	Обед													
83	Борщ	250	2,5	4,5	13,25	102								
296	Каша гречневая	100	5,82	1,53	0,63	154,71	0,213				13,854			4,641
103	Птица тушенная в соусе	80	5,04	5,31	0,89	105,57	0,039	1,56			9,085			0,859
652	Салат из капусты	100	1,16	2,07	10,07	62,57	0,071	3,43			39,98			0,769
407	Сок	200			27,4	112	0,4	8						
480	Хлеб пшеничный	150	12,6	1,65	43,05	270								
	Ужин													
313	Каша рисовая	250	2,55	0,37	0,2	104,57	0,021				0,833			0,425
261	Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,5								
4	сыр	15	1,87	3,6	3,9	55,5								
432	Чай с молоком	200	1,6	1,6	2,4	**30**								
480	Хлеб пшеничный	100	8,4	1,1	28,7	**180**								
	Итого		**76,61**	**46,59**	**250,41**	**2205,07**	**0,964**	**38,124**			**188,291**			**8,634**