

187	Щи со свежей капусты с картофелем на м.к.б.	250	1,75	4,89	8,49	84,75	43,33	22,25	47,63	0,80	0,06	18,46	0,00
211	Горошница	150	46,3	3,5	18,8	170	64,62	0	0	1	0,15	0	0
286	Тертелги мясные	60/60	8,87	9,83	11,71	171,00	43,90	21,60	106,7	0,96	0,06	0,85	39,00
943	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
	Хлеб	30	2,4	0,4	12,6	64	6	4,2	19,2	0,36	0,036	0,00	0,00
	Итого		52,45	100,79	65,6	517,75	163,85	48,05	173,53	3,52	0,306	19,31	39,00
	День №3 - завтрак												
168	Каша рисовая молочная	210	3,09	4,07	36,98	197,0	5,90	21,80	67,0	0,47	0,03	0	20,0
943	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
	Хлеб, масло	30	2,4	0,4	12,6	64	6	4,2	19,2	0,36	0,036	0,00	0,00
	Итого		5,69	4,47	63,58	289	17,9	26,00	86,2	1,23	0,066	0,00	20,00
	День №3 - обед												
197	Рассольник с перловой крупой на м.к.б.	250	2,10	5,11	16,59	120,75	26,45	25,90	71,95	0,98	0,10	7,54	0
274	Мясо тушенное с овощами	220	21,71	16,55	15,02	296,00	42,30	48,70	201,00	2,09	0,13	5,20	20,00
	Сок	200	1,01	0,00	13,4	59	20	0	0	0,2	0,02	4	0
	Хлеб	30	2,4	0,4	12,6	64	6	4,2	19,2	0,36	0,036	0,00	0,00
	Итого		27,22	22,06	27,61	539,75	94,75	78,8	292,15	3,63	0,286	16,74	20,00
	День №4 - завтрак												
94	Каша кукурузная молочная	200	4,97	5,10	16,50	131,80	161,68	28,90	154,66	0,55	0,09	0,91	30,60
943	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
	Хлеб с повидлом	30	2,4	0,4	12,6	64	6	4,2	19,2	0,36	0,036	0,00	0,00
	Итого		7,57	5,5	43,1	223,8	173,68	33,1	173,86	1,31	0,126	0,91	30,60
	День №4 - обед												
208	Суп с макаронными изделиями на м.к.б.	250	2,69	2,84	17,14	104,75	24,60	27,00	66,65	1,09	0,11	8,25	00
166	Каша перловая рассыпчатая	150	4,56	3,6	31,68	180	69,57	0,00	0,00	1,56	0,09	8,47	0,00
245	Рыба жаренная	100	16,90	0,65	0,31	75,00	14,25	11,25	150,63	0,51	0,06	0,56	7,50
868	Компот из сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,20	6,40	0	3,06	0,18	0,01	1,08	0
	Хлеб	30	2,4	0,4	12,6	64	6	4,2	19,2	0,36	0,036	0,00	0,00
	Итого		26,59	7,49	93,98	517,95	120,82	42,45	239,54	3,7	0,306	18,36	7,50
	День №5 - завтрак												
93	Суп молочный вермишелевый	200	5,75	5,21	18,84	145,20	161,62	24,14	137,98	0,51	0,09	0,91	3,60
951	Кофейный напиток	200	1,40	2,0	22,4	116,0	34,0	7,0	45,0	0	0,02	0	0,08
	Хлеб, масло	30	2,4	0,4	12,6	64	6	4,2	19,2	0,36	0,036	0,00	0,00
	Итого		9,55	7,61	53,84	325,2	201,62	35,34	202,18	0,87	0,146	0,91	3,68

943	Итого		9,55	8,13	72,93	364,44	71,77	14,46	36,84	1,52	2,47	0,6	10,20
	День №8 – обед												
	Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,28	16,33	134,75	38,08	35,30	87,18	2,03	0,23	5,81	0,00
206	Овощное рагу с мясом	200	21,13	23,88	19,8	253,50	128,52	0	0	1,4	1,2	8,4	0
136	Сок	200	1,01	0,00	13,4	59	20	0	0	0,2	0,02	4	0
	Хлеб	30	2,4	0,4	12,6	64	6	4,2	19,2	0,36	0,036	0,00	0,00
	Итого		30,03	29,56	62,13	511,25	192,6	39,5	106,38	3,99	1,486	18,21	0
	День №9 - завтрак												
	Каша пшеничная молочная	200	9,3	9,2	39,1	267,2	196,4	42,8	230,9	1,8	0,2	0,9	47,3
185	Какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2	122,0	14,00	90,00	0,56	0,04	1,30	0,01
959	Хлеб	30	2,4	0,4	12,6	64	6	4,2	19,2	0,36	0,036	0,00	0,00
	Калач на сметане	100	3,7	13,5	13,9	170,4	3,8	2,7	6,7	3,3	2,8	0,1	9,8
	Итого		18,92	26,82	91,09	646,8	328,2	63,7	218,8	6,02	3,076	2,3	57,11
	День №9 – обед												
	Рассольник с перловой крупой на м.к.б.	250	2,10	5,11	16,59	120,75	26,45	25,90	71,95	0,98	0,10	7,54	0,00
166	Плов	200	24,33	20,69	33,71	418,37	69,57	0,00	0,00	1,56	0,09	8,47	0,00
53	Компот из сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,20	6,40	0	3,06	0,18	0,01	1,08	0
868	Хлеб	30	2,4	0,4	12,6	64	6	4,2	19,2	0,36	0,036	0,00	0,00
	Итого		14,54	13,71	64,75	558,95	143,07	30,1	94,21	2,52	0,226	29,62	0
	День №10 - завтрак												
	Каша рисовая молочная	200	3,09	4,07	36,98	197,0	5,90	21,80	67,0	0,47	0,03	0	20,0
168	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
943	Пирог с повидлом	60	3,71	1,93	33,19	165,00	11,70	14,46	36,84	0,83	0,07	0,05	10,20
459	Хлеб, масло	30	2,4	0,4	12,6	64	6	4,2	19,2	0,36	0,036	0,00	0,00
	Итого		9,4	6,4	65,51	454	29,6	40,46	123,04	2,06	0,136	0,05	30,20
	День №10 – обед												
	Свекольник на м.к.б. со сметаной	250	4,22	6,5	13,77	145	47,51	0	0	1,64	0,09	9,95	0
34	Картофельное пюре	150	3,06	4,80	20,45	137,25	36,98	27,75	86,60	1,01	0,14	18,17	25,50
	Голень курицы	114	19,30	16,00	0,06	221,44	0,00	19,25	0,00	1,71	0,06	2,08	0,90
591	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	14,00	28,00	6,00	0,00	0,00	0,40	0,00	0,00	0,00
943	Хлеб	30	2,4	0,4	12,6	64	6	4,2	19,2	0,36	0,036	0,00	0,00
	Итого		29,18	27,7	60,88	532,33	96,49	51,2	105,80	5,12	0,326	30,2	26,4