Примерное недельное меню рационов питания учащихся 5-11 классов в образовательных организациях г. Набережные Челны с 24.11.2025г. по 29.11.2025 г.

Стоимость питания 144,8руб./день;

Категория пита	ния: двухразовое питание										81 школа	l		
	Присти Бинии Неименерение б	Macca		Пищев ь		Энерг.		Витамі	ины, мг		Минер	ва, мг		
No LIE	Прием пищи, Наименование блюда	порции, вещества, г. ц				ценность								
№ НД		'	Белк	Жиры	Углев	KKAII	B1	Α	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe
			И	i i	оды									
	Пн. 24 ноября 25		39,08	43,34	170,57	1 228,76	0,75	45,43	90,89	1,88	654,01	789	264,51	8,73
	Завтрак		15,21	16,11	58,46	439,71	0,27	4,6	2,74	0,75	382,12	390,29	93,45	2,26
3/04	Бутерброд с маслом с сыром	30/5/10	5,19	6,65	14,98	140,55	0,05	0,05	0,07	0,04	115	90	16,35	0,49
311/04	Каша молочная "Геркулесовая" (жидкая) с маслом	200/3	6,63	6,66	26,5	192,5	0,18	2,34	1,37	0,6	144,56	197,19	54,6	1,23
ТТК-198н	Какао с молоком полусладкое	200	3,39	2,8	16,98	106,66	0,04	2,21	1,3	0,11	122,56	103,1	22,5	0,54
	Обед		23,87	27,23	112,11	789,05	0,48	40,83	88,15	1,13	271,89	398,71	171,06	6,47
20/2010	Салат из белокочанной капусты	100	1,9	5,1	10,31	94,81	0,04	20,3	59,66	0,14	51,87	36,44	19,69	0,68
133/04	Суп картофельный с рыбными консервами	250/25	2,56	2,66	19,97	114,04	0,15	20,35	24,1	0,17	18,74	77,93	31,26	1,18
ТТК-358н	Колбасные изд. отварные (сосиски) с овощ.(зел.гор)	75/25	9,32	12,32	6,2	172,96	0,05	0,02	1,09	0,45	175,26	118,81	16,69	0,32
TTK-187a	Каша гречневая вязкая	180	5,51	6,42	29,74	198,83	0,19	0,09	0,00	0,35	10,07	130,62	87,56	2,94
686/04	Чай с лимоном	200/7	0,27	0,06	15,28	62,73	0,00	0,07	3,3	0,02	8,15	10,01	5,36	0,87
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого стоимость питания в день	144,8 руб.												
	Вт, 25 ноября 25		72,56	52,09	184,83	1 498,38	0,8	5,64	85,53	8,26	389,54	1 376,37	313,19	12,31
	Завтрак		16,14	12,22	77,18	483,24	0,26	2,66	1,44	0,58	176,37	316,43	69,65	3,48
337/04	Яйцо вареное	1 шт	5,52	5,04	0,00	67,44	0,03	0,27	0,00	0,29	26,4	92,16	5,76	1,2
TTK 995	Каша молочная "Дружба" (жидкая) с маслом	200/3	6,4	5,57	35,22	216,59	0,18	2,34	1,34	0,29	137,22	191,12	48,99	0,98
ттк-475	Чай полусладкий с пряником	200/30	1,94	1,34	27,05	128,02	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Обед		56,42	39,87	107,65	1 015,14	0,54	2,98	84,09	7,68	213,17	1 059,94		8,83
ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2
ТУ 9165-033- 00419779-12	Щи из св кап с карт.с мясн фрик.Останкин.со сметаной	250/25/5	25,33	29,4	27,13	474,44	0,24	1,67	47,56	6,76	151,85	773,73	108,72	3,65
ттк №-819	Жаркое из мякоти птицы	50/150	25,88	9,38	21,48	273,9	0,22	1,24	26,5	0,72	28,57	247,34	114,86	2,65
ТТК-257н	Напиток "Плодово-ягодный" из сухофруктов	200	0,5	0,02	19,43	79,92	0,00	0,02	0,03	0,00	8,25	2,97	1,46	0,05
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого стоимость питания в день		144,8 руб.	,		-,		-,	- , -	,	-,-	,			,
Ср. 26 ноября 25			38,35	44,5	230,16	1 474,46	1,03	107,21	61,59	2,67	435,71	855,51	178,37	7,62
	Завтрак		9,75	9,1	76,16	425,6	0,21	2,2	2,24	0,76	167,78	272,7	48,02	1,5
1/04	Бутерброд с маслом	30/5	2,33	3,89	14,98	104,29	0,05	0,02	0,00	0,00	9	26,4	10,52	0,49
302/04	Каша молочная ячневая с маслом	200/3	7,32	5,21	39,7	235,01	0,16	2,18	1,28	0,76	155,42	241,98	36,06	0,91
ТТК-272н	Кисель из концентрата полусладкий	200	0,1	0,00	21,48	86,3	0,00	0,00	0,96	0,00	3,36	4,32	1,44	0,1
	Обед		28,6	35,4	154	1 048,86	0,82	105,01	59,35	1,91	267,93	582,81	130,35	6,12
TTK-1025	Салат "Радужный"	100	2,56	5,19	11,19	101,68	0,07	103,76		0,26	39,21	67,46	35	1,33
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·						-							

Титье 2004 Зразы "Побимые" с съгором с овещами (кумур, коис. 75/25 19,52 19	ТУ-10.85.19-033- 00419779-2017	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3,33	5,35	17,68	132,19	0,5	0,53	27,52	0,01	36,9	207,55	33,45	1,16
TTK-181a Макароны отварные 180 6,36 5,55 43,7 253,74 0,1 0,00 0,00 1,28 22,26 5,47 10,45 1,07		• • •	75/25	10.52	18.2	0.87	2/15/31	0.08	0.04	2.60	0.26	120.38	184 66	25.46	1 2
ТПК-265H Компот ТПподово-ягодный ча красной смородины 200		. (331)													
Сос. 0, 2															
Млеб Рябенушка" 1/30 228 0.27 14.91 71.19 0.05 0.00 0.00 0.00 7.8 24.9 10.5 0.48	11K-205H				-,-		- /		-,						
Минеральниции Манарар Манарар		,			-,		/		-,		-,				
Итого стоимость питания в день 44,8 руб. 49,08 32,18 202,46 1295,92 0.72 14,17 131,45 1,46 837,2 707,15 243,97 13,02 311/04 Кваша молочная укрураная с маслом 200/3 6,27 5,17 39,38 25,098 0.09 3,55 1,31 0,38 189,85 243,32 60,43 3,13 311/04 Кваша молочная укрураная с маслом 200/3 6,27 5,17 39,83 29,089 0,09 3,55 1,31 0,38 197,68 243,32 60,43 3,13 Xлаб Рубаницика* 1/30 2,28 0,27 1,49 71,19 0.05 0.00 0.00 78,21 2,9 10,5 0,48 ТТК-455и Десерт фруктовый Апальска 100 0,9 0,00 8,4 37,2 0,04 0,00 60 2,2 34 23 13 0,3 ТТК-455и Десерт фруктовый Апальска 250/5 2,36 6 1,54 126,24 1,05															
Ht. 27 ноября 25 49.08 32,18 202.46 1265.92 0.72 14,17 131,48 38.72 70.716 243,97 130.23 311004 Каша молочная кулурузная с маслом 200/3 6,27 5,17 39.83 29.08 0.09 3,55 1,31 0.38 130.43 130.03 130.09 0.09 3,55 1,31 0.38 130.03 130.09 0.09 3,55 1,31 0.38 130.09 0.00 0.00 0.00 51.27 28.98 28.74 1,42 174.08.19.39.00 1/30 2.28 0.27 14.91 1,19 0.05 0.00 0.00 0.00 7.8 24.9 10.5 0.48 174.08.19.39.33.30 1.00 0.00 8.4 37.2 0.04 0.00 7.8 24.9 10.5 0.48 174.08.51.39.33.33 1.00 2.00 8.4 37.2 0.01 0.53 31.27 0.01 7.9 4.1 1.0 2.2 3.0 3.8				2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
3110/4 Каша молочная кукурузная с маслом 2003 6,27 5,17 82,83 2 30,98 0,98 3,55 1,31 0,38 19,86 243,32 60,43 3,11 1,104 Каша молочная кукурузная с маслом 2003 4,96 9,57 38,62 260,51 0,1 0,04 0,09 0,00 51,27 82,98 23,74 1,45 Xne6 "Ребинуша" 1/30 2,28 0,27 1,17 109,1 73,24 0,48 10,58 130,78 135,55 463,83 183,54 2,819 1,12 171,49 1,119			144,6 pyo.	40.00	20.40	202.40	4 005 00	0.70	4447	404.40	4.40	207.0	707.45	0.40.07	40.00
311/04 Каша молочная кукурузная с маслом 200/3 6,27 5,17 39,88 230,98 0,09 3,55 1,31 0,38 130,78 135,44 26,19 1,2															
Намирования		The state of the s													
Nee5 Рабинушка" 1/30					- ,	,	,				-,				
Обед 35,57 17,7 109,1 733,24 0.48 10,08 197,35 483,83 183,54 9.99 ТТК-495и Десерт фруктовый Алельсин 100 0,9 0,00 8,4 37.2 0,04 0,00 60 0,22 34 23 3 3 3,0 3,0 0,						,-	,-								
ТПК-495H Десерт фруктовый Алельсин 100 0,9 0,00 8.4 37.2 0,04 0,00 6.0 0,22 34 23 13 0,04		•	1/30												
The first of th															
ООНЗТРЯ-2017 Борщ с капустой и картофелем со сметаной ПТК-536 Мякоть птицы тушеная в соусе 50/50 23,62 4,59 3,68 150,56 0,08 8,9 1,2 31,16 0,18 52,36 117,05 39,5 1,44		Десерт фруктовый Апельсин			-										
S20/04 Пюре картофельное 180 3,97 5,88 26,55 175,11 0,2 1,12 31,16 0,18 52,36 117,05 39,5 1,44		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/5	2,63	6	15,43	126,24	0,1	0,53	31,27	0,01	79,4	118,05	30,45	6,01
Берицика 180 3,97 5,88 26,55 175,11 0,2 1,12 31,16 0,18 52,36 117,05 39,5 1,44	TTK-53ĸ	Мякоть птицы тушеная в соусе	50/50	23,62	4,59	3,68	150,56	0,08	8,9	1,2	0,64	17,39	177,31	88,17	1,56
ТПК-950 Напиток "Пимонный" 200 0.14 0.02 24.43 98.45 0.01 0.03 6.4 0.03 6.4 3.52 1.92 0.1	520/04	Пюре картофельное	180	3,97	5,89	26,55	175,11	0,2	1,12		0,18	52,36		39,5	1,44
Хлеб "Рябинушки"	TTK-950	Напиток "Лимонный"	200	0,14	0,02		98,45		0.03		0.03				
Митог стоимость питания в день 1/36,25 2,03 0,4 15,7 74,49 0,00		Хлеб "Рябинушка"	1/30												
Итого стоимость питания в день 144,8 pyб. 41,98 51,17 177,16 1 337,22 1,35 134,4 30,78 1,65 238,74 764,48 243,74 9,43 Завтрак 13,32 15,47 79,66 511,25 0,3 2,2 1,35 0,75 150,97 311,67 89,44 3,12 1/04 Бутерброд с маслом 30/5 2,33 3,89 14,98 104,29 0,05 0,02 0,00 0,00 9 26,4 10,52 0,49 302/04 Каша молочная пшенинная с маслом 200/3 9,11 5,37 43,94 260,58 0,25 2,13 1,5 0,75 137,02 277,02 74,52 1,81 TTK-475 Чай молочная пшеничная с маслом 28 1,68 6,16 15,68 124,88 0,00 0,00 0,00 4,95 8,25 4,4 0,82 Kekc для детск литания 28 1,68 6,16 15,68 124,88 0,00 0,00 0,00 0,00<		Хлеб "Дарницкий"	1/36.25				74,49								
Пт. 28 ноября 25 Завтрак Портивнов образовата образ		Итого стоимость питания в лень					,								
1/04 Бутерброд с маслом 30/5 2,33 3,89 14,98 104,29 0,05 0,02 0,00 0,00 9 26,4 10,52 0,49 302/04 Каша молочная пшеничная с маслом 200/3 9,11 5,37 43,94 260,58 0,00 0,00 0,00 4,95 277,02 274,52 1,81 ТК-475 Чай полуспадкий 20 0,05 5,06 21,5 0,00 0,00 0,00 4,98 8,25 4,4 0,82 Кекс для детск.питания 28 1,68 6,16 15,68 124,88 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00				41,98	51,17	177,16	1 337,22	1,35	134,4	30,78	1,65	238,74	764,48	243,74	9,43
302/04 Каша молочная пшеничная с маслом 200/3 9,11 5,37 43,94 260,58 0,25 2,13 1,25 0,75 137,02 277,02 74,52 1,81 ТТК-475 Чай попусладкий 200 0,2 0,05 5,06 21,5 0,00 0,05 0,1 0,00 4,95 8,25 4,4 0,82 Кекс для детсклитания 28 1,68 6,16 15,68 124,88 0,00 1,01 1,31 21,43 1,45 0,4 0,82 29,43 0,		Завтрак		13,32	15,47	79,66	511,25	0,3	2,2	1,35	0,75	150,97	311,67	89,44	3,12
ТТК-475 Чай попусладкий 200 0,2 0,05 5,06 21,5 0,00 0,05 0,1 0,00 4,95 8,25 4,4 0,82 Кекс для детск.питания 28 1,68 6,16 15,68 124,88 0,00	1/04	Бутерброд с маслом	30/5	2,33	3,89	14,98	104,29	0,05	0,02	0,00	0,00	9	26,4	10,52	0,49
Кекс для детск.питания 28 1,68 6,16 15,68 124,88 0,00 0	302/04	Каша молочная пшеничная с маслом	200/3	9,11	5,37	43,94	260,58	0,25	2,13	1,25	0,75	137,02	277,02	74,52	1,81
Кекс для детск.питания 28 1,68 6,16 15,68 124,88 0,00 0	TTK-475	Чай полусладкий	200	0,2	0,05	5,06	21,5	0,00	0,05	0,1	0,00	4,95	8,25	4,4	0,82
ТТК-66 Салат " Солнышко" 100 0,97 10,17 13,12 147,89 0,05 132,01 6,16 0,32 22,6 39,45 27,37 1,03 ТУ-10.85.19-033- 00419779-2017 Суп "Гречишное зернышко" с цыпл 250/25 10,62 10,73 5,75 162,05 0,78 0,13 21,89 0,1 17,98 148,7 36,83 3,27 ТТК-89н Биточки рыбные "Морячка" с овощами (фасоль струч.) 75/25 9,99 9,18 5,48 144,53 0,04 0,03 1,38 0,17 15,77 109,58 34,28 0,65 510/04 Каша рисовая вязкая 180 2,77 4,95 27,57 165,94 0,13 0,03 0,31 23,62 130,18 45,32 0,88 ТТК-503 Напиток "Плодово-ягодный" ассорти 200 0,00 0,00 14,97 59,88 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00		Кекс для детск.питания	28		6,16	15,68	124,88	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
ТУ-10.85.19-033- 00419779-2017 Суп "Гречишное зернышко" с цыпл 250/25 10,62 10,73 5,75 162,05 0,78 0,13 21,89 0,1 17,98 148,7 36,83 3,27 ОМ419779-2017 Суп "Гречишное зернышко" с цыпл 10,62 10,73 5,75 162,05 0,78 0,13 21,89 0,1 17,98 148,7 36,83 3,27 СУп "Гречишное зернышко" с цыпл 75/25 9,99 9,18 5,48 144,53 0,04 0,03 1,38 0,17 15,77 109,58 34,28 0,65 510/04 Каша рисовая вязкая 180 2,77 4,95 27,57 165,94 0,13 0,03 0,00 0,01 31,26 130,18 45,32 0,88 ТТК-503 Напиток "Плодово-ягодный" ассорти 200 0,00 0,00 14,97 59,88 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00 0,00		Обед		28,66	35,7	97,5	825,97	1,05	132,2	29,43	0,9	87,77	452,81	154,3	6,31
00419779-2017 Суп "Гречишное зернышко" с цыпл 5,48 144,53 0,04 0,03 1,38 0,17 15,77 109,58 34,28 0,65 510/04 Каша рисовая вязкая 180 2,77 4,95 27,57 165,94 0,13 0,03 0,00 0,31 23,62 130,18 45,32 0,88 TTK-503 Напиток "Плодово-ягодный" ассорти 200 0,00 0,00 14,97 59,88 0,00	TTK-66	Салат " Солнышко"	100	0,97	10,17	13,12	147,89	0,05	132,01	6,16	0,32	22,6	39,45	27,37	1,03
00419779-2017 Суп "Гречишное зернышко" с цыпл 5,48 144,53 0,04 0,03 1,38 0,17 15,77 109,58 34,28 0,65 510/04 Каша рисовая вязкая 180 2,77 4,95 27,57 165,94 0,13 0,03 0,00 0,31 23,62 130,18 45,32 0,88 TTK-503 Напиток "Плодово-ягодный" ассорти 200 0,00 0,00 14,97 59,88 0,00	ТУ-10.85.19-033-		250/25	10,62	10,73	5,75	162,05	0,78		21,89	0,1	17,98	148,7	36,83	
510/04Каша рисовая вязкая1802,774,9527,57165,940,130,030,000,3123,62130,1845,320,88ТТК-503Напиток "Плодово-ягодный" ассорти2000,000,0014,9759,880,000	00419779-2017														
ТТК-503 Напиток "Плодово-ягодный" ассорти 200 0,00 0,00 14,97 59,88 0,00 0	ТТК-89н	Биточки рыбные "Морячка" с овощами (фасоль струч.)	75/25	9,99	9,18	5,48	144,53	0,04	0,03	1,38	0,17	15,77	109,58	34,28	0,65
ТТК-503 Напиток "Плодово-ягодный" ассорти 200 0,00 0,00 14,97 59,88 0,00 <td></td> <td></td> <td>180</td> <td>2,77</td> <td>4,95</td> <td>27,57</td> <td>165,94</td> <td>0,13</td> <td>0,03</td> <td>0,00</td> <td>0,31</td> <td>23,62</td> <td>130,18</td> <td>45,32</td> <td>0,88</td>			180	2,77	4,95	27,57	165,94	0,13	0,03	0,00	0,31	23,62	130,18	45,32	0,88
Хлеб "Рябинушка"1/302,280,2714,9171,190,050,000,000,007,824,910,50,48Хлеб "Дарницкий"1/36,252,030,415,774,490,000,000,000,000,000,000,000,000,000,000,00Итого стоимость питания в день144,8 руб.144,8 руб.13750,5523,2342,342,92291,67663,04147,379,46Завтрак8,975,4484,26421,90,142,391,470,57151,05158,6935,311,85311/04Каша молочная манная (жидкая) с маслом200/36,175,1232,97202,660,092,341,370,57134,7122,3420,410,43ТТК-475Чай полусладкий с зефиром200/400,520,0536,38148,050,000,050,10,008,5511,454,40,94			200		0,00		59,88	0,00	0,00	0,00	0,00				0,00
Хлеб "Дарницкий" 1/36,25 2,03 0,4 15,7 74,49 0,00<		Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27		71,19							10,5	
Итого стоимость питания в день144,8 руб.89999999Сб, 29 ноября 2541,3738,81215,081 3750,5523,2342,342,92291,67663,04147,379,46Завтрак8,975,4484,26421,90,142,391,470,57151,05158,6935,311,85311/04Каша молочная манная (жидкая) с маслом200/36,175,1232,97202,660,092,341,370,57134,7122,3420,410,43ТТК-475Чай полусладкий с зефиром200/400,520,0536,38148,050,000,050,10,008,5511,454,40,94		Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	2,03	0,4		74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Завтрак 8,97 5,44 84,26 421,9 0,14 2,39 1,47 0,57 151,05 158,69 35,31 1,85 311/04 Каша молочная манная (жидкая) с маслом 200/3 6,17 5,12 32,97 202,66 0,09 2,34 1,37 0,57 134,7 122,34 20,41 0,43 ТТК-475 Чай полусладкий с зефиром 200/40 0,52 0,05 36,38 148,05 0,00 0,05 0,1 0,00 8,55 11,45 4,4 0,94		Итого стоимость питания в день	144,8 руб.												
Завтрак8,975,4484,26421,90,142,391,470,57151,05158,6935,311,85311/04Каша молочная манная (жидкая) с маслом200/36,175,1232,97202,660,092,341,370,57134,7122,3420,410,43ТТК-475Чай полусладкий с зефиром200/400,520,0536,38148,050,000,050,10,008,5511,454,40,94		Сб, 29 ноября 25		41,37	38,81							,			9,46
311/04 Каша молочная манная (жидкая) с маслом 200/3 6,17 5,12 32,97 202,66 0,09 2,34 1,37 0,57 134,7 122,34 20,41 0,43 ТТК-475 Чай полусладкий с зефиром 200/40 0,52 0,05 36,38 148,05 0,00 0,05 0,1 0,00 8,55 11,45 4,4 0,94				8,97	5,44	84,26	421,9	0,14	2,39	1,47	0,57	151,05	158,69	35,31	1,85
ТТК-475 Чай полусладкий с зефиром 200/40 0,52 0,05 36,38 148,05 0,00 0,05 0,1 0,00 8,55 11,45 4,4 0,94	311/04	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/3												
	TTK-475	Чай полусладкий с зефиром	200/40	0,52		36,38	148,05	0,00							
Хлеб "Рябинушка" 1/30 2,28 0,27 14,91 71,19 0,05 0,00 0,00 7,8 24,9 10,5 0,48		Хлеб "Рябинушка"	1/30												
Обед 32,4 33,37 130,82 953,1 0,41 20,84 40,87 2,35 140,62 504,35 112,06 7,61		·													

ТТК-495н	Десерт фруктовый Яблоко	100	0,4	0,4	9	41,2	0,03	0,05	10	0,2	16,7	11	8	2
135/04	Суп из овощей с мясн фрикад. Останкинск.со сметан	250/25/5	8,4	9,26	12,96	168,8	0,13	20,78	28,31	0,52	45,64	157,57	38,76	1,63
ТТК-84н	Котлеты "Татарские" с овощами(кукур.конс.)	75/25	12,93	17,09	13,89	261,04	0,08	0,01	2,56	0,35	36,22	236,06	38,05	1,98
TTK - 181a	Макароны отварные	180	6,36	5,95	43,7	253,74	0,1	0,00	0,00	1,28	22,26	55,47	10,45	1,07
ТТК-268н	Компот "Плодово-ягодный" из изюма	200	0,00	0,00	20,66	82,64	0,02	0,00	0,00	0,00	12	19,35	6,3	0,45
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Хлеб "Дарницкий"	1/36,25	2,03	0,4	15,7	74,49	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого стоимость питания в день		144,8 руб.												
Итого			282,42	262,09	1 180,26	8 209,74	5,2	330,08	442,56	18,84	2 396,87	5 155,55	1 391,15	60,57

	Macca	Пищевые			Энерг.		Витами	ины, мг		Минеральные вещества, мг				
	порции,	ве	вещества, г.											
	г				ккап									
		Белк	Жиры	Углев		B1	Α	С	Е	Ca	Р	Mg	Fe	
		И		ОДЫ										
ИТОГО ЗА 6 дней		282,42	262,09	1 180,26	8 209,74	5,2	330,08	442,56	18,84	2 396,87	5 155,55	1 391,15	60,57	
В среднем в день:		47,07	43,68	196,71	1 368,29	0,87	55,01	73,76	3,14	399,48	859,26	231,86	10,10	