

СОГЛАСОВАНО:

Директор

МБОУ "Бурметьевская средняя  
общеобразовательная школа"



Г. Х. Абдрахманова

УТВЕРЖДАЮ:  
Индивидуальный  
предприниматель



Х.Х. Махмудов

**Примерное двенадцатидневное меню (1-4 классы)**  
**МБОУ "Бурметьевская средняя общеобразовательная школа"**  
**на 2022 учебный год (сезон-осень)**

**1 день**

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал				Са, мг	Мg, мг			P, мг	Fe, мг
					В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг						
<b>Обед</b>														
ОВОЩИ СВЕЖИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ОГУРЦЫ, ПОМИДОРЫ)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	0,0	6,0	0,0	0,1	13,8	8,4	25,2	0,6	2008
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ	60/30	10,0	13,4	15,8	222,2	0,0	0,8	0,0	2,6	16,9	21,3	103,9	1,6	2008
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	7,2	5,8	32,5	211,4	0,2	0,0	0,0	4,0	20,6	106,8	159,0	3,7	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	1,4	0,0	0,0	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ В/С	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,7	0,2	19,7	87,1	0,0	0,0	0,0	0,7	5,6	10,8	27,0	0,8	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>562</b>	<b>21,7</b>	<b>19,7</b>	<b>91,4</b>	<b>627,2</b>	<b>0,2</b>	<b>6,8</b>	<b>0,0</b>	<b>8,0</b>	<b>69,8</b>	<b>158,6</b>	<b>340,3</b>	<b>7,3</b>	
<b>Всего за день:</b>														

**2 день**

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал				Са, мг	Mg, мг			P, мг	Fe, мг
					В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг						
<b>Обед</b>														
ФРУКТЫ ( В АССОРТИМЕНТЕ )	120	0,5	0,5	11,8	56,4	0,0	12,0	0,0	0,8	19,2	9,6	13,2	2,6	2008
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	60/30	6,8	15,7	2,1	177,2	0,1	0,5	0,0	0,6	23,4	14,0	91,4	1,1	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,6	4,7	35,9	208,5	0,1	0,0	0,0	1,2	28,1	9,3	45,0	1,1	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ С	200	0,0	0,0	9,7	38,7	0,0	0,0	0,0	0,0	8,8	1,9	0,0	0,0	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	0,0	0,0	0,0	0,4	3,6	3,8	17,4	0,8	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>615</b>	<b>16,5</b>	<b>21,3</b>	<b>83,1</b>	<b>592,6</b>	<b>0,2</b>	<b>12,5</b>	<b>0,0</b>	<b>3,6</b>	<b>90,0</b>	<b>48,5</b>	<b>192,2</b>	<b>6,2</b>	
<b>Всего за день:</b>														

**3 день**

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Витамины				Минеральные вещества				№ рецеп-туры	Сборник рецептур		
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал				Са, мг	Mg, мг			P, мг	Fe, мг
					В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг						
<b>Обед</b>														
ОВОЩИ СВЕЖИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ОГУРЦЫ, ПОМИДОРЫ)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	0,0	6,0	0,0	0,1	13,8	8,4	25,2	0,6	2008
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ КУРИНЫМ	170	9,8	13,4	20,7	243,7	0,1	10,0	0,0	2,6	20,0	34,5	134,3	1,9	2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,0	0,0	9,7	38,7	0,0	0,0	0,0	0,0	8,8	1,9	0,0	0,0	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,7	0,2	19,7	87,1	0,0	0,0	0,0	0,7	5,6	10,8	27,0	0,8	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>480</b>	<b>14,3</b>	<b>13,9</b>	<b>66,7</b>	<b>448,9</b>	<b>0,1</b>	<b>16,0</b>	<b>0,0</b>	<b>4,0</b>	<b>55,1</b>	<b>65,5</b>	<b>211,7</b>	<b>3,9</b>	
<b>Всего за день:</b>														

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур				
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг			Са, мг	Мg, мг	P, мг	Fe, мг
					Жиры, г	Углеводы, г										
Обед																
ФРУКТЫ (В АССОРТИМЕНТЕ)	120	1,1	0,2	9,7	51,6	0,0	72,0	0,0	0,3	40,8	15,6	27,6	0,4	2008		
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	170/5	27,5	18,4	81,5	600,5	0,2	0,3	0,0	0,8	50,2	33,8	233,0	3,3	2011		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,0	0,0	9,7	38,7	0,0	0,0	0,0	0,0	8,8	1,9	0,0	0,0	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008		
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,7	0,2	19,7	87,1	0,0	0,0	0,0	0,7	5,6	10,8	27,0	0,8	2008		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>545</b>	<b>32,6</b>	<b>19,0</b>	<b>135,7</b>	<b>848,9</b>	<b>0,2</b>	<b>72,3</b>	<b>0,0</b>	<b>2,4</b>	<b>112,3</b>	<b>72,0</b>	<b>312,8</b>	<b>5,1</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>32,6</b>	<b>19,0</b>	<b>135,7</b>	<b>848,9</b>	<b>0,2</b>	<b>72,3</b>	<b>0,0</b>	<b>2,4</b>	<b>112,3</b>	<b>72,0</b>	<b>312,8</b>	<b>5,1</b>			

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур				
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг			Са, мг	Мg, мг	P, мг	Fe, мг
					Жиры, г	Углеводы, г										
Обед																
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,7	3,0	6,6	56,7	0,0	2,2	0,0	1,5	15,7	9,0	17,2	0,8	2011		
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ)	150/40	11,9	16,5	39,0	352,6	0,0	1,2	0,2	3,8	16,9	35,6	148,7	1,3	2008		
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3,0	14,8	102,4	0,0	0,5	0,0	0,0	111,3	27,5	95,6	0,9	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008		
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,7	0,2	19,7	87,1	0,0	0,0	0,0	0,7	5,6	10,8	27,0	0,8	2008		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>500</b>	<b>20,4</b>	<b>22,9</b>	<b>95,2</b>	<b>669,8</b>	<b>0,0</b>	<b>3,9</b>	<b>0,2</b>	<b>6,6</b>	<b>156,4</b>	<b>92,8</b>	<b>313,7</b>	<b>4,4</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>20,4</b>	<b>22,9</b>	<b>95,2</b>	<b>669,8</b>	<b>0,0</b>	<b>3,9</b>	<b>0,2</b>	<b>6,6</b>	<b>156,4</b>	<b>92,8</b>	<b>313,7</b>	<b>4,4</b>			

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур				
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг			Са, мг	Мg, мг	P, мг	Fe, мг
					Жиры, г	Углеводы, г										
Обед																
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	1,0	2,9	5,4	52,6	0,0	8,6	0,1	1,3	23,5	8,9	16,2	0,6	2011		
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (МИНТАЙ) С СОУСОМ	60	8,1	7,0	10,7	137,0	0,0	0,6	0,0	2,9	24,2	31,7	118,5	1,1	2008		
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	3,1	5,4	20,3	141,0	0,1	5,0	0,0	0,2	47,0	29,0	85,0	1,1	2008		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7/7	0,1	0,0	7,0	29,4	0,0	1,1	0,0	0,0	8,5	2,1	1,4	0,1	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008		
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,7	0,2	19,7	87,1	0,0	0,0	0,0	0,7	5,6	10,8	27,0	0,8	2008		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>539</b>	<b>16,3</b>	<b>15,7</b>	<b>78,2</b>	<b>518,1</b>	<b>0,1</b>	<b>15,3</b>	<b>0,1</b>	<b>5,7</b>	<b>115,7</b>	<b>92,4</b>	<b>273,3</b>	<b>4,3</b>			
<b>Всего за день:</b>		<b>16,3</b>	<b>15,7</b>	<b>78,2</b>	<b>518,1</b>	<b>0,1</b>	<b>15,3</b>	<b>0,1</b>	<b>5,7</b>	<b>115,7</b>	<b>92,4</b>	<b>273,3</b>	<b>4,3</b>			

7 день

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг			Mg, мг	P, мг	Fe, мг
ОВОЩИ СВЕЖИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ОГУРЦЫ, ПОМИДОРЫ)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	0,0	6,0	0,0	0,1	13,8	8,4	25,2	0,6	2008	
СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ С СОУСОМ	60/30	6,8	15,7	2,1	177,2	0,1	0,5	0,0	0,6	23,4	14,0	91,4	1,1	2008	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,6	4,7	35,9	208,5	0,1	0,0	0,0	1,2	28,1	9,3	45,0	1,1	2011	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	1,4	0,0	0,0	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008	
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,7	0,2	19,7	87,1	0,0	0,0	0,0	0,7	5,6	10,8	27,0	0,8	2008	
Итого за прием пищи:	562	16,9	20,9	81,1	579,3	0,2	6,5	0,0	3,2	83,8	53,8	213,8	4,2		
Всего за день:		16,9	20,9	81,1	579,3	0,2	6,5	0,0	3,2	83,8	53,8	213,8	4,2		

Обед

8 день

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг			Mg, мг	P, мг	Fe, мг
ФРУКТЫ ( В АССОРТИМЕНТЕ )	120	0,5	0,5	11,8	56,4	0,0	12,0	0,0	0,8	19,2	9,6	13,2	2,6	2008	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ)	150/40	10,4	13,7	18,5	241,1	0,1	9,8	0,0	2,4	27,3	33,1	134,7	1,9	2008	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,0	0,0	9,7	38,7	0,0	0,0	0,0	0,0	8,8	1,9	0,0	0,0	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008	
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,7	0,2	19,7	87,1	0,0	0,0	0,0	0,7	5,6	10,8	27,0	0,8	2008	
Итого за прием пищи:	560	14,9	14,6	74,8	494,3	0,1	21,8	0,0	4,5	67,8	65,3	200,1	5,9		
Всего за день:		14,9	14,6	74,8	494,3	0,1	21,8	0,0	4,5	67,8	65,3	200,1	5,9		

Обед

9 день

Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины			Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг			Mg, мг	P, мг	Fe, мг
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ В АССОРТИМЕНТЕ (ОГУРЦЫ, ПОМИДОРЫ)	60	0,5	0,1	1,5	8,4	0,0	6,0	0,0	0,1	13,8	8,4	25,2	0,6	2008	
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/30	8,6	13,6	10,1	197,3	0,0	1,3	0,0	3,6	15,7	15,3	82,3	1,3	2008	
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	7,2	5,8	32,5	211,4	0,2	0,0	0,0	4,0	20,6	106,8	159,0	3,7	2008	
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	5,6	1,3	0,0	0,0	2008	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008	
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,7	0,2	19,7	87,1	0,0	0,0	0,0	0,7	5,6	10,8	27,0	0,8	2008	
Итого за прием пищи:	562	20,3	19,9	85,7	602,3	0,2	7,3	0,0	9,0	68,2	152,5	318,7	7,0		
Всего за день:		20,3	19,9	85,7	602,3	0,2	7,3	0,0	9,0	68,2	152,5	318,7	7,0		

Обед

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Витамины		Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур					
	Энергетическая ценность, ккал		Энергетическая ценность, ккал			Энергетическая ценность, ккал								
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг			Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	
ФРУКТЫ (В АССОРТИМЕНТЕ)	120	0,5	0,5	11,8	56,4	0,0	12,0	0,0	0,8	19,2	9,6	13,2	2,6	2008
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (ГРУДКА КУРИНАЯ)	150/40	11,9	16,5	39,0	352,6	0,0	1,2	0,2	3,8	16,9	35,6	148,7	1,3	311
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,0	0,0	9,7	38,7	0,0	0,0	0,0	0,0	8,8	1,9	0,0	0,0	402
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,7	0,2	19,7	87,1	0,0	0,0	0,0	0,7	5,6	10,8	27,0	0,8	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>	<b>16,4</b>	<b>17,4</b>	<b>95,3</b>	<b>605,8</b>	<b>0,0</b>	<b>13,2</b>	<b>0,2</b>	<b>5,9</b>	<b>57,4</b>	<b>67,8</b>	<b>214,1</b>	<b>5,3</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>16,4</b>	<b>17,4</b>	<b>95,3</b>	<b>605,8</b>	<b>0,0</b>	<b>13,2</b>	<b>0,2</b>	<b>5,9</b>	<b>57,4</b>	<b>67,8</b>	<b>214,1</b>	<b>5,3</b>	

Обед

11 день

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Витамины		Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур					
	Энергетическая ценность, ккал		Энергетическая ценность, ккал			Энергетическая ценность, ккал								
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг			Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,0	2,3	4,8	45,1	0,0	2,3	0,0	1,3	15,0	10,0	22,6	0,7	34
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ С СОУСОМ	60/30	10,1	12,3	10,7	192,8	0,0	0,5	0,0	2,6	13,3	19,8	99,8	1,8	272
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	6,4	4,8	38,0	220,4	0,2	0,0	0,0	0,1	30,5	32,3	137,3	2,3	181
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,3	1,3	16,2	84,8	0,0	0,3	0,0	0,0	64,8	17,9	61,4	0,6	432
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,7	0,2	19,7	87,1	0,0	0,0	0,0	0,7	5,6	10,8	27,0	0,8	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>555</b>	<b>23,8</b>	<b>21,1</b>	<b>104,5</b>	<b>701,2</b>	<b>0,2</b>	<b>3,1</b>	<b>0,0</b>	<b>5,3</b>	<b>136,1</b>	<b>100,7</b>	<b>373,3</b>	<b>6,8</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>23,8</b>	<b>21,1</b>	<b>104,5</b>	<b>701,2</b>	<b>0,2</b>	<b>3,1</b>	<b>0,0</b>	<b>5,3</b>	<b>136,1</b>	<b>100,7</b>	<b>373,3</b>	<b>6,8</b>	

Обед

12 день

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Витамины		Минеральные вещества			№ рецептур	Сборник рецептур					
	Энергетическая ценность, ккал		Энергетическая ценность, ккал			Энергетическая ценность, ккал								
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг			Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	1,0	2,9	5,4	52,6	0,0	8,6	0,1	1,3	23,5	8,9	16,2	0,6	45
ПЕЛЬМЕНИ МЯСНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	21,0	13,9	62,4	457,7	0,2	0,2	0,0	0,7	38,7	25,8	178,5	2,5	391
ЧАЙ С САХАРОМ	200/7	0,0	0,0	6,8	27,1	0,0	0,0	0,0	0,0	6,0	1,4	0,0	0,0	430
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВЫСШЕГО СОРТА	30	2,3	0,2	15,1	71,0	0,0	0,0	0,0	0,6	6,9	9,9	25,2	0,6	2008
ХЛЕБ СЕЛЬСКИЙ	20	1,7	0,2	19,7	87,1	0,0	0,0	0,0	0,7	5,6	10,8	27,0	0,8	2008
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>502</b>	<b>26,0</b>	<b>17,2</b>	<b>109,4</b>	<b>695,5</b>	<b>0,2</b>	<b>8,8</b>	<b>0,1</b>	<b>3,3</b>	<b>80,7</b>	<b>56,8</b>	<b>246,9</b>	<b>4,5</b>	
<b>Всего за день:</b>		<b>26,0</b>	<b>17,2</b>	<b>109,4</b>	<b>695,5</b>	<b>0,2</b>	<b>8,8</b>	<b>0,1</b>	<b>3,3</b>	<b>80,7</b>	<b>56,8</b>	<b>246,9</b>	<b>4,5</b>	

Обед