495/18	Компот из смеси сухофруктов	200	2,18	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
111/13	Хлеб пшеничный (20)	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88					0,40		0,28	0,02
итого по подменю			**6,36**	**18,18**	**15,21**	**85,36**	**551,08**	**0,35**	**0,32**	**56,17**	**48,44**	**126,05**	**304,92**	**100,43**	**9,3**
ПОЛДНИК															
543 /18	Булочки	60	3,44	4,39	9,61	34,40	241,67	0,07	0,03		41,6	11,46	40,66	6,80	0,55
470/18	Кисломолочный напиток	190	1,62	9,50	6,08	16,15	157,32	0,06	0,29	1,14	19,0	235,60	180,50	28,50	0,19
Итого по подменю			**5,06**	**13,89**	**15,69**	**50,55**	**398,99**	**0,13**	**0, 29**	**1,14**	**60,6**	**247,06**	**221,16**	**35,3**	**0,74**
Итог по меню за день			**17,37**	**42,25**	**43,97**	**195,5**	**1398,99**	**0,72**	**0,87**	**68,21**	**149,84**	**531,93**	**765,14**	**246,71**	**15,49**

10 день

№ рецепта	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А ,мкг	Са	Р	Mq	Fe
ЗАВТРАК															