

223	Запеканка из творога с повидлом	150	21,91	16,59	42	405
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	120	0,48	0,48	11,76	56,4
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	510	25,49	18,25	81,12	595,6
	ДЕНЬ 3 ОБЕД					
62	Салат из моркови с сахаром	60	0,70	0,06	7,90	49,02
88	Щи из свежей капусты на курином бульоне	200	2,10	4,12	6,32	99,80
278,1	Тфтели из мяса птицы с соусом (60/30)	90	14,10	13,60	13,20	231,70
309	Макаронны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
349	Компот из сухофруктов	180	1,04	0,3	42,5	132,12
	Хлеб ржаной	20	0,90	0,30	5,20	28,00
	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	720	25,94	23,1	111,23	755,85
	ДЕНЬ 4 ЗАВТРАК	1230	51,43	41,35	192,35	1351,45
175	Каша «Дружба» молочная с маслом слив. (рис, пшено)	250	7,6	12,25	39,15	296,88
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	640	11,3	14,03	81,21	501,58
	ДЕНЬ 4 ОБЕД					
45/47	Салат из свежей капусты или квашеной	60	0,07	1,90	4,50	36,24
82	Борщ с картофелем и капустой на курином бульоне	200	2,08	4,10	8,70	111,00
290	Птица тушенная с соусом № 331 (60/30)	90	10,5	10,5	3,2	149,4
302	Каша рассыпчатая гречневая	170	9,75	6,90	43,79	276,31
349	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60
	Хлеб ржаной	20	0,90	0,30	5,20	28,00
	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	760	24,98	23,92	82,05	676,31
	ДЕНЬ 5 ЗАВТРАК	1400	36,28	37,95	163,26	1177,89
204	Макаронны отварные с сыром	190	12,86	15,12	32,41	317,64
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон нарезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	580	16,56	16,9	74,47	522,34

ДЕНЬ 5 ОБЕД									
52	Салат из свежих с растительным маслом	60	0,08	3,00	4,80	50,10			
99	Суп овощной на курином бульоне	200	1,27	3,99	7,30	76,20			
259	Жаркое по-домашнему с мясом свиными	240	16,86	40,44	22,68	525,24			
349	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60			
	Хлеб пшеничный (батон)	30	2,25	0,84	15,51	70,14			
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42			
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	760	21,96	48,76	65,09	792,28			
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ	1340	38,52	65,66	139,56	1314,62			
ДЕНЬ 6 ЗАВТРАК									
173	Каша вязкая молочная пшеница	250	8,62	13,25	76,97	426,12			
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6			
6/н	Батон нарезной	50	3,75	1,26	22,13	132			
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	500	16,45	18,05	116,68	676,72			
ДЕНЬ 6 ОБЕД									
62	Салат из моркови с сахаром	60	0,70	0,06	7,90	49,02			
102	Суп картофельный с бобовыми (на курином бульоне)	200	5,49	5,27	16,54	148,29			
255	Печень по-строгановски (50/40)	90	14,04	10,20	3,20	139,90			
304	Рис отварной	170	4,14	6,50	41,57	237,66			
376	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60			
	Батон нарезной	20	1,58	0,20	9,66	46,76			
	Хлеб ржаной	20	0,90	0,30	5,20	28,00			
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	760	26,95	22,55	91,07	678,23			
	ИТОГО ЗА 6 ДЕНЬ	1340	38,52	65,66	139,56	1314,62			
ДЕНЬ 7 ЗАВТРАК									
278	Тфтели из птицы с соусом	90	6,65	7,37	8,77	128,46			
302	Рис отварной	200	4,87	7,15	48,91	279,6			
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6			
6/н	Хлеб ржаной	30	1,4	0,47	7,8	42			
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	520	13,02	15,01	72,48	478,66			
ДЕНЬ 7 ОБЕД									
52	Салат из свежих с растительным маслом	60	0,8	3	4,8	50,1			
88	Ши из свежей капусты на курином бульоне	200	2,1	4,12	6,32	99,8			
234	Котлета или биточек рыбные	50	6,59	4,95	8,50	105,80			
329	Соус красный	40	1,44	4,52	4,96	66,36			
312	Картофельное пюре	190	3,80	6,08	25,89	173,85			
342	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	25,10	103,14			

	Хлеб ржаной	20	0,90	0,30	5,20	28,00
	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	760	17,35	23,31	90,43	673,81
	ИТОГО ЗА 7 ДЕНЬ	1280	30,37	38,32	162,91	1152,47
	ДЕНЬ 8 ЗАВТРАК					
175	Каша «Дружба» молотая с маслом слив. (рис, пшено)	250	7,6	12,25	39,15	296,88
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон парезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	640	11,3	14,03	81,21	501,58
	ДЕНЬ 8 ОБЕД					
62	Салат из моркови с сахаром	60	0,70	0,06	7,90	49,02
82	Борщ с картофелем и капустой на курином бульоне	200	2,08	4,10	8,70	111,00
291	Плов из мяса птицы	280	23,66	14,70	51,38	432,46
349	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
	Хлеб ржаной	40	1,86	0,63	10,40	56,00
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	780	28,4	19,51	85,38	677,08
	ИТОГО ЗА 8 ДЕНЬ	1420	39,7	33,54	166,59	1178,66
	ДЕНЬ 9 ЗАВТРАК					
204	Макароны отварные с сыром	190	12,86	15,12	32,41	317,64
376	Чай с сахаром	200	0,1	0,02	7	28,6
б/н	Батон парезной	40	3	1,16	20,36	105,6
338	Фрукты в ассортименте	100	0,4	0,4	9,8	47
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	530	16,36	16,7	69,57	498,84
	ДЕНЬ 9 ОБЕД					
52	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,08	3,00	4,80	50,10
96	Рассольник по-ленинградски на курином бульоне	200	2,30	4,20	9,60	113,80
290	Птица тушеная с соусом № 331 (60/30)	90	10,50	10,50	3,20	149,40
302	Каша рассыпчатая гречневая	170	9,75	6,90	43,79	276,31
349	Чай с сахаром	200	0,10	0,02	7,00	28,60
	Хлеб ржаной	20	0,90	0,30	5,20	28,00
	Хлеб пшеничный (батон)	20	1,58	0,20	9,66	46,76
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	760	25,21	25,12	83,25	692,97
	ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ	1290	41,57	41,82	152,82	1191,81
	ДЕНЬ 10 ЗАВТРАК					
183	Каша гречневая молотая	250	9,83	14,61	54,5	389,13
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,96	100,6

б/н	Батон парезной	50	3,75	1,26	22,13	132
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	500	16,75	18,55	92,59	621,73
	ДЕНЬ 10 ОБЕД					
45/47	Салат из свежей капусты или крапивной	60	0,07	1,90	4,50	36,24
102	Суп картофельный с бобовыми (на курином бульоне)	200	5,49	5,27	16,54	148,29
297	Фрикадельки из мяса птицы с соусом № 329 (50/40)	90	8,70	11,20	8,70	171,90
304	Рис отварной	150	3,65	5,74	36,68	209,70
388	Напиток из шиповника	180	0,61	0,25	36,68	79,38
	Хлеб ржаной	30	1,40	0,47	7,80	42,00
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:	710	19,92	24,83	110,9	687,51
	ИТОГО ЗА 10 ДЕНЬ	1210	36,67	43,38	203,49	1309,24