

32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	94/6	1,38	5,97	9,01	89,86	34,08	19,3	37,99	1,24	0	8,24	0,01	4,94
39/3	Каша гречневая расщипчатая	180	7,89	2,07	41,37	205,10	14	121,5	177,41	4,17	0	5,75	0,23	0
2/9	Мясо птицы (грудка) отварное в соусе	50/50	11,64	11,19	12,44	156,81	11,81	9,97	83,21	0,94	30,15	15,9	0,03	0,43
Итого за 'Обед'		640	25,07	19,84	94,43	597,131	70,54	164,87	346,01	7,53	30,15	31,39	0,32	5,37

4 День

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0
29/10	Чай с сахаром с лимоном	182,3/9,7/8	0,23	0,05	9,92	39,59	2,18	0,56	1	0,06	0	0,44	0	0,78
-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,68	16	9	11	2,2	0	30	0,03	10
46/3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	175,5/4,5	6,36	3,57	40,93	220,73	12,64	8,61	47,79	0,87	10,8	10,8	0,08	0
1/27	Котлеты "Крестьянские" из мяса говядины и птиц	100	16,99	20,26	13,12	302,18	17,94	23,85	162,57	2,28	35,7	4,95	0,07	0,61
Итого за 'Обед'		640	27,94	24,84	102,15	736,3663	59,26	56,12	269,76	6,58	46,5	47,69	0,23	11,39

5 День

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0
6/10	Компот из сухофруктов	180/20	1,02	0,06	23,18	87,60	31,33	19,95	27,16	0,65	0	630	0,02	10,32
4/13	Сыр (прошпаями)	10	2,63	2,66	0	35,06	100	5,5	60	0,07	21	17	0	0,07
49/1	Салат "Винегрет" с растительным маслом	94/6	1,43	6,09	10,54	100,02	21,37	19,07	43,77	0,83	0	922,25	0,05	3,95
4/8	Шлов из мяса говядины	165/55	16,28	18,16	40,38	388,58	20,59	46,86	203,78	2,38	0	2534,4	0,08	1,06
Итого за 'Обед'		590	25,32	27,53	100,68	736,4399	183,79	105,48	382,11	5,1	21	4105,15	0,2	15,4

6 День

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0
27/10	Чай полусладкий	195/5	0,2	0,05	5,03	20,17	0,15	0	0	0,01	0	0	0	0
6	Салат "Степной" с растительным маслом	94/6	2,17	6,12	12,55	110,32	18,47	27,74	62,54	0,73	0	3403,64	0,11	6,45
21/4	Пюре гороховое	180	17,91	4,22	49,77	293,2166	97,28	88,49	273,1	5,64	14,4	16,98	0,52	0
7	Биточки (котлеты) из мяса бройлер-цыплят	100	15,12	14,24	13,11	240,67	16,63	21,27	134,36	1,9	41,44	7,9	0,07	0,27
Итого за 'Обед'		640	39,36	25,19	107,04	789,5681	143,03	151,6	517,4	9,45	55,84	3430,02	0,75	6,72

2 НЕДЕЛЯ

1 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0	0	0	0	0	0	0
-	Сок	200	1	0,2	20,6	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,02	4	0	0	0	0	0	0
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	94/6	1,17	5,96	11,32	98,35	24,43	34,26	49,71	0,64	0	10,8	0,05	4,51	0	0	0	0	0	0
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями на говяжьем бульоне	220	2,59	12,12	19,31	205,11	14,13	19,77	50,57	0,84	0	1151,57	0,08	5,39	0	0	0	0	0	0
	Кулинарная изделия	80	6,02	0	1,84	27,75	14,83	0	0	0,93	0	0	0,07	0,04	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		660	14,74	18,84	79,65	542,8717	77,89	76,13	161,68	6,38	0	1163,87	0,27	13,94						

2 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0	0	0	0	0	0	0
29/10	Чай с сахаром с лимоном		0,23	0,05	9,92	39,59	2,18	0,56	1	0,06	0	0,44	0	0,78	0	0	0	0	0	0
4/13	Сыр (норвичам)	10	2,63	2,66	0	35,06	100	5,5	60	0,07	21	17	0	0,07	0	0	0	0	0	0
3/1	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	94/6	1,61	5,96	8,91	91,56	44,7	14,38	28,13	0,56	0	17,84	0,03	40,13	0	0	0	0	0	0
3/3	Картофельное пюре с маслом сливочным		3,73	4,25	26,51	157,82	40,75	36,42	104,19	1,35	22,5	40,93	0,14	6,54	0	0	0	0	0	0
59/8	Сосиски отварные	100	9,36	15,08	20,8	176,34	20	11,25	97,3	1,44	0	0	0,02	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		650	21,52	28,56	92,72	625,56	218,13	82,21	338,02	4,65	43,5	77,71	0,24	47,52						

3 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0	0	0	0	0	0	0
3/10	Компот из яблок		0,16	0,16	24,08	93,35	6,79	3,42	4,09	0,91	0	10,8	0,01	11,6	0	0	0	0	0	0
-	Фрукты	100	0,4	0,4	11,6	48,68	16	9	11	2,2	0	30	0,03	10	0	0	0	0	0	0
46/3	Макаронные изделия отварные со сливочным маслом		6,36	3,57	40,93	220,73	12,64	8,61	47,79	0,87	10,8	10,8	0,08	0	0	0	0	0	0	0
1/27	Котлеты "Крестьянские" из мяса говядины и птиц	100	16,99	20,26	13,12	302,18	17,94	23,85	162,57	2,28	35,7	4,95	0,07	0,61	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		640	27,87	24,95	116,31	790,1249	63,87	58,98	272,85	7,43	46,5	58,05	0,24	22,21						

4 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0	0	0	0	0	0	0
27/10	Чай полуслалкий		0,2	0,05	5,03	20,17	0,15	0	0	0,01	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Печенье	30	2,25	2,94	23,01	126,68	8,7	6	27	0,63	3	2,4	0,02	0	0	0	0	0	0	0

49/1	Салат "Винегрет" с растительным маслом	94/6	1,43	6,09	10,54	100,02	21,37	19,07	43,77	0,83	0	922,25	0,05	3,95
4/9	Плов из мяса цыплят-бройлеров	165/55	19,77	21,55	41,33	437,59	22,36	37,13	177,49	1,82	34,8	1461,94	0,07	1,02
Итого за 'Обед'		610	27,61	31,19	106,49	809,6448	63,08	76,3	295,66	4,46	37,8	2388,09	0,19	4,97

5 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0
27/10	Чай сладкий	190/10	0,2	0,05	9,92	38,76	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0
4/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,66	0	35,06	100	5,5	60	0,07	21	17	0	0,07
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	94/6	1,38	5,97	9,01	89,86	34,08	19,3	37,99	1,24	0	8,24	0,01	4,94
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,89	2,07	41,37	205,10	14	121,5	177,41	4,17	0	5,75	0,23	0
7	Виточки (колбасы) из мяса бройлер-цыплят	100	15,12	14,24	13,11	240,67	16,63	21,27	134,36	1,9	41,44	7,9	0,07	0,27
Итого за 'Обед'		650	31,18	25,55	99,99	734,6348	175,5	181,67	457,16	8,58	62,44	40,39	0,36	5,28

6 день

-	Хлеб пшеничный	30	1,98	0,2	14,07	67,17	0	0	0	0	0	0	0	0
-	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	12,51	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	1,5	0,05	0
27/10	Чай полуслидкий	195/5	0,2	0,05	5,03	20,17	0,15	0	0	0,01	0	0	0	0
3/3	Картофельное пюре с маслом сливочным	175,5/4,5	3,73	4,25	26,51	157,82	40,75	36,42	104,19	1,35	22,5	40,93	0,14	6,54
4/256	Мясо тушеное в томатном соусе	50/50	15,04	14,36	12,98	200,95	10,78	20,21	144,39	2,13	0	456	0,05	1,14
Итого за 'Обед'		540	22,93	19,22	71,1	504,1329	62,18	70,73	295,98	4,66	22,5	498,43	0,24	7,68

Итого за период

7570	320,78	296,31	1151	8246,676	1510,83	1224,15	4080,92	71,93	472,13	13420,5	3,58	200,79
------	--------	--------	------	----------	---------	---------	---------	-------	--------	---------	------	--------