Б | Ж | У | Ккал | С | № рец. |
|-----------|--------------------------------------|--------|--------|-------|--------|---------|--------|--------|-------|--------|
| завтрак | суп молоч.вермишелев. | 150 | | | | | | | | № 93 |
| | макаронные изделия | | 15 | 15 | 1,56 | 0,17 | 10,5 | 50,55 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 140 | 140 | 3,95 | 3,5 | 6,62 | 72,8 | 1,26 | |
| | сахар песок | | 4 | 4 | | | 3,992 | 15,16 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | |
| | коф.напиток с молоком | 150 | | | | | | | | № 395 |
| | кофейный напиток | | 2 | 2 | | | 0,056 | | | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,26 | 47 | 1,26 | |
| | Хлеб с маслом и сыром | | | | | | | | | № 1 |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | сыр | | 4 | 4 | 1,04 | 1,07 | | 14,08 | 0,13 | № 7 |
| | | | | | 11,09 | 15,77 | 45,908 | 366,01 | 2,65 | |
| 2 завтрак | апельсин | 90 | 90 | 60 | 0,7 | 0,14 | 4,86 | 24 | | |
| обед | салат свеколь.с чернослив | 50 | | | | | | | | № 28 |
| | свекла | | 100 | 49,5 | 0,75 | 0,05 | 4,5 | 21 | 4,58 | |
| | чернослив | | 7,5 | 7,5 | 0,1 | | 2,6 | 10,89 | 0,45 | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | |
| | сахар | | 2 | 2 | | | 1,994 | 7,58 | | |
| | суп картоф.с мясн.фрикадель. | 150 | | | | | | | | № 82 |
| | картофель с 01.01 | | 110 | 79 | 1,58 | 0,32 | 12,88 | 63,2 | 10,25 | |
| | морковь | | 12 | 9,6 | 0,12 | 0,01 | 0,69 | 3,26 | 0,48 | |
| | лук репчатый | | 13 | 12 | 0,168 | | 1,08 | 4,92 | 0,91 | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,994 | | 17,98 | | |
| | говядина | | 60 | 45 | 8,37 | 7,2 | | 98 | | |
| | яйцо | | 0,15 | 0,15 | 1,03 | 0,949 | 0,058 | 12,95 | | |
| | том шоре | | 2 | 2 | 0,1 | 0,38 | | 1,98 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | |
| | рыбные котлеты | 60 | | | | | | | | № 255 |
| | рыба | | 70 | 42 | 6,7 | 0,41 | | 43,7 | | |
| | хлеб пшен. | | 5 | 5 | 0,39 | 0,065 | 0,25 | 12,25 | | |
| | яйцо | | 0,15 | 0,13 | 1,03 | 0,949 | 0,058 | 12,95 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | лук репчатый | | 15 | 12,6 | 0,18 | | 1,13 | 5,2 | 1,68 | |
| | масло растительн. | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | |
| | огурцы порционные | 50 | 50 | 46,5 | 0,33 | 0,047 | 0,88 | 5,12 | 4,65 | |
| | перловая каша с маслом | 100 | | | | | | | | |
| | крупа перловая | | 30 | 30 | 2,8 | 0,33 | 19,7 | 96 | | |
| | масло сливочное | | 2 | 2 | 0,01 | 1,65 | 0,016 | 14,99 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | компот из св.фруктов | 150 | | | | | | | | № 372 |
| | яблоко | | 25 | 22 | 0,1 | 0,1 | 2,2 | 11,25 | 36,3 | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | |
| | хлеб ржаной | | 35 | 35 | 2,3 | 0,42 | 11,9 | 63,3 | | № 1 |
| | | | | | 26,058 | 18,87 | 67,836 | 572,8 | 59,3 | |
| | сок яблочный | | 85 | 85 | 0,45 | 0,1 | 8,19 | 34 | 1,1 | № 12 |
| 15:15 | печенье | | 10 | 10 | 0,075 | 1,18 | 7,44 | 43,6 | 0,63 | |
| | пудинг твор.с рис.смет.соусом | 110 | | | | | | | | № 236 |
| | творог полужирный | | 65 | 65 | 10,9 | 5,9 | 1,3 | 103,4 | 0,4 | |
| | крупа рис | | 5 | 5 | 0,35 | 0,0495 | 3,495 | 16,4 | | |
| | сахар | | 5 | 5 | | | 4,995 | 18,95 | | |
| | мука | | 3 | 3 | 0,32 | 0,04 | 2,07 | 9,93 | | |
| | яйцо | | 0,2 | 0,2 | 1,4 | 1,27 | 0,077 | 17,27 | | |
| | масло сливочное | | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,994 | | 17,98 | | |
| | ванилин | | 0,01 | 0,01 | | | | | | |
| | сметана 15% | | 8 | 8 | 0,23 | 1,2 | 0,24 | 12,84 | | |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | |
| | кисель из плодягодного конц. | 150 | | | | | | | | № 384 |
| | кисель | | 10 | 10 | 0,072 | | 13,87 | 54 | | |
| | | | | | 15,762 | 14,4335 | 54,201 | 412,07 | 2,13 | |
| | Итого | | | | 54 | 49,4 | 173 | 1376 | 65,29 | |

| день 4 | наименование блюд | кол-во | брутто | нетто | Б | Ж | У | Ккал | С | № рец. № |
|-----------|--------------------------------------|--------|--------|-------|--------|--------|--------|---------|-------|----------|
| завтрак | каша вязкая геркулес.с маслом | 150 | | | | | | | | № 168 |
| | крупа" геркулес." | | 15 | 15 | 1,65 | 0,93 | 7,32 | 45,75 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 140 | 140 | 3,95 | 3,5 | 6,62 | 72,8 | 1,26 | |
| | сахар | | 4 | 4 | | | 3,992 | 15,16 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | |
| | чай сладкий | 150 | | | | | | | | № 392 |
| | чай заварка | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | |
| | Булка с маслом и сыром | | | | | | | | | № 1 |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | сыр | | 4 | 4 | 1,25 | 1,24 | | 16,23 | | № 7 |
| | | | | | 8,85 | 14,15 | 38,412 | 316,36 | 1,26 | |
| 2 | | | | | | | | | | |
| завтрак | сок абрикосовый | | 90 | 90 | 0,45 | 0,1 | 12,3 | 50,4 | | № 12 |
| обед | салат из св огурцов | 50 | | | | | | | | № 13 |
| | огурцы свежие | | 70 | 54 | 0,4 | 0,054 | 1,03 | 5,94 | | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | | 1,998 | 17,98 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,2 | 0,2 | | | | | | |
| | щи на мк/б с гречками | 150 | | | | | | | | № 67 |
| | картофель с 01.01 | | 110 | 79 | 1,6 | 0,3 | 12,8 | 63 | 12,98 | |
| | хлеб пшеничн. | | 10 | 10 | 0,8 | 0,1 | 5 | 24,5 | | |
| | капуста белок | | 100 | 80 | 1,44 | 0,08 | 3,76 | 21,6 | 16,2 | |
| | лук репч. | | 12 | 9,6 | 0,134 | | 0,864 | 3,94 | 0,91 | |
| | морковь с 01.01 | | 12 | 9,6 | 0,12 | 0,01 | 0,69 | 3,26 | 0,6 | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | | 1,994 | 17,98 | | |
| | мясо говядина | | 25 | 18,8 | 3,5 | 3,01 | | 40,984 | | |
| | гречки | | 15 | 15 | 1,17 | 0,14 | 7,5 | 36,75 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,8 | 0,8 | | | | | | |
| | Томаты порционные | 50 | 50 | 48 | 0,5 | 0,096 | 1,8 | 11,04 | 12,01 | |
| | плов мясной | 150 | | | | | | | | № 304 |
| | мясо говядина | | 70 | 53 | 9,9 | 8,48 | | 115,54 | | |
| | масло сливочное | | 2 | 2 | 0,01 | 1,65 | 0,016 | 14,99 | | |
| | морковь с 01.01 | | 30 | 24 | 0,31 | 0,024 | 1,73 | 8,16 | 0,6 | |
| | лук репчатый | | 13 | 10,4 | 0,14 | | 0,98 | 4,13 | 0,91 | |
| | крупа рисовая | | 30 | 30 | 2,1 | 0,3 | 21,2 | 99 | | |
| | масло растит | | 3 | 3 | | | 2,994 | 26,97 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,8 | 0,8 | | | | | | |
| | компот из св яблок | 150 | | | | | | | | № 372 |
| | яблоки | | 30 | 25 | 0,1 | 0,1 | 2,45 | 11,25 | | |
| | сахар | | 7 | 7 | | | 6,90 | 26,5 | | |
| | хлеб ржаной | 35 | 35 | 35 | 2,3 | 0,42 | 11,9 | 63,3 | | № 1 |
| | | | | | 24,524 | 21,75 | 78,62 | 616,814 | 44,21 | |
| упл подд. | | | | | | | | | | |
| | 15:15кефир не жирный | 80 | 80 | 80 | 2,4 | 0,04 | 3 | 24 | 0,7 | № 401 |
| | сахар | | 2 | 2 | | | 1,99 | 7,58 | | |
| | пирог с курагой | 70 | | | | | | | | № 454 |
| | мука пшеничная | | 44,5 | 44,5 | 3,5 | 0,4 | 22,5 | 110 | | |
| | сахар | | 4 | 4 | | | 3,98 | 15,16 | | |
| | масло сливочное | | 4 | 4 | 0,02 | 3,3 | 0,032 | 29,98 | | |
| | яицо | | 0,2 | 0,2 | 1,4 | 1,27 | 0,08 | 17,27 | | |
| | соль | | 0,2 | 0,2 | | | | | | |
| | дрожжи | | 1 | 1 | | | | | | |
| | курага | | 10 | 10 | 0,52 | | 5,5 | 23,4 | 0,8 | |
| | сметана 15% | | 8 | 8 | 0,23 | 1,2 | 0,26 | 12,84 | 0,24 | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 35 | 35 | 0,99 | 0,88 | 1,66 | 18,2 | 0,59 | |
| | масло растит | | 1 | 1 | | 0,999 | | 8,99 | | |
| | какао напиток с молоком | 150 | | | | | | | | № 397 |
| | какао порошок | | 1,15 | 1,15 | 0,09 | 0,072 | 1,1 | 5,7 | | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | |
| | молоко 2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,26 | 47 | | |
| | Груша | | 90 | 90 | 0,4 | 0,3 | 9,5 | 42 | | |
| | | | | | 12,09 | 11,011 | 61,762 | 392,44 | | |
| | итого: | | | | 46 | 47,4 | 191 | 1376 | 47,7 | |

| день5 | наименование блюд | кол-во | брутто | нетто | Б | Ж | У | Ккал | С | № рец. |
|--------------|------------------------------------|--------|--------|-------|----------------|---------------|---------------|----------------|---------------|-----------|
| завтрак | каша дружба вязкая с маслом | 150 | | | | | | | | № 168 |
| | крупа пшено | | 7 | 7 | 0,805 | 0,231 | 4,606 | 24,12 | | |
| | крупа рис | | 8 | 8 | 0,56 | 0,08 | 5,66 | 26,136 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 140 | 140 | 3,95 | 3,5 | 6,62 | 72,8 | 1,69 | |
| | сахар | | 4 | 4 | | | 3,992 | 15,16 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | |
| | коф. напиток с молоком | 150 | | | | | | | | № 395 |
| | кофейный напиток | | 2 | 2 | 0,36 | 0,27 | 0,053 | 0,42 | | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,26 | 47 | 1,69 | |
| | Булка с маслом и сыром | | | | | | | | | № 1 |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | сыр | | 4 | 4 | 1,25 | 1,24 | | 16,23 | 0,13 | № 7 |
| | | | | | 11,465 | 16,351 | 45,671 | 368,286 | 3,51 | |
| 2 завтрак | яблоки | 100 | 100 | 79 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 45 | 14,5 | |
| | печенье | | 10 | 10 | 0,075 | 1,18 | 7,44 | 43,6 | 0,63 | |
| обед | салат из св.помидор.огурц. | 50 | | | | | | | | № 15 |
| | помидоры св. | | 25 | 24 | 0,32 | 0,057 | 0,92 | 5,52 | 6,99 | |
| | огурцы св. | | 25 | 25 | 0,2 | 0,03 | 0,54 | 2,75 | | |
| | масло растительное | | 2 | 2 | | 1,99 | | 17,98 | | |
| | лук репчатый | | 10 | 8,4 | 0,17 | | 0,76 | 3,45 | 0,85 | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,1 | 0,1 | | | | | | |
| | суп" крестьянский" на мк/б | 150 | | | | | | | | |
| | капуста белокач. 01.03 | | 50 | 40 | 0,72 | 0,04 | 1,88 | 10,8 | 32,4 | |
| | картофель 01.03 | | 65 | 46,8 | 1,3 | 0,26 | 7,6 | 37,36 | 12,98 | |
| | крупа(перл.пшенн.рисов.) | | 4 | 4 | 0,4 | 0,044 | 2,64 | 12,67 | | |
| | морковь с 01.01 | | 12 | 9,6 | 0,12 | 0,02 | 0,69 | 3,26 | 0,408 | |
| | лук репчатый | | 12 | 9,6 | 0,134 | | 0,864 | 3,94 | 0,85 | |
| | масло растит. | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | |
| | мясо говядина | | 25 | 18,6 | 3,5 | 3,01 | | 40,984 | | |
| | масло слив. | | 1 | 1 | 0,005 | 0,825 | 0,008 | 7,48 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | |
| | сметана | | 4 | 4 | 0,115 | 0,6 | 0,13 | 6,42 | 0,12 | |
| | жаркое по -домашнему | 150 | | | | | | | | № 276 |
| | говядина | | 70 | 53 | 9,9 | 8,48 | | 115,54 | | |
| | картофель 01.02 | | 90 | 64,8 | 1,3 | 0,26 | 10,6 | 51,8 | | |
| | лук репчатый | | 12 | 9,6 | 0,0134 | 0,01 | 0,864 | 3,94 | 1,01 | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,99 | | 17,98 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,9 | 0,9 | | | | | | |
| | морковь с 01.01 | | 12 | 9,6 | 0,12 | 0,012 | 0,69 | 3,26 | 0,408 | |
| | масло слив. | | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | |
| | компот из с/фр | 150 | | | | | | | | № 376 |
| | фрукты сушеные | | 10,5 | 9 | 0,47 | | 4,95 | 21,06 | 0,27 | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | № 1 |
| | хлеб ржаной | 35 | 35 | 35 | 2,3 | 0,42 | 11,9 | 63,3 | | № 1 |
| | | | | | 23,0524 | 22,746 | 65,46 | 561,494 | 56,286 | |
| упл полд. | 15:15 сок яблочный | | 85 | 85 | 0,45 | 0,1 | 8,19 | 34 | 1,1 | № 12 |
| | запеканка из творога | 100 | | | | | | | | № 237 |
| | творог | | 65 | 65 | 10,9 | 5,85 | 1,3 | 103 | 0,4 | |
| | мука | | 3 | 3 | 0,42 | 0,05 | 3,1 | 14,7 | | |
| | сахар | | 3 | 3 | | | 2,97 | 11,37 | | |
| | яйца | | 0,4 | 0,4 | 2,8 | 2,53 | 0,2 | 35 | | |
| | масло сливочное | | 4 | 4 | 0,02 | 3,3 | 0,032 | 29,98 | | |
| | сметана 15% | | 4 | 4 | 0,016 | 0,6 | 0,122 | 6,42 | 0,12 | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,99 | | 17,98 | | |
| | чай с молоком с конфетами | 150 | | | | | | | | № 394 |
| | Молоко пастериз. 2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,257 | 46,8 | 1,17 | |
| | чай заварка | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | конфеты | | 12 | 12 | 0,012 | 0,012 | 11,8 | 42,84 | | |
| | | | | | 17,158 | 16,982 | 31,971 | 342,09 | 1,69 | |
| | Итого: | | | | 52 | 58 | 161 | 1360 | 76,4 | |

| деньб | наименование блюд | кол-во | брутто | нетто | Б | Ж | У | Ккал | С | № рец. |
|-----------|------------------------------------|--------|--------|-------|-------|---------|---------|---------|-------|--------|
| завтрак | каша вязкая пшенич.с маслом | 150 | | | | | | | | № 168 |
| | крупа пшеничная | | 15 | 15 | 1,73 | 0,2 | 9,3 | 47,4 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 140 | 140 | 3,95 | 3,5 | 6,62 | 72,8 | 1,26 | |
| | сахар | | 4 | 4 | | | 3,992 | 15,16 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | какао с молоком | 150 | | | | | | | | № 397 |
| | какао порошок | | 1,2 | 1,2 | 0,09 | 0,072 | 1,0995 | 5,72 | | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,26 | 47 | 1,26 | |
| | | | | | | | | | | |
| | Бутерброд с маслом и сыром | | | | | | | | | № 1 |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | |
| | масло сливочное | | 4 | 4 | 0,02 | 3,3 | 0,032 | 29,98 | | |
| | сыр | | 4 | 4 | 1,04 | 1,07 | | 14,08 | | № 7 |
| | | | | | 8,715 | 15,042 | 45,7435 | 361,16 | 2,52 | |
| | | | | | | | | | | |
| 2 | | | | | | | | | | |
| завтрак | апельсин | | 90 | 60 | 0,7 | 0,14 | 4,86 | 24 | 42 | |
| | печенье | 14 | 14 | 14 | 1,2 | 1,77 | 11,6 | 65,4 | | |
| | | | | | | | | | | |
| обед | салат из св.капусты | | 55 | 44 | 0,79 | 0,044 | 2,068 | 11,88 | | № 20 |
| | | | | | | | | | | |
| | Суп свекольный на м.к.б | 150 | | | | | | | | |
| | свекла | | 60 | 48 | 0,72 | 0,072 | 4,3 | 20,16 | 5,12 | №81 |
| | картофель с 01.03 | | 90 | 64,8 | 1,8 | 0,255 | 11,21 | 51,84 | 12,98 | |
| | морковь с 01.03 | | 12 | 9,6 | 0,2 | 0,01 | 0,69 | 3,26 | 0,48 | |
| | лук репчатый | | 11 | 9,2 | 0,16 | 0,0092 | 0,83 | 3,8 | 0,92 | |
| | масло растит | | 4 | 4 | | 2,66 | | 23,98 | | |
| | мясо говядины | | 25 | 18,8 | 3,5 | 3,01 | | 40,984 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | гуляш | 60 | | | | | | | | № 277 |
| | мясо говядина | | 65 | 49,2 | 9,1 | 7,8 | | 106,8 | | |
| | масса отв мяса | | | 53 | | | | | | |
| | морковь с 01.01 | | 12 | 9,6 | 0,12 | 0,018 | 0,69 | 3,26 | 0,88 | |
| | лук репчатый | | 12 | 10,8 | 0,15 | | 0,972 | 4,428 | 0,92 | |
| | мука пшеничн 1 сорт | | 3 | 3 | 0,32 | 0,04 | 2,07 | 9,93 | | |
| | масло растит | | 4 | 4 | | 3,996 | | 35,96 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | томатн пюре | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | макароны отвар. | 100 | | | | | | | | № 317 |
| | макар изделия | | 35 | 35 | 3,64 | 0,385 | 24,4 | 118 | | |
| | масло сливочное | | 2 | 2 | 0,01 | 1,65 | 0,016 | 14,99 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | компот из св яблок | 150 | | | | | | | | № 372 |
| | яблоки | | 25 | 22 | 0,1 | 0,1 | 2,156 | 9,9 | 36,3 | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | хлеб ржаной | | 35 | 35 | 2,3 | 0,42 | 11,9 | 63,3 | | № 1 |
| | | | | | 22,02 | 20,4692 | 69,202 | 552,792 | 57,6 | |
| упл полд. | сок абрикосовый | | 85 | 85 | 0,45 | 0,1 | 12,3 | 50,4 | | № 12 |
| | котлета картофельная | 80 | | | | | | | | |
| | картофель | | 120 | 72 | 1,44 | 0,46 | 11,74 | 57,6 | 29,26 | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 20 | 20 | 0,56 | 0,5 | 0,946 | 10,4 | 0,52 | |
| | масло растит | | 1 | 1 | | 0,999 | | 8,99 | | |
| | сметана 15% | | 4 | 4 | 0,016 | 0,6 | 0,13 | 6,42 | 0,12 | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | яйцо | | 0,5 | 0,5 | 6,35 | 5,75 | 0,35 | 78,5 | | |
| | масло сливочное | | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | салат из моркови с курагой | 50 | | | | | | | | № 42 |
| | морковь с 01.03 | | 55 | 44 | 0,57 | 0,052 | 3,2 | 14,96 | 2,4 | |
| | курага | | 8 | 8 | 0,42 | | 4,4 | 18,72 | | |
| | сахар | | 1 | 1 | | | 0,989 | 3,79 | | |
| | салат из св.капусты | | 55 | 44 | 0,79 | 0,044 | 2,068 | 11,88 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | № 1 |
| | | | | | | | | | | |
| | чай с молоком | 150 | | | | | | | | № 394 |
| | чай | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,257 | 47 | 1,26 | |
| | сахар | | 10 | 10 | | | 9,89 | 37,9 | | |
| | | | | | 7,93 | 13,755 | 62,794 | 430,26 | 33,56 | |
| | | | | | | | | | | |
| | итого: | | | | 41 | 52 | 194 | 1439 | 133,4 | |

| день7 | наименование блюд | кол-во | брутто | нетто | Б | Ж | У | Ккал | С | № рец. |
|-------------|-------------------------------------|------------|--------|-------|-----------|-------------|------------|-------------|--------------|--------|
| завтрак | каша гречневая с маслом | 150 | | | | | | | | № 168 |
| | крупа гречневая | | 15 | 14,7 | 1,85 | 0,49 | 8,9 | 49,5 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 140 | 140 | 3,95 | 3,5 | 6,62 | 72,8 | 1,26 | |
| | сахар | | 2 | 2 | | | 1,98 | 7,58 | | |
| | масло сливочное | | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | |
| | соль йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | |
| | коф. напиток с молоком | 150 | | | | | | | | № 395 |
| | кофейный напиток | | 2 | 2 | 0,36 | 0,27 | 0,053 | 0,42 | | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 37,9 | | |
| | молоко | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,6 | 47 | 1,26 | |
| | | | | | | | | | 2,52 | |
| | Бутерброд с маслом.сыром | | | | | | | | | № 1 |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | сыр | | 4 | 4 | 1,04 | 1,07 | | 14,08 | | № 7 |
| | | | | | 11,73 | 14,71 | 42,617 | 350,38 | | |
| 2 завтрак | сок абрикосовый | | 85 | 85 | 0,45 | 0,1 | 12,3 | 50,4 | | № 12 |
| | сок абрикосовый | | | | | | | | | |
| обед | салат из свеклы | 50 | | | | | | | | № 33 |
| | свекла | | 89 | 71,4 | 1,07 | 0,072 | 6,4 | 29,99 | 7,14 | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | |
| | сахар | | 1 | 1 | | | 0,989 | 3,79 | | |
| | Рассольник "Ленингр" на мк/б | 150 | | | | | | | | № 76 |
| | картофель с 01.01 | | 110 | 79,2 | 1,58 | 0,32 | 12,9 | 63,36 | 12,98 | |
| | крупа перловая | | 4 | 4 | 0,37 | 0,044 | 2,59 | 12,64 | | |
| | морковь с 01.01 | | 12 | 9,6 | 0,2 | 0,01 | 0,69 | 3,26 | 0,48 | |
| | лук репчатый | | 10 | 9 | 0,15 | 0,009 | 0,81 | 3,72 | 0,91 | |
| | огурцы соленые | | 12 | 12 | 0,096 | 0,012 | 0,192 | 1,56 | 0,6 | |
| | мясо говядина | | 25 | 18,8 | 3,5 | 3,01 | | 40,984 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | масло растит | | 1 | 1 | | 0,999 | | 8,99 | | |
| | сметана 15% | | 4 | 4 | 0,016 | 0,6 | 0,13 | 6,42 | 0,12 | |
| | рыбные котлеты | 60 | | | | | | | | № 255 |
| | рыба минтай | | 70 | 42 | 6,7 | 0,41 | | 43,7 | | |
| | хлеб пшен. | | 10 | 10 | 0,78 | 0,09 | 5 | 24,5 | | |
| | масло растит | | 3 | 3 | | 2,99 | | 26,97 | | |
| | яйцо | | 0,1 | 0,09 | 0,698 | 0,63 | 0,039 | 8,635 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | лук репчатый | | 10 | 9 | 0,13 | | 0,81 | 3,69 | 0,91 | |
| | масса полуфабриката | | | 61 | | | | | | |
| | огурцы порционные | 50 | 50 | 46,5 | 0,4 | 0,05 | 0,95 | 5,5 | 4,64 | |
| | гороховое пюре | 110 | | | | | 18,95 | | | |
| | горох лушен. | | 30 | 30 | 6,9 | 0,48 | 15,24 | 94,2 | | |
| | масло сливочное | | 2 | 2 | 0,01 | 1,65 | 0,016 | 14,99 | | |
| | компот из св яблок | 150 | | | | | | | | № 372 |
| | яблоки | | 25 | 22 | 0,12 | 0,11 | 2,4 | 11,25 | 43,56 | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,91 | 30,32 | | |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | № 1 |
| | хлеб ржаной | 35 | 35 | 35 | 2,3 | 0,42 | 11,9 | 63,3 | | № 1 |
| упл полдник | | | | | 26,97 | 14,124 | 100,416 | 581,049 | 71,34 | |
| | 15:15 кефир | 80 | 80 | 80 | 2,4 | 0,04 | 3 | 24 | | № 401 |
| | сахар | | 2 | 2 | | | 1,99 | 7,58 | | |
| | пирог с мясом, луком | 70 | | | | | | | | № 454 |
| | мука пшеничная | | 44,5 | 44,5 | 3,5 | 0,4 | 22,5 | 110 | | |
| | сахар | | 1 | 1 | | | 0,994 | 3,79 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | яйцо | | 0,15 | 0,15 | 1,048 | 0,95 | 0,058 | 12,95 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | дрожжи | | 1 | 1 | | | | | | |
| | мясо говядины | | 40 | 30 | 5,58 | 4,8 | | 65,4 | | |
| | лук репчатый | | 7 | 5,88 | 0,082 | | 0,53 | 2,28 | | |
| | сметана 15% | | 4 | 4 | 0,115 | 0,6 | 0,13 | 6,42 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 40 | 40 | 1,13 | 1 | 1,89 | 20,8 | 0,52 | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | |
| | чай с лимоном | 150 | | | | | | | | № 393 |
| | чай | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | лимон | | 10 | 10 | 0,09 | 0,01 | 0,3 | 3,3 | 1,17 | |
| | сахар | | 9 | 9 | | | 8,98 | 34,11 | | |
| | яблоки | 90 | 90 | 90 | 0,36 | 0,36 | 8,82 | 40,5 | | |
| | | | | | 10,83 | 14,288 | 49,232 | 386,51 | 1,69 | |
| | Итого: | | | | 50 | 43,3 | 204 | 1368 | 79,55 | |

| день8 | наименование блюд | кол-во | брутто | нетто | Б | Ж | У | Ккал | С | № рец. |
|--------------|--------------------------------------|--------|--------|-------|--------|---------|--------|---------|---------|--------|
| завтрак | каша вяз.рисовая с маслом | 150 | | | | | | | | № 168 |
| | рис | | 15 | 14,85 | 1,05 | | 10,5 | 49,01 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 140 | 140 | 3,95 | 3,5 | 6,62 | 72,8 | 1,26 | |
| | сахар | | 4 | 4 | | | 3,956 | 15,16 | | |
| | масло сливочное | | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | |
| | какао напиток с молоком | 150 | | | | | | | | № 397 |
| | какао-поршок | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | молоко пастериз,2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,26 | 47 | 1,26 | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,99 | 30,32 | | |
| | Бутерброд с маслом.сыром | | | | | | | | | № 1 |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | |
| | масло сливочное | | 4 | 4 | 0,02 | 3,3 | 0,032 | 29,98 | | |
| | сыр | | 4 | 4 | 1,04 | 1,07 | | 14,08 | | № 7 |
| | | | | | 10,565 | 13,12 | 45,882 | 342,05 | | |
| 2 завтрак | груша | 90 | 90 | 85 | 0,36 | 0,26 | 8,1 | 35,7 | 2,97 | |
| обед | салат из св помидоров | 50 | | | | | | | | № 14 |
| | помидоры свежие | | 45 | 42,75 | 0,47 | 0,086 | 1,63 | 9,8 | | |
| | лук репчатый | | 10 | 7,35 | 0,1 | 0,007 | 0,66 | 3 | | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,994 | | 17,98 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,2 | 0,2 | | | | | | |
| | суп дом. лапша на мк/б | 150 | | | | | | | | № |
| | мясо говядины | | 25 | 18,8 | 3,5 | 3,008 | | 40,984 | | |
| | яйцо | | 0,1 | 0,1 | 0,69 | 0,63 | 0,039 | 8,64 | | |
| | мука | | 20 | 20 | 2,06 | 0,22 | 13,8 | 66,2 | | |
| | картофель с 01.01 | | 70 | 50,4 | 1,3 | 0,3 | 8,1 | 40 | 12,98 | |
| | лук репчатый | | 10 | 9 | 0,13 | | 0,81 | 3,69 | 0,91 | |
| | морковь с 01.01 | | 10 | 7,8 | 0,1 | 0,0071 | 0,56 | 2,25 | 0,375 | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,3 | 0,3 | | | | | | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | овощное рагу с мясом | 150 | | | | | | | | № 256 |
| | капуста белокоч | | 80 | 61 | 1,1 | 0,061 | 2,9 | 16,5 | 2,07 | |
| | морковь с 01.01 | | 30 | 24 | 0,39 | 0,024 | 1,74 | 8,16 | 1,2 | |
| | картофель с 01.01 | | 60 | 38,8 | 0,776 | 0,2 | 6,32 | 31 | 4,97 | |
| | лук репчатый | | 12 | 10 | 0,167 | | 0,91 | 4,11 | 1,27 | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | |
| | мясо говядины | | 70 | 53 | 9,9 | 8,48 | | 115,54 | | |
| | масло сливочное | | 4 | 4 | 0,02 | 3,3 | 0,032 | 29,98 | | |
| | сметана 15 % | | 4 | 4 | 0,115 | 0,6 | 0,13 | 6,42 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | компот из кураги | 150 | | | | | | | | № 376 |
| | курага | | 12 | 10,56 | 0,549 | | 5,808 | 24,72 | | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | |
| | хлеб ржаной | 35 | 35 | 35 | 2,3 | 0,42 | 11,9 | 63,3 | | № 1 |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | № 1 |
| | | | | | 25,617 | 23,5531 | 75,739 | 615,744 | 23,775 | |
| упл полд | 15:15 сок яблочный | | 80 | 80 | 0,45 | 0,1 | 8,19 | 34 | 1,1 | № 12 |
| | печенье | | 14 | 14 | 1,2 | 1,77 | 11,6 | 65,4 | 0,225 | |
| | пудинг творож.с ябл.смет соус | 100 | | | | | | | | № 240 |
| | творог | | 65 | 65 | 10,9 | 5,85 | 1,3 | 103 | 0,4 | |
| | яблоки свежие | | 25 | 22 | 0,12 | 0,11 | 2,4 | 11,25 | 66,8 | |
| | сахар | | 3 | 3 | | | 2,99 | 11 | 37 | |
| | яйцо | | 0,2 | 0,2 | 1,397 | 1,265 | 0,077 | 17,27 | | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | |
| | масло сливочное | | 4 | 4 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | |
| | ванилин | | 0,01 | 0,01 | | | | | | |
| | сухари | | 5 | 5 | 0,66 | 0,115 | 2,8 | 15,8 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| сметана 15 % | | 4 | 4 | 0,115 | 0,6 | 0,122 | 6,42 | | | |
| | чай с молоком | 150 | | | | | | | | № 394 |
| | молоко пастериз,2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,257 | 46,8 | 1,17 | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,9 | 30,32 | | |
| | заварка | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | | | | | 17,397 | 16,838 | 41,66 | 381,64 | 106,695 | |
| | Итого: | | | | 54 | 54,4 | 172 | 1376 | 134 | |

| день 9 | наименование блюд | кол-во | брутто | нетто | Б | Ж | У | Ккал | С | № рец. |
|----------|----------------------------------|------------|------------|------------|---------------|---------------|---------------|----------------|---------------|--------|
| | яйцо кур. | 1 | 1 | | 6,98 | 6,3 | 0,4 | 86,35 | | № 213 |
| завтрак | каша вяз.ячневая с маслом | 150 | | | | | | | | № 168 |
| | крупа ячневая | | 15 | 14,8 | 1,5 | 0,195 | 9,95 | 47,95 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 140 | 140 | 3,95 | 3,5 | 6,62 | 72,8 | 1,26 | |
| | сахар | | 3 | 3 | | | 2,98 | 11,37 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло сливочное | | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | чай сладк.с лимоном | 150 | | | | | | | | № 393 |
| | чай заварка | | 1,5 | 1,5 | | | | | | |
| | сахар | | 6 | 6 | | | 5,9 | 22,7 | | |
| | лимон | | 10 | 10 | 0,09 | 0,01 | 0,3 | 3,3 | 1,17 | |
| | | | | | | | | | | |
| | Бутерброд с маслом.сыром | | | | | | | | | № 1 |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | сыр | | 4 | 4 | 1,04 | 1,07 | | 14,08 | | № 7 |
| | | | | | 15,535 | 17,905 | 38,714 | 379,65 | 2,43 | |
| 2 | | | | | | | | | | |
| завтрак | сок персиковый | | 80 | 80 | 0,24 | | 13,6 | 52,8 | 1,1 | № 12 |
| | | | | | | | | | | |
| обед | салат из свеклы | 50 | | | | | | | | № 33 |
| | свекла с 01.01 | | 107 | 50,3 | 0,75 | 0,051 | 4,53 | 21,126 | | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,995 | | 17,98 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | суп карт с рыбн фрикад | 150 | | | | | | | | № |
| | картофель с 01.01 | | 75 | 45 | 7,2 | 0,44 | 10,6 | 46,8 | 12,96 | |
| | морковь с 01.01 | | 12 | 9,6 | 0,12 | 0,012 | 0,69 | 3,26 | 0,6 | |
| | лук репчатый | | 12 | 9,6 | 0,134 | | 0,864 | 3,94 | 0,672 | |
| | крупа пшеничная | | 8 | 7,92 | 0,92 | 0,264 | 5,2 | 27,84 | | |
| | рыба | | 75 | 45 | 11,9 | 0,735 | | 78 | | |
| | зелень | | 2 | 1,68 | | | 0,035 | | 0,64 | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,8 | 0,8 | | | | | | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,995 | | 17,98 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | ленивые голубцы | 150 | | | | | | | | |
| | мясо говядины | | 70 | 53 | 9,8 | 9,7 | | 115 | | |
| | лук репчатый | | 12 | 9,6 | 0,2 | | 0,86 | 3,94 | 0,48 | |
| | капуста | | 70 | 56 | 1 | 0,08 | 2,6 | 15,12 | 36 | |
| | рис | | 10 | 10 | 0,7 | 0,1 | 7,07 | 33 | 0,42 | |
| | масло сливочное | | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | |
| | масло растит. | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,8 | 0,8 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | компот из с/фр | 150 | | | | | | | | № 376 |
| | фрукты сушеные | | 10 | 8,8 | 0,26 | | 4,8 | 19,98 | 0,27 | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,91 | 30,32 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | хлеб ржаной | 35 | 35 | 35 | 2,3 | 0,42 | 11,9 | 63,3 | | № 1 |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | № 1 |
| | | | | | 26,925 | 20,41 | 66,123 | 580,206 | 15,562 | |
| | | | | | | | | | | |
| упл полд | 15:15 кефир | 80 | 80 | 80 | 2,4 | 0,04 | 3 | 24 | | № 401 |
| | сахар | | 2 | 2 | | | 1,99 | 7,58 | | |
| | | | | | | | | | | |
| | пирог сладк.с песочком | 70 | | | | | | | | № 454 |
| | мука пшеничная | | 44,5 | 44,5 | 3,5 | 0,4 | 22,5 | 110 | | |
| | масло сливочное | | 4 | 4 | 0,02 | 3,3 | 0,032 | 29,98 | | |
| | сахар | | 2 | 2 | | | 1,98 | 7,58 | | |
| | сметана 15% | | 8 | 8 | 0,23 | 1,2 | 0,26 | 12,84 | 0,12 | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,998 | | 17,98 | | |
| | яйцо | | 0,15 | 0,15 | 1,05 | 0,95 | 0,058 | 12,95 | | |
| | дрожжи | | 1 | 1 | | | | | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 35 | 35 | 0,99 | 0,88 | 1,66 | 18,2 | 0,59 | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | |
| | чай с молоком | 150 | | | | | | | | № 394 |
| | чай | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,257 | 47 | 1,3 | |
| | сахар | | 10 | 10 | | | 9,89 | 37,9 | | |
| | | | | | 10,73 | 11,318 | 45,627 | 326,01 | 2,01 | |
| | | | | | | | | | | |
| | итоги: | | | | 53,5 | 50 | 165 | 1339 | 21,31 | |

| день 10 | наименование блюд | кол-во | Брутто | Нетто | Б | Ж | У | Ккал | С | № рец. |
|-----------|-------------------------------------|------------|--------|-------|---------------|----------------|---------------|---------------|---------------|--------|
| завтрак | каша дружба вяз.с маслом | 150 | | | | | | | | № 168 |
| | крупа пшено | | 8 | 7,9 | 0,92 | 0,26 | 5,25 | 27,49 | | |
| | крупа рис | | 8 | 7,9 | 0,56 | 0,08 | 5,66 | 26,07 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | 140 | 140 | 140 | 3,95 | 3,5 | 6,62 | 72,8 | 1,26 | |
| | сахар | 4 | 4 | 4 | | | 3,992 | 15,16 | | |
| | масло сливочное | 3 | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | |
| | соль поваренная йодиров. | 1 | 1 | 1 | | | | | | |
| | чай сладкий | 150 | | | | | | | | № 392 |
| | чай заварка | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | сахар | | 7 | 7 | | | 6,9 | 26,5 | | |
| | Булка с маслом и сыром | | | | | | | | | № 1 |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | |
| | масло сливочное | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | сыр | | 4 | 4 | 1,04 | 1,07 | | 14,08 | | № 7 |
| | | | | | 8,46 | 11,74 | 40,986 | 303,2 | 1,26 | |
| 2 | | | | | | | | | | |
| завтрак | мандарин | 100 | 100 | 74 | 0,6 | 0,22 | 5,99 | 29,6 | 28 | |
| обед | салат из моркови с яблоками | 50 | | | | | | | | № 38 |
| | морковь с 01.01 | | 55 | 40,4 | 0,53 | 0,0404 | 2,91 | 13,74 | 2,02 | |
| | яблоки | | 14,2 | 12,5 | 0,057 | 0,057 | 1,23 | 5,61 | 20,57 | |
| | сахар | | 2 | 2 | | | 1,99 | 7,58 | | |
| | масло растит. | | 2 | 2 | | 1,99 | | 17,98 | | |
| | Щи из свеж.капусты на м/б | 150 | | | | | | | | № 67 |
| | мясо говядины | | 25 | 18,8 | 3,5 | 3,01 | | 40,984 | | |
| | Капуста свежая | | 50 | 40 | 0,72 | 0,056 | 1,88 | 10,8 | 16,9 | |
| | картофель с 01.01 | | 75 | 64,8 | 1,8 | 0,255 | 11,21 | 48,6 | 12,98 | |
| | лук репчатый | | 12 | 9,6 | 0,134 | | 0,864 | 3,94 | 0,672 | |
| | морковь с 01.01 | | 12 | 9,6 | 0,2 | 0,01 | 0,69 | 3,26 | 0,3 | |
| | соль поваренная йодиров. | | 1 | 1 | | | | | | |
| | масло растит | | 2 | 2 | | 1,99 | | 17,98 | | |
| | мясные котлеты | 60 | | | | | | | | № 282 |
| | говядина | | 70 | 52,5 | 9,858 | 8,5 | | 115,6 | | |
| | хлеб пшен. | | 5 | 5 | 0,39 | 0,065 | 0,25 | 12,25 | | |
| | сухари | | 6 | 6 | 0,792 | 0,138 | 3,36 | 18,96 | | |
| | яйцо | | 0,1 | 5,5 | 0,7 | 0,64 | 0,04 | 8,64 | | |
| | масса полуфабриката | | | 74 | | | | | | |
| | лук репчатый | | 12 | 10,8 | 0,15 | | 0,972 | 4,428 | 0,91 | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | масло растит. | | 3 | 3 | | | 2,997 | 26,97 | | |
| | картоф пюре | 75 | | | | | | | | № 321 |
| | картофель с01.01 | | 100 | 75,6 | 2 | 0,4 | 16,3 | 80 | 19,44 | |
| | молоко пастериз. 2,5% | | 30 | 30 | 0,85 | 0,75 | 1,421 | 15,6 | 0,27 | |
| | масло сливочное | | 3 | 3 | 0,015 | 2,48 | 0,024 | 22,4 | | |
| | соль поваренная йодиров. | | 0,5 | 0,5 | | | | | | |
| | Томаты порционные | 50 | 50 | 47 | 0,52 | 0,094 | 1,786 | 10,8 | 11,76 | |
| | компот из с/фр | 150 | | | | | | | | № 376 |
| | фрукты сушеные | | 10 | 8,8 | 0,46 | | 4,84 | 20,592 | 0,27 | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,98 | 30,32 | | |
| | хлеб ржаной | 35 | 35 | 35 | 2,3 | 0,42 | 11,9 | 63,3 | | № 1 |
| упл.полд. | | | | | 24,976 | 23,8924 | 69,647 | 600,33 | 86,092 | |
| | сок абрикосовый | | 80 | 80 | 0,45 | 0,1 | 12,3 | 50,4 | | № 12 |
| | лаком.творож.со сг.мол см.с. | 100 | | | | | | | | |
| | творог полужирный | | 65 | 65 | 10,9 | 5,85 | 1,3 | 103 | 0,4 | |
| | мука пшен. | | 3 | 3 | 0,32 | 0,04 | 2,07 | 9,93 | | |
| | Масло сливочн. несол "крест" | | 5 | 5 | 0,025 | 4,13 | 0,04 | 37,4 | | |
| | яйцо | | 0,2 | 0,2 | 1,397 | 1,265 | 0,077 | 17,27 | | |
| | масло растит. | | 1 | 1 | | 0,999 | | 8,99 | | |
| | сахар песок | | 2 | 2 | | | 1,98 | 7,58 | | |
| | сг молоко 2,5% | | 15 | 15 | 0,42 | 0,38 | 0,71 | 7,8 | 0,2 | |
| | сухари | | 5 | 5 | 0,66 | 0,115 | 2,79 | 15,8 | | |
| | сметана 15% | | 8 | 8 | 0,232 | 1,2 | 0,244 | 12,84 | 0,024 | |
| | хлеб пшеничный | | 25 | 25 | 1,95 | 0,22 | 12,5 | 61,3 | | № 1 |
| | какао с молоком | 150 | | | | | | | | № 397 |
| | какао порошок | | 1,5 | 1,5 | 0,09 | 0,072 | 1,1 | 5,7 | | |
| | сахар | | 8 | 8 | | | 7,98 | 30,32 | | |
| | молоко пастериз.2,5% | | 90 | 90 | 2,54 | 2,55 | 4,6 | 47 | 1,26 | |
| | | | | | 18,534 | 16,821 | 35,391 | 364,93 | 1,884 | |
| | итоги: | | | | 53 | 53 | 152 | 1298 | 121,4 | |

Калорийность по приёмам пищи.(от 1,5 до 3лет)

(85%)-12 часовым пребыванием

| | 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
|----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|
| 1 завтрак | 352,54 | 341,2 | 366 | 316 | 368 | 361 | 350 | 342 | 380 | 303 |
| 2 завтрак | 38 | 34 | 24 | 50 | 89 | 89,4 | 50,4 | 36 | 53 | 30 |
| Обед | 513 | 613,4 | 573 | 617 | 561 | 559 | 581 | 616 | 580 | 600 |
| Уплотн.полдн. | 471 | 400 | 413 | 392 | 342 | 430 | 386 | 382 | 326 | 365 |
| Итого: | 1375 | 1389 | 1376 | 1376 | 1360 | 1439 | 1368 | 1376 | 1339 | 1298 |

Калорийность в %(от 1,5 до 3лет)

| | 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
|----------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|---------|
| 1 завтрак | 25,6 | 24,6 | 26,5 | 22,9 | 27 | 25 | 25,6 | 24,9 | 28,4 | 23,3 |
| 2 завтрак | 2,8 | 2,4 | 1,7 | 3,6 | 6,5 | 6,2 | 3,7 | 2,6 | 3,9 | 2,3 |
| Обед | 37 | 44 | 41,6 | 44,8 | 41 | 38,8 | 42,4 | 44,7 | 43,3 | 46 |
| Уплотн.полдн. | 34 | 29 | 30 | 28,4 | 25 | 29,9 | 28 | 27,7 | 24,3 | 28 |
| Итого: | 99,4 | 100 | 99,8 | 99,7 | 99,5 | 99,9 | 99,7 | 99,9 | 99,9 | 99,6 |

Возраст от 1,5 до 3лет.

Соотношение пищевых веществ по приёмам пищи(белки,жиры,углеводы)

| | 1 день | | | 2 день | | | 3 день | | | 4 день | | | 5 день | | |
|------------------------|--------|------|-------|--------|-------|-------|--------|-------|------|--------|-------|------|--------|------|-------|
| | б | ж | угл | б | ж | угл | б | ж | угл | б | ж | угл | б | ж | угл |
| 1 завтрак | 11,3 | 14,5 | 45,2 | 10,94 | 14,15 | 43,22 | 11,09 | 15,77 | 45,9 | 8,85 | 14,15 | 38,4 | 11,5 | 16,4 | 45,7 |
| 2 завтрак | 0,45 | - | 8,19 | 0,45 | 0,1 | 8,19 | 0,7 | 0,14 | 4,86 | 0,45 | 0,1 | 12,3 | 0,5 | 1,58 | 17,24 |
| Обед | 22,3 | 22,6 | 56,6 | 38,24 | 23 | 71,7 | 26,1 | 18,9 | 67,9 | 24,5 | 21,8 | 78,6 | 23,1 | 23 | 66 |
| Уплотн.полдн. | 21,7 | 16,3 | 62,3 | 13,3 | 14,5 | 54,9 | 15,8 | 14,5 | 54,2 | 12,09 | 11,01 | 61,8 | 17,2 | 17 | 32 |
| Итого: | 55,54 | 53,2 | 172,3 | 62,9 | 51,4 | 178 | 54 | 49,4 | 173 | 46 | 47 | 191 | 52 | 58 | 161 |
| Соотношение в % | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 завтрак | 4 | 5,1 | 16 | 3,7 | 4,8 | 14,8 | 4 | 5,7 | 16,6 | 3,1 | 5 | 13,5 | 4,2 | 6 | 16,9 |
| 2 завтрак | 0,2 | - | 2,9 | 0,2 | 0,03 | 2,8 | 0,3 | 0,05 | 1,8 | 0,2 | 0,03 | 4,3 | 0,2 | 0,6 | 6,4 |
| Обед | 7,8 | 8 | 20 | 13 | 7,8 | 24,5 | 9,5 | 6,8 | 24,6 | 8,6 | 7,6 | 27,7 | 8,5 | 8,5 | 24 |
| Уплотн.полдн. | 7,7 | 5,7 | 22,2 | 4,5 | 5 | 18,8 | 5,7 | 5,3 | 19,6 | 4,3 | 3,9 | 21,7 | 6,3 | 6,3 | 11,8 |
| Итого: | 19,7 | 18,9 | 61 | 21,5 | 17,6 | 60,9 | 19,4 | 17,9 | 62,7 | 16,2 | 16,5 | 67,2 | 19,2 | 21 | 59 |

| | 6 день | | | 7 день | | | 8 день | | | 9 день | | | 10 день | | |
|-----------------------|--------|------|------|--------|------|------|--------|------|------|--------|------|------|---------|------|-----|
| | б | ж | угл. | б | ж | угл. | б | ж | угл. | б | ж | угл. | б | ж | угл |
| 1 завтрак | 8,7 | 15,1 | 45,7 | 11,7 | 14,7 | 42,6 | 10,6 | 13,1 | 45,9 | 15,5 | 17,9 | 38,7 | 8,46 | 11,7 | 41 |
| 2 завтрак | 1,9 | 1,9 | 16 | 0,45 | 0,1 | 12,3 | 0,36 | 0,26 | 8 | 0,24 | - | 14 | 0,6 | 0,22 | 6 |
| Обед | 22,2 | 21 | 69 | 27 | 14,2 | 100 | 25,6 | 24 | 76 | 27 | 20,4 | 66 | 25 | 24 | 70 |
| Уплотн.полдник | 7,93 | 13,8 | 63 | 10,8 | 14,3 | 49 | 17,4 | 17 | 42 | 10,7 | 12 | 46 | 18,5 | 17 | 35 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|------|-----|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| Итого: | 41 | 52 | 194 | 50 | 43,3 | 204 | 54 | 54,4 | 172 | 53,5 | 50 | 165 | 53 | 53 | 152 |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| Соотношение в % | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1 завтрак | 3 | 5,3 | 15,9 | 3,9 | 5 | 14,4 | 3,8 | 4,7 | 16,4 | 5,8 | 6,7 | 14,4 | 3,3 | 4,5 | 15,9 |
| 2 завтрак | 0,7 | 0,7 | 5,6 | 0,2 | 0,03 | 4,1 | 0,1 | 0,09 | 2,9 | 0,08 | - | 5,2 | 0,2 | 0,09 | 2,3 |
| Обед | 7,7 | 7,3 | 24 | 9 | 4,8 | 33,7 | 9,1 | 8,6 | 27 | 10 | 7,6 | 24,5 | 9,7 | 9,3 | 27 |
| Уплотн.полдник | 2,8 | 4,8 | 22 | 3,6 | 4,8 | 16,5 | 6,2 | 6,1 | 15 | 4 | 4,5 | 17 | 7,2 | 6,6 | 13,6 |
| Итого: | 14,3 | 18 | 67,6 | 16,8 | 14,6 | 68,7 | 19,3 | 19,4 | 64 | 19,9 | 18,6 | 61 | 20,5 | 20,5 | 58,9 |