

Меню МОУ КАВСКАЯ НОШ

на 2025-2026 гг



Возрастная категория от 1 до 3 лет

День 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша овсяная жидкая	150	6.2	8.4	20.8	179.5	162
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2.9	2.4	14.3	71.1	66
<b>Итого за завтрак</b>		<b>365</b>	<b>10.81</b>	<b>16.08</b>	<b>45.33</b>	<b>363</b>	
2 Завтрак	Сок яблочный	100	0.2	0.2	11.6	48	418
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0.2</b>	<b>0.2</b>	<b>11.6</b>	<b>48</b>	
Обед	Свекольник со сметаной	208	13.36	7.13	15.79	183.41	65
	Картофельная запеканка с мясом курицы	130	8.91	6.59	20.43	177	291
	Компот из с-ф	150	0.43	0	21.42	81	241
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
<b>Итого за обед</b>		<b>528</b>	<b>25.34</b>	<b>14.16</b>	<b>74.04</b>	<b>521.41</b>	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	75	7.21	10.01	1.79	125	110
	Чай сладкий	150\10	9	2.3	9.75	36.96	132
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
<b>Итого за полдник</b>		<b>265</b>	<b>18.46</b>	<b>13.18</b>	<b>26.69</b>	<b>240.86</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1258</b>	<b>54.81</b>	<b>43.62</b>	<b>157.66</b>	<b>1173.27</b>	

День 2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	153	3.16	4.69	15.95	119.09	165
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Какао с молоком	180	1.2	1.3	13.0	90.0	248
Итого за завтрак		<b>368</b>	<b>6.07</b>	<b>11.27</b>	<b>39.18</b>	<b>321.49</b>	
2 Завтрак	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47	11
Итого за 2 завтрак		<b>100</b>	<b>0.4</b>	<b>0.4</b>	<b>9.8</b>	<b>47</b>	
Обед	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	205	2.82	4.79	7.83	93.69	27
	Картофельное пюре	120	2.44	4.19	14.45	113.6	206
	Котлеты рыбные любительские	60	13.41	1.87	3.58	81.98	135
	Компот из свежих яблок	150	0.12	0.12	11.92	45	240
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>575</b>	<b>21.43</b>	<b>11.41</b>	<b>54.18</b>	<b>414.27</b>	
Полдник	Запеканка из творога с молоком сгущенным	100\15	12.8	11.5	31.13	343.27	117
	Чай с лимоном	150\7	9	2.3	9.75	36.96	133
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>302</b>	<b>24.05</b>	<b>14.67</b>	<b>56.03</b>	<b>459.13</b>	
Итого за день		<b>1345</b>	<b>51.95</b>	<b>37.75</b>	<b>159.19</b>	<b>1241.89</b>	

День 3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	150	4.98	5.69	21.10	153	99
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2.9	2.4	14.3	71.1	66
Итого за завтрак		<b>365</b>	<b>9.59</b>	<b>13.37</b>	<b>45.63</b>	<b>336.5</b>	
2 Завтрак	Печенье	12	0.7	1.99	8.17	56.04	14
Итого за 2 завтрак		<b>12</b>	<b>0.7</b>	<b>1.99</b>	<b>8.17</b>	<b>56.04</b>	
Обед	Суп «Харчо», с мясом птицы	204	2.47	1.65	13.46	93.92	37
	Капуста тушеная	110	4.1	4.0	4.3	69.3	16
	Котлета куриная	65	13.64	17.14	15.36	272.88	161
	Напиток лимонный	150	0.11	0.01	18.32	72	282
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>569</b>	<b>23.66</b>	<b>25.23</b>	<b>76.01</b>	<b>644.14</b>	
Полдник	Блинчики с повидлом	75\10	6.24	8.1	34.31	234	265
	Чай сладкий	150\10	9	2.3	9.75	36.96	132
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>275</b>	<b>17.49</b>	<b>11.27</b>	<b>59.21</b>	<b>349.86</b>	
Итого за день		<b>1221</b>	<b>54.11</b>	<b>74.63</b>	<b>189.02</b>	<b>1386.54</b>	

День 4

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	153	5.58	6.05	26.46	182.94	160
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Какао с молоком	180	1.2	1.3	13.0	90.0	248
Итого за завтрак		<b>368</b>	<b>8.49</b>	<b>12.63</b>	<b>39.46</b>	<b>385.34</b>	
2 Завтрак	Вафли	12	0.3	3	6.2	42.4	15
Итого за 2 завтрак		<b>12</b>	<b>0.3</b>	<b>3</b>	<b>6.2</b>	<b>42.4</b>	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом кур	210	4.3	3.9	17.51	105.6	38
	Азу из картофеля	150	7.74	10.38	19.66	239.2	637
	Компот из изюма	150	0.43	0	21.42	81	241
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>550</b>	<b>15.11</b>	<b>14.72</b>	<b>74.99</b>	<b>505.8</b>	
Полдник	Винегрет овощной	110	1.12	4.88	6.68	75.12	45
	Чай с молоком	150\9	0.67	0.83	11.25	46.67	261
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>299</b>	<b>8.08</b>	<b>6.58</b>	<b>33.08</b>	<b>200.14</b>	
Итого за день		<b>1229</b>	<b>31.98</b>	<b>36.93</b>	<b>153.73</b>	<b>1133.68</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша гречневая молочная	180	7.15	7.39	31.62	221.55	86
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	1.5	1.5	12.5	58.0	253
Итого за завтрак		<b>395</b>	<b>10.36</b>	<b>14.17</b>	<b>54.35</b>	<b>391.95</b>	
2 Завтрак	Печенье	12	0.7	1.99	8.17	56.04	14
Итого за 2 завтрак		<b>12</b>	<b>0.7</b>	<b>1.99</b>	<b>8.17</b>	<b>56.04</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	4.75	3.89	19.13	130.91	67
	Рагу из овощей с курицей	150	16.3	13.28	11.03	228	
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	1.05	0	21.75	91.5	65
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>540</b>	<b>24.74</b>	<b>17.61</b>	<b>68.31</b>	<b>530.41</b>	
Полдник	Запеканка из творога с морковью	125	14.58	12.86	29.73	292	238
	Чай сладкий	150\10	9	2.3	9.75	36.96	132
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>315</b>	<b>25.83</b>	<b>16.03</b>	<b>54.63</b>	<b>407.86</b>	
Итого за день		<b>1262</b>	<b>61.63</b>	<b>49.8</b>	<b>185.46</b>	<b>1386.26</b>	

День 6

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Номер рецептуры
------------	--------------------	-----------	------------------	-------------------------	-----------------

			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша молочная пшеничная	154	5.58	6.05	26.46	182.94	161
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2.9	2.4	14.3	71.1	66
Итого за завтрак		<b>369</b>	<b>10.19</b>	<b>13.73</b>	<b>50.99</b>	<b>366.44</b>	
2 Завтрак	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47	11
Итого за 2 завтрак		<b>100</b>	<b>0.4</b>	<b>0.4</b>	<b>9.8</b>	<b>47</b>	
Обед	Суп из свежей капусты с картофелем со сметаной	205	2.95	4.8	6.87	94.49	56
	Рис отварной	100	2.73	5.06	22.47	146.5	303
	Курица в соусе с томатом	60	6.43	8.4	2.27	94.5	179
	Компот из с-ф	150	0.43	0	21.42	81	241
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>555</b>	<b>15.18</b>	<b>18.7</b>	<b>69.43</b>	<b>417.29</b>	
Полдник	Вермишель отварная	100	3.68	3.01	17.63	112.3	204
	Колбаса порциями	50	6.4	11.1	0.75	128	9
	Хлеб пшеничный	40	2.25	0.87	15.15	78.9	2
	Чай с молоком	150\9	0.67	0.83	11.25	46.67	261
Итого за полдник		<b>349</b>	<b>13.0</b>	<b>15.81</b>	<b>44.78</b>	<b>365.87</b>	
Итого за день		<b>1373</b>	<b>38.77</b>	<b>48.64</b>	<b>175</b>	<b>1196.6</b>	

День 7

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Номер рецептуры
------------	--------------------	-----------	------------------	-------------------------	-----------------

			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша овсяная жидкая	150	6.2	8.4	20.8	179.5	162
	Бутерброд с сыром	30\10	4.72	3.25	14.73	107.8	3
	Какао с молоком	180	1.2	1.3	13.0	90.0	248
Итого за завтрак		<b>370</b>	<b>12.12</b>	<b>12.95</b>	<b>48.53</b>	<b>377.3</b>	
2 Завтрак	Сок яблочный	100	0.2	0.2	11.6	48	418
Итого за 2 завтрак		<b>100</b>	<b>0.2</b>	<b>0.2</b>	<b>11.6</b>	<b>48</b>	
Обед	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	210	6.6	3.32	18.3	140.7	42
	Картофельное пюре	120	2.44	4.19	14.45	113.6	206
	Котлеты рыбные любительские	60	13.41	1.87	3.58	81.98	135
	Компот из свежих фруктов	150	1.05	0	21.75	91.5	65
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>580</b>	<b>26.14</b>	<b>9.84</b>	<b>74.48</b>	<b>507.78</b>	
Полдник	Омлет натуральный с маслом	75	7.21	10.01	1.79	125	110
	Чай сладкий с лимоном	150\7	9	2.3	9.75	36.96	133
	Хлеб пшеничный	40	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>272</b>	<b>18.46</b>	<b>13.18</b>	<b>26.69</b>	<b>240.86</b>	
Итого за день		<b>1322</b>	<b>56.92</b>	<b>36.17</b>	<b>161.3</b>	<b>1173.94</b>	

День 8

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Номер рецептуры
------------	--------------------	-----------	------------------	-------------------------	-----------------

			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	153	3.16	4.69	15.95	119.09	165
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2.9	2.4	14.3	71.1	66
Итого за завтрак		<b>368</b>	<b>7.77</b>	<b>12.37</b>	<b>40.48</b>	<b>302.59</b>	
2 Завтрак	Вафли	12	0.3	3	6.2	42.4	15
Итого за 2 завтрак		<b>12</b>	<b>0.3</b>	<b>3</b>	<b>6.2</b>	<b>42.4</b>	
Обед	Суп рыбный из консервов	200	8.14	2.08	13.32	120.68	42
	Каша гречневая рассыпчатая	100	4.56	4.49	20.59	140.8	297
	Бефстроганов из отварной печени	85	14.22	13.41	3.61	191.95	91
	Компот из сухофруктов	150	0.43	0	21.42	81	241
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>575</b>	<b>29.99</b>	<b>20.42</b>	<b>75.34</b>	<b>614.43</b>	
Полдник	Рагу из овощей с курицей	150	2.40	11.33	13.59	166	137
	Чай сладкий	150\10	9	2.3	9.75	36.96	132
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>340</b>	<b>13.65</b>	<b>14.5</b>	<b>38.49</b>	<b>281.86</b>	
Итого за день		<b>1295</b>	<b>51.71</b>	<b>50.29</b>	<b>160.51</b>	<b>1241.28</b>	

День 9

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Номер рецептуры
------------	--------------------	-----------	------------------	----------------------------	--------------------

			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша «Дружба»	150	4.91	6.25	26.32	180.83	155
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	1.5	1.5	12.5	58.0	253
Итого за завтрак		<b>365</b>	<b>8.12</b>	<b>13.03</b>	<b>49.05</b>	<b>351.23</b>	
2 Завтрак	Пряник	25	1.45	1.65	18.75	91.5	41
Итого за 2 завтрак		<b>25</b>	<b>1.45</b>	<b>1.65</b>	<b>18.75</b>	<b>91.5</b>	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	205	2.95	4.8	6.87	94.49	56
	Жаркое по-домашнему	150	15.63	17.29	15.36	265.47	153
	Напиток лимонный	150	0.11	0.01	18.32	72	282
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>545</b>	<b>21.33</b>	<b>22.54</b>	<b>56.95</b>	<b>511.96</b>	
Полдник	Запеканка творожно-морковная со сгущенкой	125	14.58	12.86	29.73	327.6	238
	Чай с молоком	150\9	0.67	0.83	11.25	46.67	261
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>314</b>	<b>17.5</b>	<b>14.56</b>	<b>56.13</b>	<b>453.17</b>	
Итого за день		<b>1249</b>	<b>48.4</b>	<b>51.78</b>	<b>180.58</b>	<b>1407.86</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Номер рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	153	5.58	6.05	26.46	182.94	160
	Бутерброд с сыром	30\10	4.72	3.25	14.73	107.8	3
	Какао с молоком	180	1.2	1.3	13.0	90.0	248
Итого за завтрак		<b>373</b>	<b>11.5</b>	<b>10.6</b>	<b>54.19</b>	<b>380.74</b>	
2 Завтрак	Печенье	12	0.7	1.99	8.17	56.04	14
Итого за 2 завтрак		<b>12</b>	<b>0.7</b>	<b>1.99</b>	<b>8.17</b>	<b>56.04</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	4.75	3.89	19.13	130.91	67
	Макаронные изделия отварные	100	3.68	3.01	17.63	112.3	204
	Котлеты куриные	65	13.64	17.14	15.36	272.88	161
	Сок яблочный	150	0.3	0.3	17.4	72	418
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>555</b>	<b>24.91</b>	<b>24.68</b>	<b>80.12</b>	<b>644.09</b>	
Полдник	Винегрет овощной	110	1.12	4.88	6.68	75.12	45
	Чай сладкий	150\10	9	2.3	9.75	36.96	132
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>300</b>	<b>12.37</b>	<b>8.05</b>	<b>31.58</b>	<b>190.98</b>	
Итого за день		<b>1240</b>	<b>49.78</b>	<b>45.62</b>	<b>191.46</b>	<b>1417.11</b>	

День 11

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Номер рецептуры
------------	--------------------	-----------	------------------	-------------------------	-----------------

			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша вязкая ячневая молочная	150	4.98	5.69	21.10	153	99
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2.9	2.4	14.3	71.1	66
Итого за завтрак		<b>365</b>	<b>9.59</b>	<b>13.37</b>	<b>45.63</b>	<b>336.5</b>	
2 Завтрак	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47	11
Итого за 2 завтрак		<b>100</b>	<b>0.4</b>	<b>0.4</b>	<b>9.8</b>	<b>47</b>	
Обед	Суп крестьянский с крупой, с курицей и со сметаной	210	4.3	3.9	17.51	105.6	38
	Картофельная запеканка с мясом курицы	130	8.91	6.59	20.43	177	291
	Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	1.05	0	21.75	91.5	65
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>530</b>	<b>16.9</b>	<b>10.93</b>	<b>76.09</b>	<b>454.1</b>	
Полдник	Голубцы ленивые с отварным мясом	130	16.20	13.28	11.03	228.0	92
	Компот из изюма	150	0.43	0	21.42	81	241
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>310</b>	<b>18.88</b>	<b>14.15</b>	<b>47.6</b>	<b>387.9</b>	
Итого за день		<b>1305</b>	<b>45.77</b>	<b>38.85</b>	<b>179.12</b>	<b>1225.5</b>	

День12

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Номер рецептуры
------------	--------------------	-----------	------------------	-------------------------	-----------------

			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.3	4.0	14.2	109.5	55
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Какао с молоком	180	1.2	1.3	13.0	90.0	248
Итого за завтрак		<b>365</b>	<b>7.21</b>	<b>10.58</b>	<b>37.43</b>	<b>311.9</b>	
2 Завтрак	Печенье	12	0.7	1.99	8.17	56.04	14
Итого за 2 завтрак		<b>12</b>	<b>0.7</b>	<b>1.99</b>	<b>8.17</b>	<b>56.04</b>	
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	204	1.69	4.69	13.68	103.88	76
	Картофельное пюре	120	2.44	4.19	14.45	113.6	206
	Котлеты рыбные любительские	60	13.41	1.87	3.58	81.98	135
	Компот из сухофруктов	150	0.43	0	21.42	81	241
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>574</b>	<b>20.61</b>	<b>11.19</b>	<b>69.53</b>	<b>460.46</b>	
Полдник	Оладьи с повидлом	50\15	4.7	4.8	28.3	175.3	52
	Чай с лимоном	150\7	9	2.3	9.75	36.96	133
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>252</b>	<b>15.95</b>	<b>7.97</b>	<b>53.2</b>	<b>293.86</b>	
Итого за день		<b>1203</b>	<b>44.47</b>	<b>31.73</b>	<b>168.33</b>	<b>1122.26</b>	

День 13

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Номер рецептуры
------------	--------------------	-----------	------------------	-------------------------	-----------------

			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	150	4.5	7.38	27.27	193.5	167
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2.9	2.4	14.3	71.1	66
Итого за завтрак		<b>365</b>	<b>9.11</b>	<b>15.06</b>	<b>51.8</b>	<b>376.5</b>	
2 Завтрак	Вафли	12	0.3	3	6.2	42.4	15
Итого за 2 завтрак		<b>12</b>	<b>0.3</b>	<b>3</b>	<b>6.2</b>	<b>42.4</b>	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями, с мясом кур	200\10	4.3	3.9	17.51	105.6	38
	Рагу из овощей с курицей	150	2.40	11.33	13.59	166	137
	Компот из свежих фруктов	150	0.12	0.12	11.92	45	240
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>550</b>	<b>9.46</b>	<b>15.79</b>	<b>59.42</b>	<b>396.6</b>	
Полдник	Сырники из творога со сгущенным молоком	100\20	8.87	10.53	27.00	280.13	130
	Чай сладкий	150\10	9	2.3	9.75	36.96	132
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>310</b>	<b>20.12</b>	<b>13.7</b>	<b>51.9</b>	<b>395.99</b>	
Итого за день		<b>1237</b>	<b>38.99</b>	<b>47.55</b>	<b>169.32</b>	<b>1211.49</b>	

День 14

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Энергетическая ценность	Номер рецептуры
------------	--------------------	-----------	------------------	----------------------------	--------------------

			белки	жиры	углеводы		
Завтрак	Каша вязкая кукурузная молочная	154	5.58	6.05	26.46	182.94	161
	Бутерброд с маслом	35	1.71	5.28	10.23	112.4	1
	Кофейный напиток из цикория с молоком	180	1.5	1.5	12.5	58.0	253
Итого за завтрак		<b>369</b>	<b>8.79</b>	<b>12.83</b>	<b>49.19</b>	<b>353.34</b>	
2 Завтрак	Пряник	25	1.45	1.65	18.75	91.5	41
Итого за 2 завтрак		<b>25</b>	<b>1.45</b>	<b>1.65</b>	<b>18.75</b>	<b>91.5</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	4.75	3.89	19.13	130.91	67
	Плов с птицей	160	15.88	12.3	25.81	277	180
	Компот из свежих яблок	150	0.12	0.12	11.92	45	240
	Хлеб ржаной	40	2.64	0.44	16.4	80.0	4
Итого за обед		<b>550</b>	<b>23.39</b>	<b>16.75</b>	<b>73.26</b>	<b>532.91</b>	
Полдник	Капуста тушеная с курицей	150	14.29	11.71	9.73	201.0	336
	Чай с молоком	150\9	0.67	0.83	11.25	46.67	261
	Хлеб пшеничный	30	2.25	0.87	15.15	78.9	2
Итого за полдник		<b>339</b>	<b>17.21</b>	<b>13.41</b>	<b>36.13</b>	<b>326.57</b>	
Итого за день		<b>1283</b>	<b>50.84</b>	<b>44.64</b>	<b>177.33</b>	<b>1304.32</b>	
Всего за 14 дней		<b>17822</b>	<b>680.13</b>	<b>638</b>	<b>2408.01</b>	<b>17622</b>	
Среднее значение за период		<b>1273</b>	<b>48.6</b>	<b>45.6</b>	<b>200.67</b>	<b>1258.7</b>	