

Итого за обед:		999	30,3137	30,402	118,695	877,23	
Полдник	Рогалик сахарный (мука, сл.масло, яйцо, сахар-песок, сода)	75	5,58	17,4	42,02	347	385
	Чай с медом (чай, мед)	200/20	0,3	0,04	14,6	60	977
Итого за полдник:			5,88	17,44	56,62	407	
Итого за день 9. Возрастная категория: 7-11 лет			47,93966	49,9622	195,0364	1422,98	
Итого за день 9. Возрастная категория: 12 лет и старше			54,4961	55,6696	211,4268	1559,12	
День 10							
Возрастная категория: 7-11 лет							
Завтрак	Бифштекс рубленый с соусом (говядина, свинина, мука пш., соль йод., масло раст.)	70/30	16,9	24,6	6,2	314,8	215/370
	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	130	3,1	4,1	31,5	176	552
	Кисель детский «Витошка» (кисель из концентрата)	180	0	0	24	95	902
	Хлеб пшеничный йодированный	30	2,3	0,31	15,81	77,5	-
	Яблоко свежее	137	0,5	0,5	13,4	64,3	
Итого за завтрак:		577	13,66	16,39	72,63	518,3	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
Завтрак	Бифштекс рубленый с соусом (говядина, свинина, мука пш., соль йод., масло раст.)	70/30	16,9	24,6	6,2	314,8	215/370
	Рис отварной (крупа рисовая, масло слив., соль йод.)	180	4,3	5,7	43,7	243,8	552
	Кисель детский «Витошка» (кисель из концентрата)	200	0	0	24	95	902
	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	0,4	20,4	100	-
	Яблоко свежее	146	0,58	0,58	14,3	68,2	
Итого за завтрак:		666	15,33	19,25	70,32	522	
Возрастная категория: 7-11 лет							
Обед	Закуска порционная (огурцы свежие)	60	0,42	0,06	1,14	6,6	982
	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	15/200	5,6	7,2	6,6	114,5	197/998
	Котлета Полтавская с соусом 70/30 (говяд., свинина, чеснок, сух. панир., соль йод., масло раст.)	100	13,9	22,7	7,1	289	1033
	Гарнир каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, масло сливочное, соль йод.)	150	8,2	5,3	35,9	224,6	632
	Кисель из варенья (варенье, сахар-песок, крахмал карт., лимон. кислота)	200	0,07	0,02	28,4	114	846
	Хлеб пшеничный йодированный	44	3,3	0,44	22,4	110	-
	Хлеб ржаной	20	1,98	0,36	11,88	39	-
	Сок фруктовый	1/200	0	0	24	91	-
Итого за обед:		989	33,47	36,08	137,42	988,7	
Возрастная категория: 12 лет и старше							
	Закуска порционная (огурцы свежие)	80	0,56	0,08	1,52	8,8	982
	Щи из свежей капусты с фаршем (говядина, картофель, капуста, морковь, лук репч., томат паста, масло раст., соль йод.)	20/250	7,35	9,3	8,2	147,1	197/998
	Котлета Полтавская с соусом 80/30 (говяд., свинина, чеснок, сух. панир., соль йод., масло раст.)	110	15,9	25,8	7,9	327,8	1033