





<b>Обед</b>															
ТЕОФЕЛИН МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	50/50	12,54	19,04	9,93	261,21	0,010	0,110	3,330	0,110	186,250	6,200	25,180	1,150		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,1	4,468	28,5	187	0,087	-	0,1	0,816	16,457	57,009	8,479	0,869		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03			0,33	6,00	19,50	4,20	0,33		
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,3	0,2	7	35	0,02	0	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52		
<b>Итого:</b>		<b>21,42</b>	<b>23,95</b>	<b>73,89</b>	<b>610,21</b>	<b>0,16</b>	<b>3,86</b>	<b>3,43</b>	<b>1,53</b>	<b>223,38</b>	<b>111,31</b>	<b>50,66</b>	<b>3,07</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>23,39</b>	<b>25,36</b>	<b>110,09</b>	<b>776,01</b>	<b>0,19</b>	<b>7,61</b>	<b>5,23</b>	<b>3,02</b>	<b>236,65</b>	<b>133,81</b>	<b>59,86</b>	<b>3,50</b>		

<b>4 день</b>															
<b>Завтрак</b>															
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИНАЯ С МАСЛОМ	150/5	6,38	8,16	32,71	230,29	0,1	0,71	40,45	0,57	108,33	163,34	32,72	1,73		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197		
<b>Итого:</b>		<b>6,58</b>	<b>8,16</b>	<b>46,41</b>	<b>286,29</b>	<b>0,108</b>	<b>4,46</b>	<b>40,45</b>	<b>0,645</b>	<b>118,3</b>	<b>170,84</b>	<b>39,22</b>	<b>1,927</b>		
<b>Обед</b>															
ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	11,65	10,756	11,632	164	0,168	6,326		0,956	85,185	163,198	15,716	1,8		
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,06	4,8	20,44	137,25	0,14	18,16	0	0,18	36,98	86,6	27,75	1,01		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033			0,33	6	19,5	4,2	0,33		
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,3	0,2	7	35	0,02	0	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52		
<b>Итого:</b>		<b>18,49</b>	<b>16,00</b>	<b>67,53</b>	<b>463,25</b>	<b>0,37</b>	<b>28,24</b>	<b>0,00</b>	<b>1,74</b>	<b>142,84</b>	<b>297,90</b>	<b>60,47</b>	<b>3,86</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>25,07</b>	<b>24,16</b>	<b>113,94</b>	<b>749,54</b>	<b>0,48</b>	<b>32,70</b>	<b>40,45</b>	<b>2,39</b>	<b>261,14</b>	<b>468,74</b>	<b>99,69</b>	<b>5,78</b>		

<b>5 день</b>															
<b>Завтрак</b>															
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧЕВАЯ С МАСЛОМ	150/5	6,32	2,81	39,98	211,09	0,1	0,71	10,92	0,49	106,78	161,13	32,72	1,73		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197		
<b>Итого:</b>		<b>6,52</b>	<b>2,81</b>	<b>53,68</b>	<b>267,09</b>	<b>0,108</b>	<b>4,46</b>	<b>10,92</b>	<b>0,565</b>	<b>116,75</b>	<b>168,63</b>	<b>39,22</b>	<b>1,927</b>		
<b>Обед</b>															
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,183	12,152	7,74	186,313	0,055	0,7	-	1,312	12,772	123,173	15,61	1,818		
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150/5	4	4,24	24,56	152,4	0,081	-	0	0,14	15,65	100,95	21,6	1,7		
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03			0,33	6,00	19,50	4,20	0,33		
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,3	0,2	7	35	0,02	0	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52		
<b>Итого:</b>		<b>19,96</b>	<b>16,83</b>	<b>67,76</b>	<b>500,71</b>	<b>0,20</b>	<b>4,45</b>	<b>0,00</b>	<b>2,06</b>	<b>49,09</b>	<b>272,22</b>	<b>54,21</b>	<b>4,57</b>		
<b>Итого за день:</b>		<b>26,48</b>	<b>19,64</b>	<b>121,44</b>	<b>767,80</b>	<b>0,31</b>	<b>8,91</b>	<b>10,92</b>	<b>2,62</b>	<b>165,84</b>	<b>440,85</b>	<b>93,43</b>	<b>6,49</b>		

6 день													
Завтрак													
ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,92	29,76	166	0,03	0	4	1,88	11,6	36	8	0,84
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197
<b>Итого:</b>		<b>3,2</b>	<b>3,92</b>	<b>43,46</b>	<b>222</b>	<b>0,038</b>	<b>3,75</b>	<b>4</b>	<b>1,955</b>	<b>21,57</b>	<b>43,5</b>	<b>14,5</b>	<b>1,037</b>
<b>Обед</b>													
СОСИСКИ ПОВЯЖКА "ХАЛВИЛЬ" ОТВАРНЫЕ	80	8,07	22,62	0,36	238,55	0,13	0	29,09	0,36	26,9	117,82	14,55	1,31
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,1	4,468	28,5	187	0,087	-	0,1	0,816	16,457	57,009	8,479	0,869
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03			0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,3	0,2	7	35	0,02	0	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
<b>Итого:</b>		<b>16,95</b>	<b>27,53</b>	<b>64,32</b>	<b>587,55</b>	<b>0,28</b>	<b>3,75</b>	<b>29,19</b>	<b>1,78</b>	<b>64,03</b>	<b>222,93</b>	<b>40,03</b>	<b>3,23</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>20,15</b>	<b>31,45</b>	<b>107,78</b>	<b>809,55</b>	<b>0,32</b>	<b>7,50</b>	<b>33,19</b>	<b>3,74</b>	<b>85,60</b>	<b>266,43</b>	<b>54,53</b>	<b>4,26</b>

2-ая неделя													
1 день													
Наименование блюда	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	Калори кiloс, кJ	Витамин В1, мг	Витамин С, мг	Витамин А, мг	Витамин Е, мг	Са, мг	Р, мг	Ма, мг	Ес, мг
<b>Завтрак</b>													
КАША ВЯЖКА МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	150/5	5,400	8,100	28,930	211	0,088	0,710	40,45	0,440	119,600	178,260	26,910	0,690
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197
<b>Итого:</b>		<b>5,6</b>	<b>8,1</b>	<b>42,63</b>	<b>267,09</b>	<b>0,096</b>	<b>4,46</b>	<b>40,45</b>	<b>0,515</b>	<b>129,57</b>	<b>185,76</b>	<b>33,41</b>	<b>0,887</b>
<b>Обед</b>													
ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ	55/50	8,33	7,743	3,194	175	0,03	0,65	0,1	1,256	100,53	110,071	0,077	1
КАША ПШЕННАЯ ВЯЖКА С МАСЛОМ	150/5	4,200	6,800	24	176	0,100	-	0,100	0,200	100,000	153,000	5,800	0,700
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	-	-	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,3	0,2	7	35	0,02	0	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
<b>Итого:</b>		<b>16,31</b>	<b>14,98</b>	<b>62,65</b>	<b>513,00</b>	<b>0,19</b>	<b>3,75</b>	<b>0,10</b>	<b>2,06</b>	<b>221,20</b>	<b>311,17</b>	<b>22,88</b>	<b>2,75</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>21,91</b>	<b>23,08</b>	<b>105,28</b>	<b>780,09</b>	<b>0,29</b>	<b>8,21</b>	<b>40,55</b>	<b>2,58</b>	<b>350,77</b>	<b>496,93</b>	<b>56,29</b>	<b>3,63</b>
<b>2 день</b>													
<b>Завтрак</b>													
ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,92	29,76	166	0,03	0	4	1,88	11,6	36	8	0,84
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197
<b>Итого:</b>		<b>3,2</b>	<b>3,92</b>	<b>43,46</b>	<b>222</b>	<b>0,038</b>	<b>3,75</b>	<b>4</b>	<b>1,955</b>	<b>21,57</b>	<b>43,5</b>	<b>14,5</b>	<b>1,037</b>



<b>Обед</b>													
РАТУ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	12,3	17,66	29,85	313	0,201	8,076	0,18	2,1	57,66	201,911	26,394	0,111
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	-	-	0,33	6	19,5	4,2	0,33
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,3	0,2	7	35	0,02	0	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
<b>Итого:</b>		<b>16,08</b>	<b>18,10</b>	<b>65,31</b>	<b>475,00</b>	<b>0,26</b>	<b>11,83</b>	<b>0,18</b>	<b>2,71</b>	<b>78,33</b>	<b>250,01</b>	<b>43,39</b>	<b>1,16</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>19,28</b>	<b>22,02</b>	<b>108,77</b>	<b>697,00</b>	<b>0,30</b>	<b>15,58</b>	<b>4,18</b>	<b>4,66</b>	<b>99,90</b>	<b>293,51</b>	<b>57,89</b>	<b>2,20</b>

**3 день**

<b>Завтрак</b>													
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПЕРКУТЕСОВАЯ С МАСЛОМ	150/5	6,13	9,68	27,77	223,64	0,13	0,71	40,44	0,46	110,43	173,44	52,27	1,28
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197
<b>Итого:</b>		<b>6,33</b>	<b>9,68</b>	<b>41,47</b>	<b>279,64</b>	<b>0,138</b>	<b>4,46</b>	<b>40,44</b>	<b>0,535</b>	<b>120,4</b>	<b>180,94</b>	<b>58,77</b>	<b>1,477</b>

**Обед**

БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	6,45	4,24	7,49	116	0,05	0,48	0,1	0,646	44,02	137,06	12	0
КАША ГРЕЧЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150/5	3,6	7	29	193	0,292	-	41	0,518	27,352	180,553	104,55	3,501
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71	0,033	-	-	0,33	6	19,5	4,2	0,33
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,3	0,2	7	35	0,02	0	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
<b>Итого:</b>		<b>13,83</b>	<b>11,68</b>	<b>71,95</b>	<b>471,00</b>	<b>0,40</b>	<b>4,23</b>	<b>41,10</b>	<b>1,77</b>	<b>92,04</b>	<b>365,71</b>	<b>133,55</b>	<b>4,55</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>20,16</b>	<b>21,36</b>	<b>113,42</b>	<b>750,64</b>	<b>0,54</b>	<b>8,69</b>	<b>81,54</b>	<b>2,30</b>	<b>212,44</b>	<b>546,65</b>	<b>192,32</b>	<b>6,03</b>

**4 день**

<b>Завтрак</b>													
ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,5	109,8	0,024	0	1,8	1,41	3,3	15	2,7	0,24
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197
<b>Итого:</b>		<b>1,97</b>	<b>1,41</b>	<b>36,2</b>	<b>165,8</b>	<b>0,032</b>	<b>3,75</b>	<b>1,8</b>	<b>1,485</b>	<b>13,27</b>	<b>22,5</b>	<b>9,2</b>	<b>0,437</b>

**Обед**

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	65	0,75	0,08	8,7	37,5	0,02	3,6	0	0,03	19,6	17,75	27,36	0,51
КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,183	12,152	7,74	186,313	0,055	0,7	-	1,312	12,772	123,173	15,61	1,818
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150/5	5,1	4,468	28,5	187	0,087	-	0,1	0,816	16,457	57,009	8,479	0,869
ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,2		13,7	56	0,008	3,75		0,075	9,97	7,5	6,5	0,197
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,28	0,24	14,76	71,00	0,03	-	-	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
ХЛЕБ ДАРНИЦКИЙ (РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ)	20	1,3	0,2	7	35	0,02	0	-	0,2	4,7	21,1	6,3	0,52
<b>Итого:</b>		<b>21,81</b>	<b>17,14</b>	<b>80,40</b>	<b>572,81</b>	<b>0,22</b>	<b>4,45</b>	<b>0,10</b>	<b>2,76</b>	<b>69,50</b>	<b>246,03</b>	<b>68,45</b>	<b>4,24</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>23,78</b>	<b>18,55</b>	<b>116,60</b>	<b>738,61</b>	<b>0,26</b>	<b>8,20</b>	<b>1,90</b>	<b>4,25</b>	<b>82,77</b>	<b>268,53</b>	<b>77,65</b>	<b>4,68</b>

