

6/40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	1,9	6,1	12,2	120	17,5	24,9	52,6	0,7	0,0	0,1	0,1	4,0
3/4	Каша гречневая вязкая	180	5,5	4,6	28,6	171	11,2	83,9	123,8	2,9	18,0	0,2	0,1	0,0
2/9	Мясо птицы отварное в соусе	90	10,5	10,1	2,2	141	10,6	9,0	74,9	0,9	27,1	0,0	0,1	0,4
Итого за 'Горячий завтрак'		610	20,4	21,2	68,6	545	46,6	127,2	282,8	5,3	45,1	0,3	0,2	4,3

4 ДЕНЬ

Горячий завтрак														
-	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,2	11,1	54	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	38	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0
27/10	Чай полусливочный	230	0,2	0,1	5,8	23	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Яблоки	100	0,4	0,4	11,6	49	16,0	9,0	11,0	2,2	0,0	0,0	0,0	10,0
292/17	Жаркое из мяса бройлер-цыплят с овощами	220	16,2	22,3	24,1	420	40,1	52,2	232,2	2,6	72,9	0,2	0,2	11,6
Итого за 'Горячий завтрак'		600	19,8	23,2	60,9	584	63,3	70,6	274,8	5,6	72,9	0,2	0,3	21,6

5 ДЕНЬ

Горячий завтрак														
-	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	38	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,0	0,1	23,2	88	31,3	20,0	27,2	0,7	0,0	0,0	0,1	0,5
-	Яблоки	100	0,4	0,4	11,6	49	16,0	9,0	11,0	2,2	0,0	0,0	0,0	10,0
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	4,4	4,6	23,7	153	87,1	24,6	104,7	0,5	18,2	0,1	0,1	0,4
7	Биточки (котлеты) из мяса бройлер-цыплят	90	13,6	12,8	11,8	217	15,0	19,1	120,9	1,7	37,3	0,1	0,1	0,2
Итого за 'Горячий завтрак'		580	21,8	18,2	86,0	580	156,4	82,1	295,4	5,9	55,5	0,2	0,3	11,1

6 ДЕНЬ

Горячий завтрак														
-	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	38	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0
29/10	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	9,9	40	2,2	0,6	1,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,8
4/13	Сыр (порезан)	10	1,5	2,7	0,0	35	100,0	5,5	60,0	0,1	21,0	0,0	0,0	0,1
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100	1,4	6,0	9,0	90	34,1	19,3	38,0	1,2	0,0	0,0	0,0	1,9
3/3	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,1	3,5	22,1	132	34,0	30,4	86,8	1,1	18,8	0,1	0,1	5,5
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы минтай	90	11,0	5,7	12,7	146	28,9	38,9	161,9	1,1	5,9	0,1	0,1	0,3
Итого за 'Горячий завтрак'		590	19,6	18,3	69,4	516	206,1	104,0	379,3	4,3	45,7	0,3	0,3	8,5

7 ДЕНЬ

Горячий завтрак														
-	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
27/10	Чай сладкий	200	0,2	0,1	9,9	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	33,9
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	1,5	6,0	9,3	41,4	17,8	31,9	0,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
46/3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,4	3,6	40,9	12,6	8,6	47,8	0,9	10,8	0,1	0,0	0,0	0,0
1/27	Котлеты "Крестыанские" из мяса говядины и птицы	90	14,3	16,6	12,3	16,1	21,5	146,3	2,1	32,1	0,1	0,1	0,1	0,6
Итого за 'Горячий завтрак'		610	24,8	26,5	88,2	77,5	57,3	257,6	4,3	42,9	0,2	0,2	0,2	34,4

8 ДЕНЬ

Горячий завтрак														
-	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,1	11,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
3/10	Компот из яблок	200	0,2	0,2	19,2	6,6	3,4	4,1	0,9	0,0	0,0	0,0	0,0	1,6
4/13	Сыр (порциами)	10	1,5	2,7	0,0	35	100,0	5,5	60,0	0,1	21,0	0,0	0,0	0,1
6/40	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	1,9	6,1	12,2	17,5	24,9	52,6	0,7	0,0	0,1	0,1	0,1	4,0
4/2	Борщ с картофелем на говяжьем бульоне	200	2,3	6,9	10,6	27,0	16,5	34,5	0,8	0,0	0,1	0,1	0,1	6,4
41/2	Фрикадельки мясные для супа	30	5,8	4,1	10,3	4,1	6,1	46,8	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1
Итого за 'Горячий завтрак'		590	14,6	20,3	71,7	162,3	65,7	229,5	4,0	21,0	0,2	0,2	0,2	12,1

9 ДЕНЬ

Горячий завтрак														
-	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
29/10	Чай с лимоном	200	0,2	0,1	9,9	2,2	0,6	1,0	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,8
-	Яблоки	100	0,4	0,4	11,6	49	16,0	9,0	11,0	2,2	0,0	0,0	0,0	10,0
3/4	Каша гречневая вязкая	180	5,5	4,6	28,6	171	11,2	83,9	2,9	18,0	0,2	0,1	0,1	0,0
4/256	Мясо тушеное в томатном соусе	90	11,0	9,0	4,0	183	9,7	18,2	130,0	1,9	0,0	0,0	0,1	1,0
Итого за 'Горячий завтрак'		610	19,5	14,4	69,9	516	46,1	121,0	297,3	7,9	18,0	0,3	0,2	11,8

10 ДЕНЬ

Горячий завтрак														
-	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,1	11,1	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
27/10	Чай полусладкий	230	0,2	0,1	5,8	23	0,2	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
32/1	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	100	1,4	6,0	9,0	90	34,1	19,3	38,0	1,2	0,0	0,0	0,0	1,9

4/9	Плов из мяса цыплат-бройлеров	200	18,0	19,6	37,6	398	20,3	33,8	161,4	1,7	31,6	0,1	0,1	0,9
	Итого за 'Горячий завтрак'	580	22,6	26,0	71,8	603	61,6	62,5	231,0	3,7	31,6	0,1	0,2	2,9

11 ДЕНЬ														
Горячий завтрак														
-	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	38	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,0	0,1	23,2	88	31,3	20,0	27,2	0,7	0,0	0,0	0,1	0,5
4/13	Сыр (порцими)	10	1,5	2,7	0,0	35	100,0	5,5	60,0	0,1	21,0	0,0	0,0	0,1
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	100	1,5	6,0	9,3	93	41,4	17,8	31,9	0,6	0,0	0,0	0,0	33,9
3/3	Картофельное пюре с маслом сливочным	150	3,1	3,5	22,1	132	34,0	30,4	86,8	1,1	18,8	0,1	0,1	5,5
7	Быточки (котлеты) из мяса бройлер-цыплат	90	13,6	12,8	11,8	217	15,0	19,1	120,9	1,7	37,3	0,1	0,1	0,2
	Итого за 'Горячий завтрак'	590	23,2	25,4	82,1	638	228,7	102,2	358,4	4,9	77,1	0,3	0,4	40,1

12 ДЕНЬ														
Горячий завтрак														
-	Хлеб пшеничный	20	1,2	0,1	7,4	36	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
-	Хлеб ржаной	20	1,2	0,2	8,3	38	7,0	9,4	31,6	0,8	0,0	0,0	0,0	0,0
27/10	Чай сладкий	200	0,2	0,1	9,9	39	0,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
49/1	Салат "Винегрет" с растительным маслом	100	1,4	6,1	10,5	100	21,4	19,1	43,8	0,8	0,0	0,1	0,0	4,0
46/3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	180	6,4	3,6	40,9	221	12,6	8,6	47,8	0,9	10,8	0,1	0,0	0,0
2/9	Мясо птицы отварное в соусе	90	10,5	10,1	2,2	141	10,6	9,0	74,9	0,9	27,1	0,0	0,1	0,4
	Итого за 'Горячий завтрак'	610	20,9	20,1	79,3	575	51,9	46,1	198,0	3,4	37,9	0,2	0,1	4,3

	Итого за период	7140	248,3	262,0	889,7	6968	1363,3	985,4	3381,6	57,4	519,2	2,7	2,7	196,9
	Итого средний за 1 день	595	20,7	21,8	74,1	581	113,6	82,1	281,8	4,8	43,3	0,2	0,2	16,4