

понедельник
 первая
 осенне-зимний-весенний
 ная категория 15 - 18 лет (юноши)

2015

ОГОУ СПО
 Химико - технологический
 техникум г.Саяноск



прием пищи наименование блюд	масса порции	пищевые вещества (гр.)			энерго- ценность	ВИТАМИНЫ (мг)			минеральные вещества				
		белки	жиры	углеводы		В 1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe	
завтрак	выход												
масло сливочное (порционно)	10	0,01	8,30	0,06	77	0,00	0,00	0,01	2,40	25,34	0,05	0,02	
каша мол/ манная с маслом слив.	200/5	4,80	0,20	29,60	215	0,01	1,30	0,01	191,30	165,25	12,03	0,59	
запеканка творожная с	150	19,54	16,41	11,70	245	0,09	1,10	0,01	278,54	0,69	3,36	0,08	
молоком сгущенным	20	1,44	1,70	11,20	49	0,05	0,80	0,03	61,40	143,80	6,80	0,04	
чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,00	58	0,00	0,10	0,00	5,25	80,00	4,40	0,07	
Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	48,60	232	0,32	0,00	0,00	46,00	91,28	33,00	0,40	
		33,59	27,41	116,16	876								
обед													
огурец свежий (порционно)	100	0,70	0,00	1,90	11,0	0,00	6,00	0,00	23,00	42,00	14,00	0,90	
суп овощной с курицей	250/30	4,12	10,04	37,85	235	0,01	3,96	0,00	32,49	146,40	12,00	0,75	
печень, тушенная в соусе	100/30	11,10	23,90	21,60	266	0,24	28,77	0,01	64,27	247,78	25,65	4,24	
макароны отварные	180	6,12	7,62	41,86	255	0,10	0,00	0,02	22,60	0,73	9,63	0,97	
компот из сухофруктов	200	0,64	0,00	28,94	114	0,00	0,40	0,00	32,50	0,18	12,00	1,05	
Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	48,60	186	0,10	0,00	0,00	1,84	75,00	26,40	0,60	
Хлеб ржаной	120	5,88	1,20	5,52	205	0,02	0,00	0,25	21,60	90,00	24,00	0,48	
		34,64	43,40	186,27	1272								
						0,9	42,4	0,3	783,2	1108,5	183,3	9,0	
	%	белки	жиры	углевод	ккал		%	фактически	норма	отклонение			
завтрак	25,5	33,59	27,41	116,16	876		завтрак	25,5	25	0,5			
обед	36,8	34,64	43,40	186,27	1272		обед	36,8	35	1,8			
фактически	62,2	68,23	70,81	302,43	2148								
норма	60	67,8	69	293,4	2070								
отклонение	3,74	0,63	2,62	3,08	3,75								

ш/п Рн Рюжко ИВ 16.01.2015

День: вторник
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний-весенний
 возрастная категория: 15 ± 18 лет (юноши)

2015

ОГОУ СПО
 Химико-технологический
 техникум г.Саянск



технол. карта	прием пищи наименование блюд	масса порции	пищевые вещества (гр.)			энерго-ценность	ВИТАМИНЫ (мг)			минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		ккал	В 1	С	А	Ca	P	Mg
	завтрак	выход											
	сыр российский (порционно)	30	4,90	8,70	0,00	126	0,01	0,48	0,08	30,00	0,05	15,00	0,33
302	каша мол. гречневая с маслом слив.	200/5	6,13	8,98	35,60	228	0,03	1,30	0,04	131,30	112,20	34,03	1,44
340	омлет натуральный запеченный	105	10,2	18,4	21,6	215	0,07	0,20	0,03	81,10	160,20	14,40	1,30
32	чай с шиповником с сахаром	200/15/5	0,54	0,05	17,16	78	0,00	0,14	0,02	1,29	87,60	0,88	0,21
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	48,60	232	0,32	0,00	0,00	46,00	91,28	33,00	0,40
			29,37	36,88	122,96	879							
	обед												
	помидор свежий (порционно)	100	0,90	0,20	3,90	19	0,00	12,70	0,25	10,00	0,60	11,00	0,30
157	солянка со сметаной	250\10	8,23	16,82	35,45	265	0,01	0,20	0,02	125,20	182,70	8,60	0,60
383	минтай запеченный со сметаной	100/10	15,32	8,77	14,82	175	0,08	0,25	0,01	194,93	198,47	12,14	0,78
261	картоф. пюре с маслом слив.	200/5	4,35	6,05	28,95	184	0,22	28,39	0,01	75,25	0,80	4,40	0,87
654	кисель из концентрата плод.ягод	200	0,20	0	33,8	185	0,05	0,40	0,02	13,20	77,60	0,06	1,68
	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	48,60	186	0,10	0,00	0,00	1,84	75,00	26,40	0,60
	Хлеб ржаной	120	5,88	1,20	5,52	205	0,02	0,00	0,26	21,60	90,00	24,00	0,48
			40,96	33,68	171,04	1219							
							0,91	44,1	0,74	731,7	1076,50	183,9	8,99
		%	белки	жиры	углевод	ккал		%	фактичес	норма	отклонение		
	завтрак	25,6	29,37	36,88	122,96	879		завтрак	25,6	25	0,6		
	обед	35,2	40,96	33,68	171,04	1219		обед	35,2	35	0,2		
	фактически	60,8	70,33	70,56	294,00	2098							
	норма	60	67,8	69	293,4	2070							
	отклонение	1,34	3,73	2,26	0,20	1,33							

млч Р. Прохорова Р.

16.01.2015

День: среда
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний-весенний
 возрастная категория 15 - 18 лет (юноши)

2015

ОГОУ СПО

Химико - технологический
 техникум г.Саянска



технол. карта	прием пищи наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (гр.)			энерго- ценность	ВИТАМИНЫ (мг)			минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В 1	С	А	Ca	P	Mg	Fe
№	завтрак	выход											
	масло сливочное (порционно)	10	0,01	8,30	0,06	77	0,00	0,00	0,01	2,40	25,34	0,05	0,02
160	суп молочный с вермишелью	250/5	4,38	9,58	18,27	185	0,04	0,12	0,03	281,75	268,25	5,25	0,25
	с маслом сливочным												
	печенье овсяное (пром.произв.)	40	13,75	8,70	42,60	194	0,02	0,00	0,00	12,59	0,00	1,20	0,08
686	чай с лимоном с сахаром	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60	0,01	1,47	0,00	68,05	101,90	1,24	1,33
	банан	200	2,20	0,00	23,40	128	0,10	16,80	0,01	16,00	37,20	1,40	1,20
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	48,60	232	0,32	0,00	0,00	46,00	91,28	33,00	0,40
			28,24	27,38	148,13	876							
	обед												
	огурец свежий (порционно)	100	0,70	0,00	1,90	11,0	0,00	6,00	0,00	23,00	42,00	14,00	0,90
114	борщ из св. капусты со сметаной	250/10	4,95	12,54	19,65	215	0,10	15,04	0,07	95,89	107,32	18,56	1,65
443	плов с мясом кур	250	22,56	27,81	49,86	485	0,20	2,75	0,04	87,73	258,47	43,57	1,07
639	компот из сухофруктов	200	0,64	0,00	28,94	114	0,00	0,40	0,00	32,50	0,18	12,00	1,05
	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	48,60	186	0,10	0,00	0,00	1,84	75,00	26,40	0,60
	Хлеб ржаной	120	5,88	1,20	5,52	205	0,02	0,00	0,25	21,60	90,00	24,00	0,48
			40,81	42,19	154,47	1216							
							0,91	42,58	0,41	689,35	1096,94	180,67	9,03
		%	белки	жиры	углевод	ккал		%	фактически	норма	отклонение		
	завтрак	25,5	28,24	27,38	148,13	876		завтрак	25,5	25	1,7		
	обед	35,2	40,81	42,19	154,47	1216		обед	35,2	35	0,5		
	фактически	60,6	69,05	69,57	302,60	2092							
	норма	60	67,8	69	293,4	2070							
	отклонение	1,05	1,84	0,83	3,14	1,04							

млн р. Юрлина НВ / 16.01.2015

День: четверг
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний / весенний
 Возрастная категория: 15 - 18 лет (юнош.)

2015

ОГОУ СПО

Химико-технологический
 техникум г. Саянск



технол. карта	прием пищи наименование блюд	масса порции	пищевые вещества (гр.)			энергетичность ккал	ВИТАМИНЫ (мг)			минеральные вещества			
			белки	жиры	углеводы		В 1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
	завтрак	выход											
	сыр российский (порционно)	30	4,90	8,70	0,00	126	0,01	0,48	0,08	30,00	0,05	15,00	0,33
302	каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200/5	8,02	10,68	54,18	285	0,25	1,30	0,00	184,80	208,00	15,53	0,44
	мармелад	30	0,03	0,00	23,83	96	0,00	0,00	0,00	81,20	0,30	0,06	0,13
693	какао с молоком	200	4,90	5,00	26,50	156	0,04	1,30	0,01	122,60	116,20	11,64	0,07
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	48,60	232	0,32	0,00	0,00	46,00	91,28	33,00	0,40
			25,45	25,18	153,11	895,00							
	обед												
	помидор свежий (порционно)	100	0,90	0,20	3,90	19	0,00	12,70	0,25	10,00	0,60	11,00	0,30
142	уха с сайрой консерв.	250/50	4,26	8,24	4,60	215	0,13	18,64	0,01	89,52	186,03	5,24	1,21
638	котлета из грудки кур	100	14,62	12,61	0,53	165	0,06	6,87	0,07	96,08	160,80	11,66	1,35
297	каша гречневая рассыпчатая с соусом молочным	180/30	8,21	15,46	37,42	267	0,01	0,00	0,01	15,10	11,08	24,62	3,20
701	напиток из св.яблок	200	0,4	0,4	44,6	186	0,01	0,00	0,16	20,00	120,00	0,40	0,40
	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	48,60	186	0,10	0,00	0,00	1,84	75,00	26,40	0,60
	Хлеб ржаной	120	5,88	1,20	5,52	205	0,02	0,00	0,25	21,60	90,00	24,00	0,48
			43,55	44,79	147,22	1245,54							
							0,96	41,59	0,84	751,58	1083,64	182,75	8,98
		%	белки	жиры	углевод	ккал		%	фактически	норма	отклонение		
	завтрак	26,0	25,45	25,18	153,11	895		завтрак	26,0	25	1,0		
	обед	36,0	43,55	44,79	147,22	1246		обед	36,0	35	1,0		
	фактически	62,0	69,00	69,97	300,33	2141							
	норма	60	67,8	69	293,4	2070							
	отклонение	3,41	1,77	1,41	2,36	3,41							

И.И. Р. Ютимова И.Д. 16.01.2015

День: пятница
 Неделя: первая
 Сезон: осенне-зимний-весенний
 возрастная категория: 15 - 18 лет (юноши)

2015

ОГОУ СПО
 Химико-технологический
 техникум г.Саянск



технол. карта	прием пищи наименование блюд	масса порции	пищевые вещества (гр.)			энерг. ценность	ВИТАМИНЫ (мг)			минеральные вещества			
			белки	жиры	углевод		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe
№	завтрак	выход											
302	каша мол.рисовая с маслом слив.	200	6,33	10,83	45,43	278	0,08	1,30	0,04	125,30	166,50	16,03	0,59
10	гренки с сыром	60	10,08	14,27	24,73	190	0,02	1,95	0,00	22,20	26,10	1,89	2,05
685	чай с молоком и сахаром	150/50/15	1,60	1,60	17,39	90	0,02	0,08	0,01	106,25	83,24	11,40	0,06
	яблоко свежее	150	0,60	0,60	12,90	71	0,04	4,00	0,05	64,00	16,50	13,50	3,30
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	48,60	232	0,32	0,00	0,00	46,00	91,28	33,00	0,40
			26,21	28,10	149,05	860							
	обед												
	огурец свежий (порционно)	100	0,70	0,00	1,90	11,0	0,00	6,00	0,00	23,00	42,00	14,00	0,90
160	суп куриный с вермишелью	250/30	8,55	14,50	25,50	267	0,03	0,30	0,01	28,50	155,30	5,60	0,65
386	горбуша запеченная	100	18,02	21,15	3,10	196	0,04	2,38	0,24	152,03	188,80	10,02	0,30
261	картоф. пюре с маслом слив.	200/5	4,35	6,05	28,95	184	0,22	28,39	0,01	75,25	0,08	4,40	0,87
	кисель из шиповника	200	0,60	0,02	33,8	185	0,05	0,12	0,02	43,20	177,60	21,60	0,68
	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	48,60	186	0,10	0,00	0,00	1,84	75,00	26,40	0,60
	Хлеб ржаной	120	5,88	1,20	5,52	205	0,02	0,00	0,25	21,60	90,00	24,00	0,48
			44,18	43,56	147,37	1234							
							0,94	44,52	0,63	775,17	1112,40	181,84	10,88
		%	белки	жиры	углевод	ккал		%	фактичес	норма	отклонение		
	завтрак	25,0	26,21	28,10	149,05	860		завтрак	25,0	25	0,0		
	обед	35,7	44,18	43,56	147,37	1234		обед	35,7	35	0,7		
	фактически	60,7	70,39	71,66	296,42	2094							
	норма	60	67,8	69	293,4	2070							
	отклонение	1,16	3,82	3,86	1,03	1,16							

шр Р Рюмина Н В

16.01.2015

День: понедельник
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимний-весенний
 возрастная категория 15 - 18 лет (юноши)

2015

ОГОУ СПО
 Химико - технологический
 техникум г.Саянск



технол. карта	прием пищи наименование блюд	масса порции	пищевые вещества (гр.)			энерго-ценность ккал	ВИТАМИНЫ (мг)			минеральные вещества			
			№	выход	белки		жиры	углеводь	В 1	С	А	Са	Р
302	каша мол. пшеничная с маслом слив	200/5	8,58	7,98	41,28	271	0,09	1,30	0,04	121,30	222,00	14,03	0,29
358	сырники из творога с молоком сгущенным	100 20	13,04 1,44	21,40 1,70	19,60 11,20	185 49	0,06 0,05	0,30 0,80	0,02 0,03	120,00 61,40	170,00 93,80	9,30 3,80	0,30 0,04
685	чай с сахаром	200/15	0,20	0,00	15,00	58	0,00	0,10	0,00	5,25	80,00	4,40	0,07
	сок натуральный апельсиновый	200	1,08	0,20	20,20	92	0,02	4,00	0,00	14,00	14,00	8,00	1,80
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	48,60	232	0,32	0,00	0,00	46,00	91,28	33,00	0,40
			31,94	32,08	155,88	887,00							
	обед												
	помидор свежий (порционно)	100	0,90	0,20	3,90	19	0,00	12,70	0,25	10,00	0,60	11,00	0,30
139	суп гороховый	250	8,89	4,12	23,16	187	0,03	6,01	0,01	54,20	62,50	8,10	0,75
491	чахохбили из кур с соусом	100/30	8,97	21,57	4,29	264	0,07	6,20	0,05	26,10	115,19	8,96	1,95
224	овощи тушеные	180	6,32	9,20	31,10	235	0,16	10,60	0,02	134,46	93,80	15,32	1,53
	компот из кураги	200	1,20	0	30,60	126	0,00	0,40	0,00	102,50	0,18	12,00	1,05
	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	48,60	186	0,10	0,00	0,00	1,84	75,00	26,40	0,60
	Хлеб ржаной	120	5,88	1,20	5,52	205	0,02	0,00	0,25	21,60	90,00	24,00	0,48
			38,24	36,93	147,17	1221,60							
							0,92	42,41	0,67	718,65	1108,35	178,31	9,56
		%	белки	жиры	углевод	ккал		%	фактически	норма	отклонение		
	завтрак	25,8	31,94	32,08	155,88	887		завтрак	25,8	25	0,8		
	обед	35,3	38,24	36,93	147,17	1222		обед	35,3	35	0,3		
	фактически	61,1	70,18	69,01	303,05	2109							
	норма	60	67,8	69	293,4	2070							
	отклонение	1,87	3,51	0,01	3,29	1,86							

И/п Я. Дюпина

16.01.2015

День: среда
 Месяц: вторая
 Сезон: осенне-зимний-весенний
 Возрастная категория: 15 - 18 лет (юноши)

2015

ОГОУ СПО
 Химико - технологический
 техникум г.Саянск



технол. карта	прием пищи наименование блюд	масса порции	пищевые вещества (гр.)			энергоценность	ВИТАМИНЫ (мг)			минеральные вещества			
			белки	жиры	углевод		В1	С	А	Ca	Р	Mg	Fe
№	завтрак	выход											
302	каша мол.рисовая с маслом слив.	200/5	6,33	10,83	45,43	278	0,08	0,03	0,04	125,30	166,50	16,03	0,59
355	вареники ленивые с маслом слив.	100/5	17,20	23,50	35,64	285	0,03	0,05	0,02	158,00	203,40	5,80	0,90
685	чай с молоком и сахаром	150/50/15	1,60	1,60	17,39	90	0,02	0,05	0,01	65,25	53,24	1,40	0,60
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	48,60	232	0,32	0,00	0,00	46,00	91,28	33,00	0,40
	банан свежий	200	2,20	0,00	23,40	128	0,10	0,03	0,02	6,00	1,20	7,40	1,20
			32,73	36,73	147,06	884,87							
	обед												
	помидор свежий (порционно)	100	0,90	0,20	3,90	19	0,00	12,70	0,15	10,00	0,60	11,00	0,30
130	рассольник со сметаной	250/10	2,45	13,54	17,06	224	0,01	0,78	0,04	85,83	176,00	16,00	1,01
388	котлета рыбная с маслом слив.	100/5	14,56	12,80	14,27	254	0,02	0,07	0,01	96,02	256,34	22,67	0,99
261	картоф. пюре с маслом слив.	200/5	4,35	6,05	28,95	184	0,22	28,39	0,01	75,25	0,80	4,40	0,87
	комлот из кураги	200	1,20	0	30,60	126	0,00	0,04	0,00	22,50	4,98	12,00	1,05
	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	48,60	186	0,10	0,00	0,00	1,84	75,00	26,40	0,60
	Хлеб ржаной	120	5,88	1,20	5,52	205	0,02	0,00	0,25	21,60	90,00	24,00	0,48
			35,42	34,23	148,90	1197,60							
							0,92	42,14	0,55	713,59	1119,34	180,10	8,99
		%	белки	жиры	углевод	ккал		%	фактически	норма	отклонение		
	завтрак	25,7	32,73	36,73	147,06	885		завтрак	25,7	25	0,7		
	обед	34,6	35,42	34,23	148,90	1198		обед	34,6	35	-0,4		
	фактически	60,4	68,15	70,96	295,96	2082							
	норма	60	67,8	69	293,4	2070							
	отклонение	0,61	0,52	2,84	0,87	0,60							

ин пр Юлино 10 16.01.2015

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: осенне-зимний-весенний 2015
возрастная категория 15 - 18 лет (юноши)

ОГОУ СПО

Химико - технологический
техникум г.Саянск



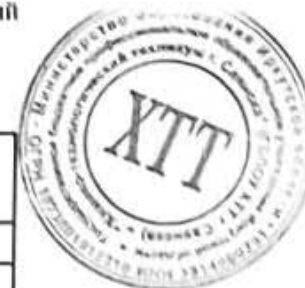
технол. карта	прием пищи наименование блюд	масса порции	пищевые вещества (гр.)			энергo-ценность	ВИТАМИНЫ (мг)			минеральные вещества			
			№	завтрак	выход		белки	жиры	углевод	ккал	В 1	С	А
	масло сливочное (порцион)	10	0,01	8,30	0,06	77	0,00	0,00	0,01	2,40	25,34	0,05	0,02
160	суп молочный с вермишел	250/5	9,01	17,03	18,56	248	0,05	0,30	0,02	124,58	143,25	10,40	0,30
	пряник	50	3,70	3,40	21,85	167	0,04	0,00	0,00	24,50	20,50	0,00	0,30
686	чай с лимоном с сахаром	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60	0,01	3,87	0,00	28,05	11,90	16,24	0,33
	яблоко свежее	150	0,60	0,60	12,90	71	0,04	15,00	0,05	44,00	16,50	13,50	4,30
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	48,60	232	0,32	0,00	0,00	46,00	91,28	33,00	0,40
			21,22	30,13	117,17	855							
	обед												
	огурец свежий (порционно)	100	0,70	0,00	1,90	11,0	0,00	6,00	0,00	23,00	42,00	14,00	0,90
142	суп карт с горбушей	250/50	6,90	10,79	37,57	166	0,20	15,03	0,01	128,58	313,89	13,52	0,23
443	котлета из птиц	100	17,7	15,8	28,70	268	0,12	1,60	0,20	144,10	172,80	17,20	0,12
512	рис рассыпчатый с маслом сливочным	180 10	6,32 3,55	9,20 3,20	31,10 6,02	235 105	0,04 0,00	0,00 0,00	0,02 0,04	95,52 2,40	102,50 0,05	0,73 0,05	0,55 0,02
639	компот из сухофруктов	200	0,64	0,00	28,94	114	0,00	0,40	0,00	32,50	0,18	12,00	1,05
	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	48,60	186	0,10	0,00	0,00	1,84	75,00	26,40	0,60
	Хлеб ржаной	120	5,88	1,20	5,52	205	0,02	0,00	0,25	21,60	90,00	24,00	0,48
			47,77	40,83	188,35	1290							
							0,94	42,20	0,60	719,07	1105,19	181,09	9,60
		%	белки	жиры	углевод	ккал			%	фактически	норма	отклонение	
	завтрак	24,8	21,22	30,13	117,17	855			завтрак	24,8	25	-0,2	
	обед	37,3	47,77	40,83	188,35	1290			обед	37,3	35	2,3	
	фактически	62,1	68,99	70,96	305,52	2144							
	норма	60	67,8	69	293,4	2070							
	отклонение	3,57	1,75	2,84	4,13	3,58							

млн пр. Прошина 16.01.2015

День: пятница
 Неделя: вторая
 Сезон: осенне-зимний-весенний
 возрастная категория: 15 - 18 лет (юноши)

2015

ОГОУ СПО
 Химико-технологический
 техникум г.Саянск



технол. карта	прием пищи наименование блюд	масса порции	пищевые вещества (гр.)			энерго- ценность	ВИТАМИНЫ (мг)			минеральные вещества			
			№	завтрак	выход		белки	жиры	углеводы	ккал	В 1	С	А
	яйцо вареное	56	5,00	7,60	0,08	66	0,03	0,00	0,10	22,00	76,80	4,80	0,10
	гренки с сыром	60	10,08	14,27	24,73	190	0,02	1,95	0,00	28,20	26,10	1,89	2,05
297	каша мол. гречневая с маслом слив.	200\5	6,13	8,98	35,60	228	0,03	1,30	0,04	131,30	112,20	34,03	1,44
693	какао с молоком	200	4,90	5,00	26,50	156	0,04	1,30	0,02	122,60	116,20	21,64	0,71
	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	48,60	232	0,32	0,00	0,00	46,00	91,28	33,00	0,40
			33,71	36,65	135,51	872							
	обед												
	помидор свежий (порционно)	100	0,90	0,20	3,90	19	0,00	12,70	0,25	10,00	0,60	11,00	0,30
124	щи из св.капусты со сметаной	250/10	5,59	7,41	27,36	198	0,02	13,68	0,02	119,93	125,53	10,72	0,60
436	жаркое с курицей, картофелем	240	15,24	23,5	58,44	512	0,13	9,20	0,03	132,05	198,00	48,23	0,20
705	напиток из шиповника с сахаром	200	0,60	0,20	28,76	117	0,27	0,12	0,04	111,20	103,20	3,00	0,70
	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	48,60	186	0,10	0,00	0,00	1,84	75,00	26,40	0,60
	Хлеб ржаной	120	5,88	1,20	5,52	205	0,02	0,00	0,26	21,60	90,00	24,00	0,48
			34,29	32,95	172,58	1237							
							0,97	40,25	0,76	746,72	1014,91	218,71	7,58
		%	белки	жиры	углевод	ккал			%	фактически	норма	отклонение	
	завтрак	25,3	33,71	36,65	135,51	872			завтрак	25,3	25	0,3	
	обед	35,8	34,29	32,95	172,58	1237			обед	35,8	35	0,8	
	фактически	61,1	68,00	69,60	308,09	2109							
	норма	60	67,8	69	293,4	2070							
	отклонение	1,88	0,29	0,87	5,01	1,88							

ирина Р. Прохорова
 16.01.2015г