





142	Сул каршофелъный с рыбными консервами	250	2,00	4,90	14,30	110,00	0,05	10,7	0,0	2,4	51,7	54,6	26,1	1,23
388	Консервы рыбная	100	13,00	8,80	15,20	196,00	0,04	23,5	96,2	0,42	56,0	167	20,3	1,82
520	Пюре каршофелъное	180	3,78	9,90	26,10	226,80	0,02	0,0	18,0	0,4	1,74	41,0	12,7	0,35
699	Компот из изюма	200	0,10	0,00	25,20	96,00	0,01	100	0,0	0,76	21,3	3,44	3,44	0,63
	Хлеб ржаной	35	2,45	0,39	14,87	75,25	0,04	0,0	0,0	0,36	9,2	42,4	10,0	1,24
	Хлеб пшеничный	35	2,63	0,91	17,71	91,35	0,02	0,0	0,02	0,26	4,6	17,4	0,6	0,22
	<b>Итого:</b>	<b>900</b>				<b>815,40</b>								

<b>Третий день</b>														
<b>Завтрак</b>														
366	Запеканка из творога с кефиром	270/20	18,06	17,18	41,3	530,53	0,04	0,15	45,0	0,6	97,5	141,0	16,5	0,67
685	Чай с сахаром	200	0,02	0,0	15,00	56,00	0,00	2,13	0,0	0,0	15,33	23,20	12,27	2,13
6	Бутерброд с колбасой и/к	60	8,40	12,34	12,34	200,57								
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>				<b>851,50</b>								

<b>Обед</b>														
139	Сул каршофелъный с горохом	280	8,51	6,38	22,40	182,56	0,09	6,08	0,0	1,45	31,5	57,7	23,8	1,0
436	Жаркое по-домашнему	250	22,25	12,25	27,00	312,50	0,01	1,2	0,0	0,0	23,6	117,03	20,2	2,0
699	Напиток лимонный	200	0,10	0,00	24,20	93,00	0,0	0,27	0,0	0,0	13,6	22,1	11,7	2,1
	Хлеб ржаной	35	2,45	0,39	14,87	75,25	0,04	0,0	0,0	0,36	9,2	42,4	10,0	1,24
	Хлеб пшеничный	35	2,63	0,91	17,71	91,35	0,02	0,0	0,02	0,26	4,6	17,4	0,6	0,22
	<b>Итого:</b>	<b>800,00</b>				<b>754,66</b>								

<b>Четвертый день</b>														
<b>Завтрак</b>														
309	Каши крупурузная с маслом сливочным	250/5	5,60	3,60	29,00	220,00	0,77	2,50	22,10	0,10	35,50	51,30	17,80	0,57
693	Какао с молоком	200	4,90	5,00	32,50	190,00	0,03	0,24	7,15	0,36	31,77	100,66	15,41	0,43
	Хлеб пшеничный	25	1,88	0,65	12,65	65,25	0,01	1,00	0,0	0,76	21,34	3,44	3,44	0,63
	Банан	220	3,00	1,00	42,00	192,00								
	<b>Итого:</b>	<b>700</b>				<b>667,25</b>								

<b>Обед</b>														
<b>Завтрак</b>														
124	Пиц из свежей капусты с каршофелем	250	7,80	10,08	12,48	163,20	0,06	15,7	0,0	2,35	51,2	49,0	22,1	0,8
492	Пилов из пшцы	250	17,02	17,02	31,28	354,20	0,11	0,0	0,0	0,97	16,5	95,4	12,0	0,9
639	Компот из сухофруктов	200	0,60	0,0	31,40	124,00	0,0	0,27	0,0	0,00	13,6	22,1	11,7	2,1
	Хлеб ржаной	35	2,45	0,39	14,87	75,25	0,04	0,0	0,0	0,36	9,2	42,4	10,0	1,2
	<b>Итого:</b>	<b>100</b>				<b>30,00</b>								

	Хлеб пшеничный	35	2,63	0,91	17,71	91,35	0,02	0,0	0,02	0,26	4,6	17,4	0,6	0,22
	Торшники с джемом	28	1,00	5,00	18,00	123,00								
<b>ИТОГО:</b>		898				961,00								

		<b>Пятый день</b>												
		<b>Завтрак</b>												
311	Каша манная с маслом сливочным	250/5	3,75	10,25	25,00	215,00	0,06	0,16	16,0	0,3	35,2	76,8	20,8	1,76
3	Булеброб с сыром	30/30	8,06	13,34	12,51	210,86	0,2	0,0	0,0	0,00	14,60	210,0	140,5	5,01
685	Чай с сахаром	200	0,02	0,0	15,0	58,00	0,0	0,27	0,0	0,0	13,6	22,1	11,7	2,1
	Абрикос	100	0,80	0,20	7,30	33,00								
<b>ИТОГО:</b>		650				637,96								

		<b>Обед</b>												
140	Помидоры свежие	100	1,10	0,90	3,70	20,00	0,05	10,7	0,0	2,4	51,7	64,6	26,1	1,23
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	2,90	9,90	121,00								
374	Рыба, тушеная в сметане с овощами	100	10,60	5,10	5,60	112,00	16,0	0,2	0,1	0,7	30,6	50,5	59,2	5,1
520	Пюре картофельное	180	3,78	9,90	26,10	226,80	0,01	10,0	0,0	0,76	21,3	34,4	34,4	0,63
631	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,00	35,80	142,00	0,00	0,27	0,00	0,00	13,60	22,10	11,70	2,10
	Хлеб ржаной	35	2,45	0,39	14,87	75,25	0,04	0,0	0,0	0,36	9,2	42,4	10,0	1,24
	Хлеб пшеничный	35	2,63	0,91	17,71	91,35	0,02	0,0	0,02	0,26	4,6	17,4	0,6	0,22
<b>ИТОГО:</b>		900				788,40								

		<b>Шестой день</b>												
		<b>Завтрак</b>												
302	Каша рисовая с маслом сливочным	200/5	2,40	6,00	23,80	163,00	0,04	1,90	71,60	0,40	92,30	128,00	26,70	1,30
392	Напиток кофейный	200	6,40	2,80	29,20	155,20	0,03	1,47	0,00	0,00	158,67	132,00	29,30	2,40
6	Булеброб с колбасой в/к	30/30	8,40	12,34	12,34	200,57	0,02	1,60	0,00	0,26	4,60	17,40	0,60	0,22
	Сливки	100	3,00	1,00	42,00	192,00								
<b>ИТОГО:</b>		565				710,77								

		<b>Обед</b>												
110	Борщ с капустой и картофелем	250	2,00	5,20	13,10	106,00	0,09	6,08	0,0	1,45	31,5	57,7	23,8	1,0
451	Комплет мясная	100	17,90	7,90	16,00	210,00	0,04	21,6	0,0	1,1	75,8	59,5	28,6	2,3
541	Рагу овощное	180	6,30	19,98	31,50	336,60								
699	Напиток апельсиновый	200	0,10	0,00	25,20	96,00	0,06	0,9	0,00	0,08	14,1	8	4,4	5,14
	Хлеб ржаной	35	2,45	0,39	14,87	75,25	0,04	0,0	0,0	0,36	9,2	42,4	10,0	1,24
	Хлеб пшеничный	35	2,63	0,91	17,71	91,35	0,02	0,0	0,0	0,26	4,6	17,4	0,6	0,55

ИТОГО: 800 Сельный день 915,20

		Завтрак		Обед															
302	Каши пшеничная с маслом сливочным	250/5	7,50	10,25	41,50	297,50	0,42	0,0	2,43	4,06	13,64	166,5	29,28	2,43					
685	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	0,0	0,27	0,0	0,0	13,6	22,1	11,7	2,1					
	Изделия стоевое «Банники»	50	8,00	21,00	43,00	203,00	0,04	0,0	0,03	0,36	9,2	42,4	10,0	1,24					
	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	52,00													
ИТОГО:		605				610,50													

		Завтрак		Обед															
	Овурцы свежие	100	0,80	0,10	5,60	30,00													
132	Рассольник пензинградский	250	3,00	4,50	20,10	135,00	0,01	0,27	10,5	0,03	1,2	25,65	12,9	0,					
487	Пицца отварная	100	15,70	8,90	0,40	144,00	0,07	0,62	31,26	0,46	37,65	110,15	29,21	1,25					
332	Макаронные изделия отварные	180	6,12	10,98	41,04	293,40	0,1	0,07	0,0	0,1	17,3	14,1	5,2	0,76					
648	Кисель	200	0,00	0,00	40,20	158,00	0,0	0,27	0,0	0,0	13,6	22,1	11,7	2,1					
	Хлеб ржаной	35	2,45	0,39	14,87	75,25	0,04	0,0	0,0	0,36	9,2	42,4	10,0	1,24					
	Хлеб пшеничный	35	2,63	0,91	17,71	91,35	0,02	0,0	0,0	0,26	4,6	17,4	0,6	0,55					
ИТОГО:		900				927,00													

		Завтрак		Обед															
302	Каши ячневая с маслом сливочным	250/5	7,50	10,25	41,50	297,50	0,11	0,0	0,0	0,24	19,32	95,4	12,0	0,96					
693	Какао с молоком	200	4,90	5,00	32,50	190,00	0,06	32,4	0,0	1,65	113,7	89,25	42,9	3,45					
3	Бундерброд с сыром	30/30	8,06	13,54	12,51	210,86	0,0	2,13	0,0	0,0	15,33	23,20	12,27	2,13					
	Сок	200	0,80	0,80	19,60	84,00	0,04	0,0	0,03	0,36	9,2	42,4	10,0	1,24					
ИТОГО:		715				782,36													

		Завтрак		Обед															
	Помидоры свежие	100	0,80	0,10	5,60	30,00													
	Сыр крестьянский с грибами	250	2,60	5,30	14,30	116,00	0,15	5,83	0,0	2,45	43,23	137,78	38,25	1,83					
134	Сыр крестьянский с грибами	100	13,90	6,50	4,00	132,00	0,04	23,3	98,2	0,42	36,0	167,20	20,31	0,82					
437	Дулины	180	10,08	12,96	49,50	363,60	0,06	0,0	0,0	0,97	6,06	37,17	21,12	1,12					
508	Каши рассыпчатая гречневая	200	0,20	0,00	8,00	142,00	0,0	2,13	0,0	0,0	15,33	23,20	12,27	2,13					
631	Колпачик из свежих яблок	35	2,45	0,39	14,87	75,25	0,04	0,0	0,0	0,36	9,2	42,4	10,0	1,24					
	Хлеб ржаной	35	2,63	0,91	17,71	91,35	0,02	0,0	0,0	0,26	4,6	17,4	0,6	0,55					
	Хлеб пшеничный	900				950,20													

Пятничный день

