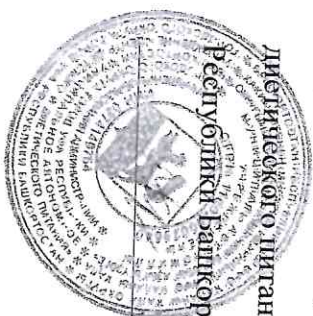


СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ «Центр детского и
диетического питания» ГО г. Уфа
Республики Башкортостан



И. П. Крулгий

Примерное двухнедельное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд
для организации питания детей в детских дошкольных учреждениях
городского округа город Уфа
(безглютеновое)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

Рацион: Безглютеновый

День: понедельник

Неделя: 1

Возраст: 3-7 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)		
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
430,54	Каша рисовая на молоке	133	3,86	4,53	34,98	196,81	0,04	0,24	24,78	0,19	78,55	96,81	22,72	0,36		
401,06	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05				0,05	1,2					
667,16	Хлеб из безглютеновой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01		
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14				0,19						
Итого за Завтрак																
Завтрак2																
293,1	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0,08	16,83	64,95				0,64	81,10		22,84			
Итого за Завтрак2																
Обед																
53,57	Ци из свежей капусты со сметаной	185	1,49	3,81	6,83	68,27				1,38	30,67		15,08			
233,94	Гуляш из мяса птицы (без муки)	70	9,16	13,09	1,51	160,15	0,05	3,03	24,12	2,46	13,14	73,18	10,73	0,7		
302,11	Каша гречневая	130	4,03	3,22	18,2	117,77	0,14		14,14	0,28	9,66	95,66	63,75	2,16		
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14				0,19						
667,16	Хлеб из безглютеновой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01		
Итого за Обед																
Уплотненный полдник																
211,8	Макаронные изделия (безглютеновые) с тертым сыром	130	4,81	6,49	32,33	208,24				0,08	83,04		4,51			
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19					
667,16	Хлеб из безглютеновой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01		
Итого за Уплотненный полдник																
Итого за день																
			23,94	37,76	159,74	1071,90				5,64	220,46	168,88	117,15	2,88		

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Рацион: Безглютеновый

День: вторник

Неделя: 1

Неделя: 1										Возраст: 3-7 лет									
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
			Б	Ж	У	7		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15					
Завтрак																			
430,55	Каша пшеничная молочная	133	5,47	5,21	27,06	177,59	0,16	0,81	28,09	0,13	86,36	130,68	35,19	0,95					
27,09	Сыр (порциями)	8	2,1	2,13		28				0,03	80		4,4						
667,16	Хлеб из безглютовой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01					
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19								
Итого за Завтрак																			
Завтрак2			7,62	8,31	43,39	279,81				0,56	167,71		39,71						
294,45	Напиток яблочный	180	0,09	0,09	12,51	51,21	0,01	2,25	1,13	0,05	3,87	2,48	2,03	0,52					
Итого за Завтрак2																			
Обед																			
65,77	Суп картофельный с гречневой крупой	180	1,97	2,27	11,65	75,04				0,93	10,87		26,52						
108,97	Мясо птицы отварное (филе индейки)	30	8,01	9,04		113,44				0,12	6,77		7,92						
211,77	Макаронные изделия (безглютеновые) отварные с маслом	134	2,99	3,72	35,86	189,79				0,04	5,01		0,24						
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19								
667,16	Хлеб из безглюковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01					
Итого за Обед																			
Уплотненный полдник																			
100,01	Мясо птицы, припущенное с овощами (филе индейки)	60	8,2	12,06	1,02	145,56	0,03	0,96	172,11	1,49	12,55	90,01	11,98	0,71					
548,03	Каша кукурузная вязкая без молока с растительным маслом (6/сах)	134	3,08	4,44	26,34	157,65	0,05		12,24	2,02	10	40,52	11,28	1,02					
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19								
667,16	Хлеб из безглюковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01					
Итого за Уплотненный полдник																			
Итого за день																			
			32,06	41,87	163,43	1160,94				6,01	219,48	130,57	99,92	1,75					

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 3)

Рацион: Безглютеновый

День: среда

Неделя: 1

Возраст: 3-7 лет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энерге- тическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У	7		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15			
Неделя: 1																	
Возраст: 3-7 лет																	
Завтрак																	
175,51	Каша гречневая молочная	133	5,76	5,14	23,95	165,44	0,16	0,78	27,33	0,28	80,25	149,37	71,87	2,21			
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01			
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19						
Итого за Завтрак																	
Завтрак2			5,81	6,11	40,28	239,66				0,68	81,60		71,99				
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	9,1	78					119		14				
Итого за Завтрак2																	
Обед			3,20	3,20	9,10	78,00					119,00		14,00				
503,01	Орурцы свежие	20	0,14	0,02	0,38	2,2	0,01	1,4	0,6	0,02	3,4	6	2,8	0,1			
67,41	Свекольник со сметаной	185	1,81	3,88	12,28	91,58				1,41	33,1		22,23				
130,08	Плов из мяса птицы	150	12,39	14,44	32,66	310,64	0,08	3,74	219,92	3,02	17,21	139,44	34,96	1,18			
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19						
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01			
Итого за Обед																	
Уплотненный полдник			14,39	19,31	61,65	478,64	0,09	5,14	220,52	4,85	55,06	145,46	60,11	1,29			
76,59	Суп молочный с макаронными изделиями (безпшотен)	150	2,96	3,49	14,18	100,8				0,01	91,98		10,6				
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07			
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19						
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01			
Итого за Уплотненный полдник																	
Итого за День			29,04	35,74	141,54	1006,32				0,45	193,33	60,02	16,22	0,08			

Рацион: Безглютеновый

Неделя: 1

Витамины (мг)

№ рецид.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя: 1			Возраст: 3-7 лет								
			Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
1	2	3	Б	Ж	У	7	В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
Завтрак			4	5	6		8	9	10	11	12	13	14	15
430,55	Каша пшеничная молочная	133	5,47	5,21	27,06	177,59	0,16	0,81	28,09	0,13	86,36	130,68	35,19	0,95
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19			
Итого за Завтрак			5,52	6,18	43,39	251,81				0,53	87,71		35,31	
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	9,1	78					119		14	
Итого за Завтрак2			3,20	3,20	9,10	78,00					119,00		14,00	
Обед														
66,94	Сул с макаронными изделиями (безглютеновые)	180	1,96	2,17	16,43	93,42				0,85	12,15		16,32	
108,95	Мясо птицы, припущенное с овощами	60	9,14	10,95	1,19	139,4	0,04	1,78	184,44	1,49	13,38	73,57	11,98	0,67
302,11	Каша гречневая	130	4,03	3,22	18,2	117,77	0,14		14,14	0,28	9,66	95,66	63,75	2,16
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19			
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01
Итого за Обед			15,18	17,31	52,15	424,81				3,02	36,54	169,25	92,17	2,84
Уплотненный полдник														
218,47	Омлет натуральный	120	13,75	13,96	2,46	190,66	0,08	0,49	267,45	1,17	102,66	225,11	17,38	2,55
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19			
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01
Итого за Уплотненный полдник			13,80	14,93	18,79	264,88				1,57	104,01	225,13	17,50	2,56
Итого за День			37,70	41,62	123,43	1019,50				5,12	347,26	394,38	158,98	5,40

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 5)

Рацион: Безглютеновый

День: пятница

Неделя: 1

Возраст: 3-7 лет

№ реци.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя: 1				Возраст: 3-7 лет							
			Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
1	2	3	Б	Ж	У	7	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак														
493,47	Каша молочная "Дружба"	133	4,22	4,87	22,91	153,08	0,09	0,87	28,65	0,11	88,26	107,18	25,54	0,56
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19			
Итого за Завтрак														
			4,27	5,84	39,24	227,30				0,51	89,61	107,20	25,66	0,57
Завтрак2														
38,01	Яблоко													
Итого за Завтрак2														
		120	0,48	0,48	18,84	81,6				0,24	19,2		10,8	
Обед														
129,1			0,48	0,48	18,84	81,60				0,24	19,20		10,80	
Обед														
588,09	Супл картофельный с горохом	180	4,4	3,37	14,62	106,58				1,44	22,84		25,63	
138,55	Рыба припущенная (филе минтая)	40	7,87	5,03	0,24	77,91	0,06	0,49	36,92	1,92	22,08	119,97	27,98	0,43
282,13	Картофельное пюре	130	3,34	3,47	21,66	131,39	0,15	23,4	21,07	0,15	37,56	84,8	29,41	1,09
667,16	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19			
Итого за Обед														
		20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01
Уплотненный полдник														
130,08	Плов из мяса птицы		15,66	12,84	52,85	390,10				3,91	83,83	204,79	83,14	1,53
282,13	Чай с сахаром	150	12,39	14,44	32,66	310,64	0,08	3,74	219,92	3,02	17,21	139,44	34,96	1,18
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	180			6,29	25,14					0,19			
Итого за Уплотненный полдник														
		20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01
Итого за День														
			32,85	34,57	159,92	1083,86				8,08	211,20	451,45	154,68	3,29

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 6)

Рацион: Безглютеновый

День: понедельник
Неделя: 2

№ ре- ц.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя: 2				Возраст: 3-7 лет									
			Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)						
1	2	3	Б	Ж	У	7	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак																
302,12	Каша гречневая с маслом	133	4,13	3,25	18,63	120,08	0,14			14,15	0,29	9,81	97,9	65,25	2,21	
401,06	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,05					0,05	1,2				
667,16	Хлеб из безглюковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08					0,4	1,16	0,02	0,12	0,01	
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19					
Итого за Завтрак																
Завтрак2			4,22	7,85	35,03	227,35					0,74	12,36		65,37		
294,45	Напиток яблочный	180	0,09	0,09	12,51	51,21	0,01	2,25	1,13	0,05	3,87	2,48	2,03	0,52		
Итого за Завтрак2																
Обед			0,09	0,09	12,51	51,21				0,05	3,87		2,03			
56,92	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	185	1,46	3,78	7,47	70,28					1,4	30,67		17,38		
108,97	Мясо птицы отварное (филе индейки)	30	8,01	9,04		113,44					0,12	6,77		7,92		
609,01	Рис припущенный	130	3,36	3,84	34,09	185,11	0,04			20,7	0,23	9,53	69,63	23,04	0,5	
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19					
667,16	Хлеб из безглюковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08					0,4	1,16	0,02	0,12	0,01	
Итого за Обед																
Уплотненный полдник			12,88	17,63	57,89	443,05					2,15	48,32	69,65	48,46	0,51	
684,55	Жаркое по-домашнему из мяса птицы	160	10,34	12,68	20,85	238,68	0,17	24,49	24,46	2,63	22,39	125,59	34,3	1,59		
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19					
667,16	Хлеб из безглюковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08					0,4	1,16	0,02	0,12	0,01	
Итого за Уплотненный полдник																
Итого за день			10,39	13,65	37,18	312,90					3,03	23,74	125,61	34,42	1,60	
			27,58	39,22	142,61	1034,51					5,97	88,29	195,26	150,28	2,11	

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 7)

Рацион: Безглютеновый

День: вторник
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя: 2				Возраст: 3-7 лет									
			Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
			Б	Ж	У			В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15		
Завтрак																
430,55	Каша пшеничная молочная	133	5,47	5,21	27,06	177,59	0,16	0,81	28,09	0,13	86,36	130,68	35,19	0,95		
667,16	Хлеб из безглютеновой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01		
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19					
Итого за Завтрак																
Завтрак2			5,52	6,18	43,39	251,81				0,53	87,71	130,70	35,31	0,96		
293,1	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0,08	16,83	64,95					0,15			0,02		
Итого за Завтрак2																
Обед			0,40	0,08	16,83	64,95				0,00	0,15		0,00			
53,57	Щи из свежей капусты со сметаной	185	1,49	3,81	6,83	68,27				1,38	30,67		15,08			
233,94	Гуляш из мяса птицы (без муки)	70	9,16	13,09	1,51	160,15	0,05	3,03	24,12	2,46	13,14	73,18	10,73	0,7		
211,77	Макаронные изделия (безглютеновые) отварные с маслом	134	2,99	3,72	35,86	189,79				0,04	5,01		0,24			
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19					
667,16	Хлеб из безглютеновой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01		
Итого за Обед																
Уплотненный полдник			13,69	21,59	60,53	492,43				4,28	50,17	73,20	26,17	0,71		
109,91	Мясо птицы отварное	30	5,92	5,08	0,29	70,12	0,03	0,83	12,6	0,1	6,57	51,56	6,36	0,44		
548,03	Каша кукурузная вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)	134	3,08	4,44	26,34	157,65				2,02	10		11,28			
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19					
667,16	Хлеб из безглютеновой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01		
Итого за Уплотненный полдник																
Итого за день			28,66	38,34	163,71	1111,18				2,52	17,92	51,58	17,76	0,45		
										7,33	155,95	255,48	79,24	2,12		

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ДИЕТИЧЕСКОГО ПИТАНИЯ" ГОРОДСКОГО ОКРУГА ГОРОД УФА РЕСПУБЛИКА БАШКОРТОСТАН

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 8)

Рацион: Безглютеновый

День: среда
Неделя: 2

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя: 2													Возраст: 3-7 лет									
			Пищевые вещества (г)						Энерге- тическая	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)								
			Б	Ж	У	7	В1	С		А	Е	Са	Р	Mg	Fe										
1	2	3	4	5	6		8	9	10	11	12	13	14	15											
Завтрак	Каша молочная "Дружба"	133	4,22	4,87	22,91	153,08	0,09	0,87	28,65	0,11	88,26	107,18	25,54	0,56											
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01											
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19														
Итого за Завтрак			4,27	5,84	39,24	227,30				0,51	89,61		25,66												
Завтрак2																									
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	9,1	78					119		14												
Итого за Завтрак2			3,20	3,20	9,10	78,00					119,00		14,00												
Обед																									
65,77	Суп картофельный с гречневой крупой	180	1,97	2,27	11,65	75,04				0,93	10,87		26,52												
684,55	Жаркое по-домашнему из мяса птицы	160	10,34	12,68	20,85	238,68	0,17	24,49	24,46	2,63	22,39	125,59	34,3	1,59											
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19														
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01											
Итого за Обед			12,36	15,92	48,83	387,94				3,96	34,61	125,61	60,94	1,60											
Уплотненный полдник																									
76,59	Суп молочный с макаронными изделиями (безглютен)	150	2,96	3,49	14,18	100,8				0,01	91,98		10,6												
27,01	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07											
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19														
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01											
Итого за Уплотненный полдник			5,64	7,12	30,51	210,02				0,45	193,33	60,02	16,22	0,08											
Итого за день			25,47	32,08	127,68	903,26				4,92	436,55	185,63	116,82	1,68											

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 9)

День: четверг

Возраст: 3-7 лет

Неделя: 2															Возраст: 3-7 лет									
№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)										
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe										
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15										
Завтрак																								
175,51	Каша гречневая молочная	133	5,76	5,14	23,95	165,44	0,16	0,78	27,33	0,28	80,25	149,37	71,87	2,21										
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01										
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19													
Итого за Завтрак																								
Завтрак2			5,81	6,11	40,28	239,66				0,68	81,60		71,99											
476,01	Кисломолочный продукт для детского питания	100	3,2	3,2	9,1	78					119		14											
Итого за Завтрак2																								
Обед			3,20	3,20	9,10	78,00				0,00	119,00		14,00											
66,94	Суп с макаронными изделиями (безглютеновые)	180	1,96	2,17	16,43	93,42				0,85	12,15		16,32											
588,09	Рыба припущенная (филе минтая)	40	7,87	5,03	0,24	77,91	0,06	0,49	36,92	1,92	22,08	119,97	27,98	0,43										
138,55	Картофельное пюре	130	3,34	3,47	21,66	131,39	0,15	23,4	21,07	0,15	37,56	84,8	29,41	1,09										
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19													
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01										
Итого за Обед																								
Уполненный полдник			13,22	11,64	54,66	376,94				3,32	73,14	204,79	73,83	1,53										
130,08	Плов из мяса птицы	150	12,39	14,44	32,66	310,64	0,08	3,74	219,92	3,02	17,21	139,44	34,96	1,18										
282,13	Чай с сахаром	180			6,29	25,14					0,19													
667,16	Хлеб из безбелковой смеси	20	0,05	0,97	10,04	49,08				0,4	1,16	0,02	0,12	0,01										
Итого за Уполненный полдник																								
Итого за день			12,44	15,41	48,99	384,86				3,42	18,56	139,46	35,08	1,19										
			34,67	36,36	153,03	1079,46				7,42	292,30	344,25	194,90	2,72										

