

Утверждаю:
 Начальник оздоровительного лагеря
 МОБУ СОШ № _____
 " _____ " _____ 2025 год.

**Меню на летний оздоровительный лагерь с дневным пребыванием на 2025 г.
 Для детей 6,5 - 10 лет.**

1-ый день

Завтрак		Б	Ж	У	К	
Фрукты консервированные	60	0,50	3,10	2,46	39,03	
Каша молочная пшеничная с маслом сливоч.	200	10,24	12,36	35,92	293,50	№257сбрец 1994
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб.рец1994
Сыр порциями.	15	3,48	4,46	0,00	36,40	№151сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
		17,64	20,42	72,90	527,13	
Обед		Б	Ж	У	К	
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60	0,78	5,82	3,72	69,12	№55 сб рец 1985
Суп картофельный с крупой (гречка) и курицей	15/250	7,92	8,75	14,53	131,80	№80сб рец 2004
Биточки мясные	90	8,40	9,45	4,00	136,90	№416 сб рец 1994
Макаронные изделия отварные со слив мас	150	6,05	5,05	40,83	217,80	№19 сб.рец 2004
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83	528 сб рец 1994
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.рец.2004
Хлеб в/с йодированный, ржано- пшенич.	25/25	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
		32,65	31,97	115,23	816,45	
Полдник		Б	Ж	У	К	
Сок	200	0,00	0,20	32,20	92,00	
Фрукт (Яблоко)	150	0,52	0,52	12,74	61,10	
Булочка "Плюшка московская"	100	8,40	22,00	53,70	269,00	
		8,40	22,00	53,70	269,00	
ИТОГО 1-ый день		58,69	74,39	241,83	1612,58	

2-ой день

Завтрак		Б	Ж	У	К	
Зеленый горошек консервированный	60	0,22	1,04	3,76	24,45	№10 сб рец 2010
Омлет натуральный со сливочным маслом	150	14,3	11,25	43,13	349,01	№255сбрец2004
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5	0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб рец 1994
Масло сливочное	15	0,10	8,25	0,13	74,80	№14сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018

		17,84	21,34	85,34	607,46		
Обед			Б	Ж	У	К	
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	60		0,64	2,44	2,64	87,60	№58 сб рец 1985
Борщ со свежей капустой, с мясом и сметаной	15/250/10		7,67	10,56	21,97	173,72	№128/332,2сбрец2004
Плов с мясом	200		10,93	12,60	32,72	285,95	№104сб рец 2004
Хлеб в/с йодированный, ржано- пшенич.	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200		1,36	0	29,02	116,19	627/94
			26,00	26,00	105,87	760,26	
Полдник			Б	Ж	У	К	
Фрукт (Банан)	200		0,52	0,52	12,74	61,10	
Сок фруктовый	200		0,00	0,20	32,20	92,00	
Печенье	100		2,36	3,62	26,18	84,20	ГОСТ24901-2014
			2,88	4,34	71,12	237,30	
ИТОГО 2-ой день			46,72	51,68	262,33	1605,02	

3-ый день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Макароны отварные со сливочным маслом и сыром	200		8,37	11,3	40,83	242,18	№274 сб.рец. 1994
Какао на молоке	200		4,2	3,62	17,28	118,66	№397сб рец 2004
Сыр порциями.	15		3,48	4,46	0,00	36,40	№15\1сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		5,4	0,4	19,52	96,80	гост 31805-2018
			21,45	19,78	77,63	494,04	
Обед			Б	Ж	У	К	
Салат из сырых овощей с растительным маслом	60		0,96	4,56	3,18	56,58	№71/24сбрец 2004/94
Суп картофельный с горохом и курицей	15/250		8,20	6,80	13,00	178,48	№66/15 сб рец 2004
Жаркое по - домашнему с мясом	200		10,09	14,32	28,43	372,00	№96 сбрец2003
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.рец,2004
			26,25	26,48	94,73	829,06	
Полдник			Б	Ж	У	К	
Сок	200		0,00	0,20	32,20	92,00	
Булочка "Сдоба сахарная"	100		8,40	22,00	53,70	269,00	
Фрукт (Яблоко)	150		0,52	0,52	12,74	61,10	
			0,52	0,52	12,74	61,10	
ИТОГО 3-ый день			48,22	46,78	185,10	1384,20	

4-ий день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Запеканка из творога	150		10,24	12,36	35,92	293,50	№257сбрец 1994

Соус яблочный	30		0,52	0,52	12,74	61,10	№628сб.пец1994
Чай с сахаром	200		0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб.пец1994
Масло сливочное	15		0,10	8,25	0,13	74,80	№14сбпец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Обед			Б	Ж	У	К	
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60		0,78	5,82	3,72	69,12	№55 сб пец 1985
Свекольник с мясом и сметаной	15/250/10		6,02	10	12,35	175,72	№131,2сбпец2004
Рыба тушеная с овощами	90/50		9,40	7,70	8,50	147,70	№309 сб пец 1994
Рис отварной со сливочным маслом	150/5		3,65	5,37	26,69	209,70	№315 сб пец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный, ржано-пшеничный.	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200		1,36	0	29,02	116,19	627/94
			26,61	29,29	99,80	815,23	
Полдник			Б	Ж	У	К	
Фрукт (Яблоко)	150		0,52	0,52	12,74	61,10	
Печенье	100		3,64	5,02	22,1	96,80	ТУ9130-001-46342102-05
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5		0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб пец 1994
			4,16	5,94	53,64	220,30	
ИТОГО за 4-ий ДЕНЬ			33,99	35,63	172,96	1132,33	

5-ый день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Каша "Янтарная"(из пшена) с яблоками и сливоч масл.	175/25/5		8,2	11,8	37,80	292,00	№116сбпец2004
Чай с сахаром	200		0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб.пец1994
Сыр порциями.	15		3,48	4,46	0,00	36,40	№15\1сб пец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
			15,10	16,76	72,32	486,60	
Обед			Б	Ж	У	К	
Винегрет овощной с растительным маслом.	60		0,50	3,10	21,46	39,03	№60 сб.пец.1994
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	15/250/10		9,06	7,89	8,35	171,74	№88//332,2сбпец2004
Гречка по- купечески с мясом	200		13,40	10,75	18,80	282,10	№416 сб пец 1994
Соус красный основной	50		2,50	2,10	2,03	38,83	528 сб пец 1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.пец.2004
			32,46	24,64	100,76	753,70	
Полдник			Б	Ж	У	К	
Сок фруктовый	200		0,00	0,20	32,20	92,00	
Печенье	100		2,36	3,62	26,18	84,20	гост 31805-2018
Фрукт (Банан)	200		0,52	0,52	12,74	61,10	

			0,52	0,52	12,74	61,10	
ИТОГО 5-ый день			48,08	41,92	185,82	1301,40	

6-ый день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Макароньы отварные со слив мас с сыром	200		8,37	10,30	40,83	242,18	№274 сб.рец. 1994
Какао на молоке	200		4,2	3,62	17,28	118,66	№397сб рец 2004
Масло сливочное	15		0,10	8,25	0,13	74,80	№14сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
			15,89	22,57	77,76	532,44	

Обед			Б	Ж	У	К	
Салат из сырых овощей с растительным маслом	60		0,96	4,56	3,18	56,58	№71/24сбрец 2004/94
Рассольник "Петербургский"	15/250/10		9,36	9,04	15,22	176,93	№129 сб рец 1994
Плов с мясом	200		10,93	12,60	32,72	285,95	№104сб рец 2004
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.рец.2004
			28,25	27,00	101,24	741,46	

Полдник			Б	Ж	У	К	
Сок фруктовый	200		0,00	0,20	32,20	92,00	
Фрукт (Яблоко)	150		0,52	0,52	12,74	61,10	
			0,52	0,52	12,74	61,10	
ИТОГО 6-ый день			44,66	50,09	191,74	1335,00	

7-ый день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Каша молочная рисовая с маслом сливоч.	200		10,24	12,36	35,92	293,50	№257сбрец 1994
Чай с сахаром	200		0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб.рец1994
Сыр порциями.	15		3,48	4,46	0,00	36,40	№15, 1сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
			17,14	17,32	70,44	488,10	

Обед			Б	Ж	У	К	
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	60		0,64	2,44	2,64	87,60	№58 сб рец 1985
Борщ из свежей капусты со сметаной.	15/250/10		7,67	10,55	21,97	173,72	№128/110/332,2сбрец2004
Азу "По-Татарски"	200		10,09	11,32	28,48	372,00	№402сб.рец1994
Хлеб в/с йодированный, пшенично-ржаной	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.рец.2004
			25,40	25,11	103,21	855,32	

Полдник			Б	Ж	У	К	
Сок фруктовый	200		0,00	0,20	32,20	92,00	

Печенье	100		2,36	3,62	26,18	84,20	ГОСТ24901-2014
			2,36	3,82	58,38	176,20	
ИТОГО 7-ый день			44,90	46,25	232,03	1519,62	

8-ый день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Каша молочная манная с маслом сливочным	200/5		12,26	7,75	29,81	264,16	№257сбрец 1994
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5		0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб рец 1994
Масло сливочное	15		0,10	8,25	0,13	74,80	№14сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
			15,58	16,80	68,26	498,16	
Обед			Б	Ж	У	К	
Салат из белокачанной капусты с растительным маслом.	60		0,96	4,56	3,016	56,48	№81 сб рец 1985
Суп картофельный с горохом и курицей	15/250		8,20	6,80	13,00	178,48	№66/15 сб рец 2004
Котлета мясная	90		8,40	9,45	4,00	136,90	№416 сб рец 1994
Рис отварной со сливочным маслом	150		3,65	5,37	26,69	209,70	№315 сб рец 2004
Соус красный основной	50		2,50	2,10	2,03	38,83	528 сб рец 1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.рец.2004
			30,71	29,08	98,86	842,39	
Полдник			Б	Ж	У	К	
Сок фруктовый	200		0,00	0,20	32,20	92,00	гост 31805-2018
Булочка "Плюшка московская"	100		8,40	22,00	53,70	269,00	
Фрукт (Яблоко)	150		0,52	0,52	12,74	61,10	№628сб.рец1994
			8,92	22,72	98,64	422,1	
ИТОГО 8-ый день			55,21	68,60	265,76	1762,65	

9-ый день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Макаронны отварные со слив мас с сыром	200		8,37	10,30	40,83	242,18	№274 сб рец 1994
Какао на молоке	200		4,2	3,62	17,28	118,66	№397сб рец 2004
Сыр порциями.	15		3,48	4,46	0,00	36,40	№15 1сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
			19,27	18,78	77,63	494,04	
Обед			Б	Ж	У	К	
Винегрет овощной с растительным маслом.	60		0,50	3,10	21,46	39,03	№60 сб рец 1994
Суп картофельный с крупой (гречка) и курицей	15/250		7,92	8,75	14,53	131,80	№80сб рец 2004
Голубцы ленивые	200		12,60	9,85	19,30	283,30	№298 сб рец 2004
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018

Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200		1,36	0	29,02	116,19	627/94
			27,78	22,10	103,83	667,12	
Полдник			Б	Ж	У	К	
Сок фруктовый	200		0,00	0,20	32,20	92,00	ТУ9130-001-46342102-05
Печенье	100		2,36	3,62	26,18	84,20	№628сб.рец1994
			2,36	3,82	58,38	176,20	
ИТОГО 9-ый день			49,41	44,70	239,84	1337,36	

10-ый день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Запеканка рисовая с творогом	200		10,24	12,36	35,92	293,50	№257сб.рец 1994
Соус яблочный	30		0,52	0,52	12,74	61,10	№628сб.рец1994
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5		0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб рец 1994
Масло сливочное	15		0,10	8,25	0,13	74,80	№15 сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
			14,08	21,93	87,11	588,60	
Обед			Б	Ж	У	К	
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60		0,78	5,82	3,72	69,12	№55 сб рец 1985
Щи из свежей капусты со сметаной	15/250/10		9,06	7,89	8,35	171,74	№88/332сб.рец2004
Тефтели мясные в соусе.	90/50		12,10	17,96	13,30	163,10	№342 сб.рец 2004
Картофельное пюре	150		4,3	6,05	42,3	168,2	
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.рец.2004
			33,24	38,52	117,79	794,16	

Полдник			Б	Ж	У	К	
Сок фруктовый	200		0,00	0,20	32,20	92,00	гост 31805-2018
Булочка "Сдоба сахарная"	100		8,40	22,00	53,70	269,00	
Фрукт (Груша)	260		0,52	0,52	12,74	61,10	№628сб.рец1994
			8,92	22,72	98,64	422,10	
ИТОГО 10-ый день			56,24	83,17	303,54	1804,86	

11-ый день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Фрукты консервированные	60		0,50	3,10	2,46	39,03	
Каша молочная пшенная с маслом сливоч.	200		10,24	12,36	35,92	293,50	№257сб.рец 1994
Чай с сахаром	200		0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб.рец1994
Сыр порциями.	15		3,48	4,46	0,00	36,40	№15\1сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
			17,64	20,42	72,90	527,13	

Обед			Б	Ж	У	К	
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60		0,78	5,82	3,72	69,12	№55 сб рец 1985
Свекольник с мясом и сметаной	15/250/10		6,02	10	12,35	175,72	№131,2сбрец2004
Биточки мясные	90		8,40	9,45	4,00	136,90	№416 сб рец 1994
Макароны отварные со слив мас	150		6,05	5,05	40,83	217,80	№19 сб.рец 2004
Соус красный основной	50		2,50	2,10	2,03	38,83	528 сб рец 1994
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.рец.2004
Хлеб в/с йодированный, ржано- пшенич.	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
			30,75	33,22	113,05	860,37	
Полдник			Б	Ж	У	К	
Сок	200		0,00	0,20	32,20	92,00	
Булочка "Плюшка московская"	100		8,40	22,00	53,70	269,00	
Фрукт (Яблоко)	150		0,52	0,52	12,74	61,10	
			0,52	0,52	12,74	61,10	
ИТОГО 11-ый день			48,91	54,16	198,69	1448,60	

12-ой день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Зеленый горошек консервированный	60		0,22	1,04	3,76	24,45	№10 сб рец 2010
Омлет натуральный со сливочным маслом	150		14,3	11,25	43,13	349,01	№255сбрец2004
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5		0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб рец 1994
Масло сливочное	15		0,10	8,25	0,13	74,80	№14сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
			17,84	21,34	85,34	607,46	

Обед			Б	Ж	У	К	
Салат из свежих помидоров с растительным маслом	60		0,64	2,44	2,64	87,60	№58 сб рец 1985
Борщ со свежей капустой, с мясом и сметаной	15/250/10		7,67	10,56	21,97	173,72	№128/332,2сбрец2004
Плов с мясом	200		10,93	12,60	32,72	285,95	№104сб рец 2004
Хлеб в/с йодированный, ржано- пшенич.	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200		1,36	0	29,02	116,19	627/94
			26,00	26,00	105,87	760,26	
Полдник			Б	Ж	У	К	
Фрукт (Яблоко)	150		0,52	0,52	12,74	61,10	
Сок фруктовый	200		0,00	0,20	32,20	92,00	
Печенье	100		2,36	3,62	26,18	84,20	ГОСТ24901-2014
			2,88	4,34	71,12	237,30	
ИТОГО 12-ой день			46,72	51,68	262,33	1605,02	

13-ый день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Макароны отварные со сливочным маслом и сыром	200		8,37	11,3	40,83	242,18	№274 сб.рец. 1994
Какао на молоке	200		4,2	3,62	17,28	118,66	№397сб рец 2004
Сыр порциями.	15		3,48	4,46	0,00	36,40	№151сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		5,4	0,4	19,52	96,80	гост 31805-2018
			21,45	19,78	77,63	494,04	
Обед			Б	Ж	У	К	
Салат из сырых овощей с растительным маслом	60		0,96	4,56	3,18	56,58	№71/24сбрец 2004/94
Суп картофельный с крупой (рис) и курицей	15/250		8,20	6,80	13,00	178,48	№66/15 сб рец 2004
Гречка по-купечески с мясом	200		13,40	10,75	18,80	282,10	№416 сб рец 1994
Соус красный основной	50		2,50	2,10	2,03	38,83	528 сб рец 1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200		1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.рец.2004
			32,06	25,01	87,13	777,99	
Полдник			Б	Ж	У	К	
Сок	200		0,00	0,20	32,20	92,00	
Булочка "Сдоба сахарная"	100		8,40	22,00	53,70	269,00	
Фрукт (Банан)	200		0,52	0,52	12,74	61,10	
			8,92	22,72	98,64	422,10	
ИТОГО 13-ый день			62,43	67,51	263,40	1694,13	

14-ий день

Завтрак			Б	Ж	У	К	
Каша молочная манная с маслом сливочным	200/5		12,26	7,75	29,81	264,16	№257сбрец 1994
Чай с лимоном и сахаром	200/3,5		0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб рец 1994
Масло сливочное	15		0,10	8,25	0,13	74,80	№14сбрец2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50		3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Обед			Б	Ж	У	К	
Салат из свежих огурцов с луком и растительным маслом	60		0,78	5,82	3,72	69,12	№55 сб рец 1985
Рассольник "Петербургский"	15/250/10		9,36	9,04	15,22	176,93	№129 сб рец 1994
Котлета рыбная Любительская	90		8,2	3,95	9,22	187,26	№325 сб рец 1994
Картофельное пюре	150		4,3	6,05	42,3	168,2	
Соус красный основной	50		2,50	2,10	2,03	38,83	528 сб рец 1994
Хлеб пшеничный в/с йодированный, ржано-пшеничный.	25/25		5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Кисель плодово-ягодный витаминизированный	200		1,36	0	29,02	116,19	627/94
			31,90	27,36	121,03	666,07	
Полдник			Б	Ж	У	К	
Фрукт (Яблоко)	150		0,52	0,52	12,74	61,10	

Печенье	100		2,36	3,62	26,18	84,20	ТУ9130-001-46342102-05
Чай с сахаром и лимоном	200/3,5		0,00	0,40	18,80	62,40	№629сб рец 1994
			2,88	4,54	57,72	207,70	
ИТОГО за 14-ий ДЕНЬ			38,00	32,30	198,27	970,57	

15-ый день

Завтрак		Б	Ж	У	К	
Каша "Янтарная"(из пшена) с яблоками и сливоч масл.	175/25/5	8,2	11,8	37,80	292,00	№116сбрец2004
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,40	№628сб.рец1994
Сыр порциями.	15	3,48	4,46	0,00	36,40	№151сб рец 2004
Хлеб пшеничный в/с йодированный.	50	3,22	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
		15,10	16,76	72,32	486,60	
Обед		Б	Ж	У	К	
Винегрет овощной с растительным маслом.	60	0,50	3,10	21,46	39,03	№60 сб.рец.1994
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	15/250/10	9,06	7,89	8,35	171,74	№88//332,2сбрец2004
Котлета мясная	90	8,40	9,45	4,00	136,90	№416 сб рец 1994
Рис отварной со сливочным маслом	150	3,65	5,37	26,69	209,70	№315 сб рец 2004
Соус красный основной	50	2,50	2,10	2,03	38,83	528 сб рец 1994
Хлеб в/с йодированный, ржано-пшеничный	25/25	5,40	0,40	19,52	96,80	гост 31805-2018
Компот из сухофруктов витаминизированный	200	1,60	0,40	30,60	125,20	№508сб.рец.2004
		31,11	28,71	112,65	818,20	
Полдник		Б	Ж	У	К	
Сок фруктовый	200	0,00	0,20	32,20	92,00	
Печенье	100	2,36	3,62	26,18	84,20	гост 31805-2018
Фрукт (Яблоко)	150	0,52	0,52	12,74	61,10	
		0,52	0,52	12,74	61,10	
ИТОГО 15-ый день		46,73	45,99	197,71	1365,90	