



Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ПЕРВЫЙ												
завтрак	каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	150	200	3,82	4,42	18,5	5,1	5,9	24,7	129	172	18/4
	кофейный напиток с молоком	150	180	2,3	2,2	9,9	2,7	2,6	12,0	66,8	80,1	13/10
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	94,5	106,8	1/13
Итого за завтрак		330	415	7,97	10,4163	40,5375	10,1	12,4	51,2	290,25	358,9	
обед	огурц соленый	30	50	0,2	0,03	0,5	0,4	0,05	0,85	3,3	5,5	2/1
	суп-пюре из картофеля	150	180	2,9	3,6	14,7	3,5	4,3	16,9	90,8	124,4	99
	с гренками	20	20	1,7	0,16	10,8	1,7	0,16	10,8	52,6	52,6	34/2
	рисовая запеканка с рыбой	120	160	18,7	3,16	13,78	24,95	4,08	18,23	161,2	226,3	138
	с соусом сметанным	40	40	0,7	2	2,8	0,7	2	2,8	32	32	355
	компот из сухофруктов	150	180	0	0	14,25	0	0	17,1	60	72	
	хлеб пшеничный	0	10	0,00	0,00	0,00	0,75	0,10	4,80	24,60	24,60	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед		540	678	26,2	9,25	70,83	34,5	11,09	89,18	492,3	623,3	
полдник	булочка домашняя	50	70	4,4	3,3	27	6,2	4,6	37,8	151,3	198,9	8/12
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020
Итого за полдник		210	250	5,55	4,1	33,7	7,5	5,6	45,4	191,5	244,2	
Итого за первый день		1080	1343	39,72	23,7663	145,068	52,1	29,09	185,78	974,05	1226,4	

Заведующий БМА ДОУ "Детский сад № 36"

10/10/2019

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет		
				Б	Ж	У	Б	Ж				
ДЕНЬ ВТОРОЙ												
завтрак	суп молочный	150	200	2,55	2,8	9	3,4	3,7	12	71,25	95	21/2
	чай	150	180	0	0	6,8	0	0	8,2	26,2	135	14/10
	батон с маслом и сыром	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	129	141,3	4/13
Итого за завтрак		330	415	7,05	8,9	28,3	8,3	9,9	35,1	226,45	371,3	
обед	салат из кукурузы с луком репчатым и растительным маслом	30	50	1,18	3,81	2,93	1,57	5,08	3,9	50,25	67	17
	рассольник ленинградский с мясом со сметаной	150	180	2,46	3,6	12,57	2,9	4,3	15,1	87,9	104,5	33
	биточки (котлеты) из мяса кур	50	70	8,9	7,3	7,4	12,5	10,2	10,4	131,8	184,6	5/9
	макаронные изделия отварные	110	130	3,8	2,7	23,7	4,6	3,3	28	137,8	162,9	43/3
	напиток из шиповника	150	180	0,15	0,07	12,5	0,2	0,09	15	48,7	58,2	15/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед		540	678	19,99	17,98	82,7	26,47	23,67	104,5	573,45	736,9	
полдник	булочка домашняя	50	70	4,4	3,3	27	6,2	4,6	37,8	151,3	198,9	8/12
	снежок питьевой, 2,5% жирности	150	180	4,1	0,07	12,3	5	0,09	14,8	68,3	82	251
Итого за полдник		200	250	8,5	3,37	39,3	11,2	4,69	52,6	219,6	280,9	
Итого за второй день		1070	1343	35,54	30,25	150,3	45,97	38,26	192,2	1019,5	1389,1	



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БМА ДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет		от 3 лет до 7 лет
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ТРЕТИЙ												
завтрак	каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	200	4,9	4,5	23,4	6,5	6	31,2	154,5	206	11/4
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	94,5	106,8	1/13
Итого за завтрак		340	415	7,95	9,14	42,2	10,1	10,9	53,3	289,2	358,1	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
Итого за завтрак		150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
обед	кабачковая икра	30	50	0,5	1,9	2,2	0,8	3,1	3,7	27,2	45,4	
	борщ с морской капустой с мясом говядины со сметаной	150	180	4,9	6,3	5	5,8	6,1	6	96,8	116,1	4/2
	печень по-строгановски	50	70	6,2	6,6	1,2	8,8	9,2	1,7	90	126	9/8
	картофельное пюре	110	130	2,3	3,1	15,1	3,1	4,2	20,6	99	135	3/3
	компот из сухофруктов	150	180	0	0	14,25	0	0	17,1	60	72	
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед		540	678	17,4	18,4	61,35	23,2	23,3	81,2	490	654,2	
полдник	омлет запеченный	130	150	12,6	17	2,3	14,5	19,6	2,6	131	153	42/3
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10
Итого за полдник		280	330	15,9	19,9	21,7	18	22,7	23,2	219,1	274,5	
Итого за третий день		1310	1573	41,85	48,04	142,65	51,9	57,5	175,1	1071,32	1359,82	



Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ												
завтрак	каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	180	5,1	4,4	26	5,7	5	29,1	145,2	175,4	5/4
	кофейный напиток с молоком	150	180	2,4	2,3	10,6	2,7	2,6	12	57,4	80,1	13/10
	батон с маслом и сыром	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	129	141,3	4/13
<i>Итого за завтрак</i>		<i>340</i>	<i>405</i>	<i>12</i>	<i>12,8</i>	<i>49,1</i>	<i>13,3</i>	<i>13,8</i>	<i>56</i>	<i>331,6</i>	<i>396,8</i>	
обед	салат из свеклы с чесноком	30	50	0,41	3,03	2,15	0,67	5,05	3,6	37,8	63,1	69
	уха рыбацкая	150	180	5,1	1,6	7,35	6,1	1,9	8,8	65,25	78,3	30/2
	овощное рагу с курицей	170	200	11,32	10,35	12,3	12,08	11,04	13,12	189	201,6	298
	компот из сухофруктов	150	180	0,4	0	13,7	0,45	0	16,5	54	64,8	6/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
<i>Итого за обед</i>		<i>550</i>	<i>678</i>	<i>20,73</i>	<i>15,48</i>	<i>59,1</i>	<i>24</i>	<i>18,69</i>	<i>74,12</i>	<i>463,05</i>	<i>567,5</i>	
полдник	ватрушка с повидлом	50	70	6,5	6,2	20,1	9,1	8,7	28,2	164,2	228	5/12
	молоко кипяченое	150	180	4,3	4,8	6,7	5,2	5,8	8,1	87	104,4	255
<i>Итого за полдник</i>		<i>200</i>	<i>250</i>	<i>10,8</i>	<i>11</i>	<i>26,8</i>	<i>14,3</i>	<i>14,5</i>	<i>36,3</i>	<i>251,2</i>	<i>332,4</i>	
<i>Итого за четвертый день</i>		<i>1090</i>	<i>1333</i>	<i>43,53</i>	<i>39,28</i>	<i>135</i>	<i>51,6</i>	<i>46,99</i>	<i>166,42</i>	<i>1045,85</i>	<i>1296,7</i>	

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий БМА ДОУ "Детский сад № 36"  Е.В.Минеева

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет		
				Б	Ж	У	Б	Ж				
ДЕНЬ ПЯТЫЙ												
завтрак	каша гречневая молочная с маслом сливочным	150	190	5,4	4,95	22	6,8	6,2	27,8	154,5	195,7	2/4
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	90,5	106,8	1/13
Итого за завтрак		340	415	10,6	11,69	53,5	12,6	13,2	62,9	333,1	424	
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
Итого за завтрак		150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02	
обед	салат из отварного картофеля с зеленым горошком, яйцом и растительным маслом	30	50	0,9	3,3	3	1,5	5,6	5	46	76,6	32/1
	щи из свежей капусты, с мясом и со сметаной	150	180	2,21	3,6	5,15	2,6	4,3	6,2	70,86	85	56
	биточки (котлеты) из мяса	50	70	8,5	8	7	10,4	9,8	8,5	134,3	174,3	17/8
	капуста тушеная	110	130	2,5	2,1	10	3	2,5	11,8	69	81,5	8/3
	кисель	150	180	0	0	13,5	0	0	16,2	46,5	54	4/10
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед		540	678	17,61	17,5	62,25	22,2	22,9	79,8	483,66	631,1	
полдник	творожная запеканка	110	120	18,6	10,5	14,5	20,3	11,5	15,8	209	220,8	9/5
	с повидлом	20	30	1,62	0	2,9	0,7	0	4,4	22	33	2/11
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020
Итого за полдник		290	330	21,37	11,3	24,1	22,3	12,5	27,8	271,2	299,1	
Итого за пятый день		1320	1573	50,18	41,09	157,25	57,7	49,2	187,9	1160,98	1427,22	

Заведующий БМА ДО		Энергети
лет до 7 лет	от 1 года	
Ж	У	до 3 лет

и БМА ДОУ Детск

Chaves

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)							Энергетическая	№ рецептуры	
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет
				Б	Ж	У	Б	Ж	У				
ДЕНЬ ШЕСТОЙ													
завтрак	каша манная молочная со сливочным маслом	150	200	4	3,8	20,6	5,3	5,1	27,5	133,5	178	5/4	
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020	
	батон с маслом и сыром	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	122,8	140	4/13	
Итого за завтрак		350	425	9,65	10,7	39,8	11,5	12,3	50	296,5	363,3		
обед	огурец соленый	30	50	0,2	0,03	0,5	0,4	0,05	0,85	3,3	5,5	2/1	
	суп-пюре гороховый с мясом куры	150	180	8,8	5,97	11,1	10,5	7,1	13,3	134,5	161,4	29/2	
	с гренками	20	20	1,7	0,16	10,8	1,7	0,16	10,8	52,6	52,6	34/2	
	суфле рыбное	50	70	9,5	5,3	2,4	11,3	6,4	2,9	96	112,8		
	картофельное пюре	110	130	2,3	3,1	15,1	3,1	4,2	20,6	80	135	3/3	
	компот из сухофруктов	150	180	0,4	0	13,7	0,45	0	16,5	54	64,8	6/10	
	хлеб пшеничный	0	10	0,00	0,00	0,00	0,75	0,10	4,80	24,60	24,60		
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9		
Итого за обед		540	678	24,9	14,86	67,6	30,7	18,41	87,45	512,8	642,6		
полдник	булочка домашняя	50	70	4,4	3,3	27	6,2	4,6	37,8	151,3	198,9	5/12	
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10	
Итого за полдник		200	250	7,7	6,2	46,4	9,7	7,7	58,4	239,4	320,4		
Итого за шестой день		1090	1353	42,25	31,76	153,8	51,9	38,41	195,85	1048,7	1326,30		



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий БМА ДОУ "Детский сад № 36"

Е.В.Минеева

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая		№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	
				Б	Ж	У	Б	Ж	У			
ДЕНЬ СЕДЬМОЙ												
завтрак	каша рисовая молочная со сливочным маслом	150	180	4,5	4,35	31,8	5,4	5,2	38,1	186	223,2	7/4
	кофейный напиток с молоком	150	180	2,4	2,3	10,6	2,7	2,6	12	58,1	80,1	13/10
	батон с маслом	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	126	141,3	4/13
Итого за завтрак		340	405	11,4	12,75	54,9	13	14	65	370,1	444,6	
обед	кабачковая икра	30	50	0,5	1,9	2,2	0,8	3,1	3,7	27,2	45,4	23/1
	бульон куриный с отварным яйцом	150	180	7,4	6,9	0,5	8,4	7,8	0,6	62,6	75,1	1/2+1/6
	с гречкой	20	20	1,7	0,16	10,8	1,7	0,16	10,8	52,6	52,6	34/2
	макаронные изделия отварные	110	130	3,8	2,7	23,7	4,6	3,3	28	137,8	162,9	43/3
	гуляш из отварной говядины	50	70	7,5	7,7	1,2	10,5	10,8	1,7	104,3	146,1	54-1м-2020
	компот из сухофруктов	150	180	0,4	0	13,7	0,45	0	16,5	54	64,8	6/10
	хлеб пшеничный	0	10	0,00	0,00	0,00	0,70	0,20	4,80	0,00	24,60	
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9	
Итого за обед		540	678	23,3	19,7	66,1	29,7	25,8	83,8	506,3	657,4	
полдник	булочка домашняя	50	70	4,4	3,3	27	6,2	4,6	37,8	151,3	198,9	8/12
	снежок питьевой, 2,5 % жирности	150	180	4,1	0,07	12,3	5	0,09	14,8	68,3	82	251
	Итого за полдник		200	250	8,5	3,37	39,3	11,2	4,69	52,6	219,6	280,9
Итого за седьмой день		1080	1333	43,235	35,8	160,3	53,872	44,494	201,36	1095,95	1382,86	

до 17 лет	от 18 лет	от 19 лет	от 20 лет	от 21 года	от 22 лет	от 23 лет	от 24 лет	от 25 лет	от 26 лет	от 27 лет	от 28 лет	от 29 лет	от 30 лет	от 31 года	от 32 лет	от 33 лет	от 34 лет	от 35 лет	от 36 лет	от 37 лет	от 38 лет	от 39 лет	от 40 лет	от 41 года	от 42 лет	от 43 лет	от 44 лет	от 45 лет	от 46 лет	от 47 лет	от 48 лет	от 49 лет	от 50 лет	от 51 года	от 52 лет	от 53 лет	от 54 лет	от 55 лет	от 56 лет	от 57 лет	от 58 лет	от 59 лет	от 60 лет	от 61 года	от 62 лет	от 63 лет	от 64 лет	от 65 лет	от 66 лет	от 67 лет	от 68 лет	от 69 лет	от 70 лет	от 71 года	от 72 лет	от 73 лет	от 74 лет	от 75 лет	от 76 лет	от 77 лет	от 78 лет	от 79 лет	от 80 лет	от 81 года	от 82 лет	от 83 лет	от 84 лет	от 85 лет	от 86 лет	от 87 лет	от 88 лет	от 89 лет	от 90 лет	от 91 года	от 92 лет	от 93 лет	от 94 лет	от 95 лет	от 96 лет	от 97 лет	от 98 лет	от 99 лет	от 100 лет
-----------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------

БМАС *Cherese*

МАДОВ

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)									Энергетическая	№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет			
				Б	Ж	У	Б	Ж	У					
ДЕНЬ ВОСЬМОЙ														
завтрак	каша молочная ассорти (пшенично-кукурузная) молочная со сливочным маслом	150	180	4,5	4,5	20,55	5,4	5,4	24,6	141	169,2	19/4		
	какао с молоком	150	180	3,3	2,9	19,4	3,5	3,1	20,6	88,1	121,5	14/10		
	батон с маслом и сыром	25/5/10	30/5/10	4,5	6,1	12,5	4,9	6,2	14,9	122,8	140	4/13		
Итого за завтрак		340	405	12,3	13,5	52,45	13,8	14,7	60,1316	351,9	430,7			
второй завтрак (10-00)	фрукт (сок)	150	150	0,75	0	15,15	0,75	0	15,15	70	70	399		
Итого за завтрак		150	150	0,6	0,6	17,4	0,6	0,6	17,4	73,02	73,02			
обед	салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	30	50	0,41	2,19	1,28	0,7	3,31	2,12	25	41,32	7/1		
	свекольник со сметаной	150	180	1,3	3,3	8,8	1,5	3,9	10,5	70	83,7	3		
	каша рисовая рассыпчатая	110	130	2,7	2,5	27,2	3,2	2,9	32,1	144,5	170,7	45/3		
	печень по-строгановски	50	70	6,2	6,6	1,2	8,8	9,2	1,7	90	126	9/8		
	компот из сухофруктов	150	180	0,4	0	13,7	0,45	0	16,5	54	64,8	6/10		
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80			
	хлеб ржаной	30	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9			
Итого за обед		540	678	14,51	15,09	75,78	19,35	20,01	95,02	500,5	646,22			
полдник	булочка домашняя	50	70	4,4	3,3	27	6,2	4,6	37,8	151,3	198,9	8/12		
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4ги-2020		
Итого за полдник		210	250	5,55	4,1	33,7	7,5	5,6	45,4	191,5	244,2			
Итого за восьмой день		1240	1483	32,96	33,29	179,33	41,25	40,91	217,952	1116,92	1394,14			

Заведующий БМАДОУ "Детский сад № 36"

Заведующий БМАД

Энергет

лет до 7 лет от года

Ж У до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	выход блюда		Пищевые вещества (г)									№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет	от 1 года до 3 лет			от 3 лет до 7 лет			Энергетическая			
				Б	Ж	У	Б	Ж	У	от 1 года до 3 лет	от 3 лет до 7 лет		
ДЕНЬ ДЕВЯТЫЙ													
завтрак	каша пшениная молочная с маслом сливочным	150	200	4,9	4,5	23,4	6,5	6	31,2	154,5	206	11/4	
	чай с молоком	160	180	1,15	0,8	6,7	1,3	1	7,6	40,2	45,3	54-4гн-2020	
	батон с маслом	25/5	30/5	1,9	3,84	12,1	2,3	3,9	14,5	94,5	106,8	1/13	
	Итого за завтрак		350	425	7,95	9,14	42,2	10,1	10,9	53,3	289,2	358,1	
обед	салат из моркови с яблоками и растительным маслом	30	50	0,31	2	2,98	0,6	4	5,96	31	52	11/1	
	суп картофельный с макаронными изделиями с курой	150	180	1,3	0,8	8,5	1,5	1	10,2	87,25	106,7	18/2	
	капуста, тушенная с мясом (бигус)	150	160	9	7,5	7,36	10	8,2	10,8	255	280	200	
	компот из сухофруктов	150	180	0,4	0	13,7	0,45	0	16,5	54	64,8	6/10	
	хлеб пшеничный	20	30	1,50	0,20	9,60	2,20	0,30	14,40	49,20	73,80		
	хлеб ржаной	20	38	2	0,3	14	2,5	0,4	17,7	67,8	85,9		
	Итого за обед		520	638	14,51	10,8	56,14	17,25	13,9	75,56	544,25	663,2	
полдник	"гребешок" из дрожжевого теста	50	70	4,1	3,4	4,2	4,12	3,49	42,38	125	137	17-2/12	
	кофейный напиток с молоком	150	180	2,3	2,2	9,9	2,7	2,6	12	66,8	80,1	13/10	
Итого за полдник		200	250	6,4	5,6	14,1	6,82	6,09	54,38	191,8	217,1		
Итого за девятый день		1070	1313	28,86	25,54	112,44	34,17	30,89	183,24	1025,25	1238,4		

