

	Итого за завтрак:		22,281	22,055	93,685	665,03	0,66	0,318	0,718	1,59	667,72	481,87	71	3,745
	Итого за 1 день:		22,281	22,055	93,685	665,03	0,66	0,318	0,718	1,59	667,72	481,87	71	3,745
	День 8 / Вторник													
	Завтрак													
№338	Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	46,6	0	0,03	0,2	10	16	11	9	2,2
№287	Пилов из говядины	230	18,05	21,7	40,8	430,9	0	0,1	0,15	56	76,24	189	51,4	2,59
	Хлеб пшеничный /жяно-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142	0	0,028	0,438	0	8,76	32,22	7,2	0,7
№376	Чай с сахаром и лимоном	185/10/5	0,045	0,005	15,12	60,7	20	0,044	0,12	1,3	125	116	21	1,04
	Итого за завтрак:		23,055	22,585	92,79	680,2	20	0,202	0,908	67,3	226	348,22	88,6	6,53
	Итого за 1 день:		23,055	22,585	92,79	680,2	20	0,202	0,908	67,3	226	348,22	88,6	6,53
	День 9 / Среда													
	Завтрак													
№49/ТТК	Салат "Витаминный" (до 1 марта)/													
№27	Огуры свежие порционно (после 1 марта)	50	0,59	3,72	5,55	58,04	0	0,03	0,028	24,9	33,3	24,55	17,28	0,938
№302	Каша гречневая рассыпчатая	180	8,23	4,8	39,6	234,52	0,04	0,28	0,13	0	15,4	196	118	2,37
№290	Куриная грудка тушеная в сметанном соусе	50/50	10,2	12,36	17,3	221	0,07	0,08	0	0,036	23,44	140,14	16,82	1,12
	Хлеб пшеничный /жяно-пшеничный	50	2,7	0,5	16,5	95	0	0,028	0,438	0	8,76	32,22	7,2	0,7
№685/20	Чай с сахаром и яблочками	180/10/10	0,2	0,5	15,7	65,3	0	0	0	0	0,45	0	0	0,045
	Итого за завтрак:		21,92	21,88	94,65	673,86	0,11	0,418	0,596	24,936	81,35	392,91	159,3	5,173
	Итого за 1 день:		21,92	21,88	94,65	673,86	0,11	0,418	0,596	24,936	81,35	392,91	159,3	5,173
	День 10 / Четверг													
	Завтрак													
№338	Фрукт	100	0,4	0,4	7,35	46,6	0	0,03	0,2	10	16	11	9	2,2
№142	Картофель тушеный	180	5,38	7,15	25,6	188,27	2,16	0,23	0	38,5	33,91	125,2	50,6	1,89
№268	Котлета из говядины	90	13,06	14,6	19,66	271,29	1,36	0,12	0,14	2,36	26	175,9	22,8	0,78
	Хлеб пшеничный /жяно-пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	142	0	0,028	0,438	0	8,76	32,22	7,2	0,7
№377	Чай с сахаром и куратой	180/10/7	0,2	1,5	15,7	65,3	0	0	0	0	0,45	0	0	0,045
	Итого за завтрак:		23,6	24,13	97,83	713,46	3,52	0,408	0,778	50,86	85,12	344,32	89,6	5,615
	Итого за 1 день:		23,52	24,08	92,27	699,2	3,52	0,408	0,778	50,86	85,12	344,32	89,6	5,615
	День 11 / Пятница													
	Завтрак													
№67	Винегрет овощной	50	1	5,8	6,6	86,1	0	0,03	2,3	36	42,56	30,43	16,53	0,57
№291	Пилов из птицы	220	16,96	17,06	47,04	419,54	1,7	0,121	0	6,27	24,39	87,45	45,21	1,67

