№ рец\сб	**Наименование блюда**	**Выход**	**Б**	**Ж**	**У**	**ккал**	**В1**	**В2**	**Е**	**С**	**А**	**К**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	**I**	**Se**
2 неделя	1 день понедельник																	
	Завтрак																	
444/83	Макароны отварнссыром	150/20	9,18	8,33	30,06	250	0,05	0,04	0,2	0,2	0,09	56	136	99	22	0,9	19,9	1,9
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,24	8,4	42	0,04						7	44	13	0,6	1,2	8,6
	Итого:	**390**	**10,98**	**8,57**	**53,46**	**350**	**0,09**	**0,05**	**0,2**	**0,24**	**0,4**	**77**	**148**	**151**	**39**	**3,5**	**21,1**	**10,5**
	2-ой завтрак																	
732/83	Шницель куриный с соусом	50 /50	4,4 1,32	3,6 1,2	6,14 3,56	82 38	0,04 0,01	0,06		0,32 52,4	0,02 1,07	117 57	15 4	56 10	14 0,2	1,1	0,4 0,7	
442/83	Спагетти отв	80	2,71	4,87	18,23	129	0,02	0,01	0,9			18	4	17	9	0,4	10	0,05
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	10	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**400**	**9,91**	**9,89**	**50,95**	**345**	**0,11**	**0,1**	**1,3**	**52,8**	**1,09**	**226**	**32**	**122**	**37,2**	**4**	**12,3**	**8,65**

	Обед																	
	Огурец солен	20	0,42		0,09	2,5	0,01	0,01		0,75		32	4	3	2	0,18		
221/83	Суп картоф с горохом	200	5,12	4,66	18,54	152	0,19	0,07	1,4	4,96	0,03	429	45	112	30	1,72	15,9	2
703/83	Поджарка куриная	50 15	6,35	4,7		68	0,02	0,04		0,3		96	12	10	93	0,8		
747/83	Рис отварной	100	1,92	4,73	20,07	113	0,01	0,01	0,6			30	10	24	8	0,37	0,47	4,43
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	10	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**605**	**15,33**	**14,31**	**61,72**	**437,5**	**0,27**	**0,16**	**2,4**	**6,05**	**0,03**	**621**	**80**	**188**	**147**	**5,57**	**17,6**	**15**
	Полдник																	
	Кефир	**200**	**5,89**	**5,19**	**8,32**	**103**						**265**						
	Ужин																	
631/83	Жаркое по-домашнему	110	9,2	4,95	19,25	151	0,12	0,09		14,6		190	15	113	24	1,27		
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2		
	Хлеб Окский	30	1,95	0,33	12,03	57	0,06	0,03	0,6			20	6	47	29	0,75	1,8	12,9
	Итого:	**340**	**11,35**	**5,28**	**46,28**	**266**	**0,18**	**0,6**	**1,8**	**14,6**		**240**	**28**	**168**	**57**	**2,22**	**1,8**	**12,9**
	Итого за день:	**1935**	**53,44**	**43,24**	**219**	**1489**	**0,63**	**0,44**	**8,8**	**73,7**	**1,79**	**1420**	**286**	**629**	**280**	**15,2**	**52,8**	**47,1**

№ рец\сб	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	ккал	B1	B2	E	C	A	K	Ca	P	Mg	Fe	I	Se
	2 день вторник																	
	Завтрак																	
Т8/1983	Каша рисовая молочная	200/10	10,06	12,95	42,51	327	0,04	0,02	0,13	1,28	0,02	26	170	156	28	0,5	0,72	7,72
453/83	Яйцо отварное	40	5,2	4,6	0,3	64	0,04	0,18			0,14	56	22	86		1		
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб пшеничн	20	1,6	0,24	8,4	42	0,04						7	44	13	0,6	1,2	8,6
	Итого:	**470**	**17,04**	**17,79**	**65,21**	**485**	**0,12**	**0,21**	**0,14**	**1,32**	**0,16**	**103**	**204**	**294**	**45**	**4,1**	**1,92**	**16,1**
	2-ой завтрак																	
572/83	Колбаса припущенная с соусом	50/50	5,9 1,32	5,0 1,2	1,0 3,56	126 38	0,01			0,32 52,4	0,02 1,07	119 57	15 4	81 10	0,2		0,7	
442/83	Рожки отварн	100	4,24	7,62	28,49	202	0,01	0,01	1,4			29	7	27	13	0,7	15	0,08
1024/83	Кофейн напит	200	1,4	1,6	27,7	122	0,02	0,13	0,5	0,01		184	61	46	7	0,11	8,1	1,62
	Итого:	**400**	**12,9**	**15,4**	**60,75**	**488**	**0,04**	**0,14**	**1,9**	**52,7**	**1,09**	**389**	**87**	**164**	**20,2**	**0,81**	**23,8**	**1,7**

	Обед																	
55/83	Салат из св ог	30	0,09	0,85	0,45	16	0,01	0,32		2,75	0,03	17	2	4	2	0,08		
234/83	Суп картоф с макаронами	200	4,4	2,57	9,32	142	0,08		1,9	6,35		130	28	75	25	0,95		
703/83	Кура туш в соусе	40 40	5,08 1,65	3,72 1,5	3,56	45 48	0,03 0,01	0,04		0,27 65,5	0,01 1,34	77 71	8 5	75 12	8 0,2	0,64	0,73	0,16
780/83	Рагу овощное	130	2,2	0,4	15,1	72	0,1	0,08	0,1 4	31,6	1,89	19	23	65	26	1	5,4	0,38
932/83	Копот из с/фр	200	0,48		29,6	116						86	17	12	9	2,2		
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	19	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**660**	**15,2**	**9,26**	**66,05**	**477**	**0,27**	**0,46**	**2,4**	**106**	**3,27**	**413**	**87**	**274**	**89**	**5,37**	**7,33**	**9,14**
	Полдник																	
	Яблоко	**100**	**0,4**		**9**	**39**						**248**	**16**	**11**	**9**	**0,6**		
	Ужин																	
668/824	Тефтели мясные с соусом	50 40	3,5 1,65	5,53 1,5	5,31	73 48	0,03 0,01	0,04	0,0 4	1,63 65,5	0,11 1,34	27 71	10 5	48 12	11 0,2	0,39	0,34	0,08
747/83	Рис отварной	100	1,92	4,73	20,07	113	0,01	0,01	0,6			13	10	24	8	0,37	0,47	4,43
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб Окский	30	1,95	0,33	12,03	57	0,06	0,03	0,6			20	6	47	29	0,75	1,8	12,9
	Итого:	**420**	**9,26**	**12,09**	**52,41**	**349**	**0,11**	**0,09**	**1,3**	**67,2**	**1,45**	**152**	**36**	**139**	**52**	**3,51**	**2,61**	**17,4**
	Итого за день	**2050**	**54,42**	**54,5**	**245,4**	**1805**	**0,54**	**0,9**	**5,7**	**227**	**6,24**	**1305**	**430**	**882**	**215**	**14,4**	**35,7**	**44,3**

№ рец\сб	**Наименование блюда**	**Вых**	**Б**	**Ж**	**У**	**кка**	**В1**	**В2**	**Е**	**С**	**А**	**К**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	**I**	**Se**
	Здень среда																	
	Завтрак																	
467/83	Омлет натур	100	9,6	15,4	1,9	184	0,05	0,36			0,28	143	78	182	13	1,9		
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	19	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**320**	**11,1**	**15,6**	**24,9**	**280**	**0,09**	**0,39**	**0,4**	**0,04**	**0,28**	**177**	**87**	**221**	**36**	**4,4**	**1,2**	**8,6**
	2-ой завтрак																	
361/83	Овощные котлеты со сметаной	100 /20	4,16	9,8	20,74	192	0,08	0,08		0,06	0,03	257	83	90	69	1,24		
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Банан	100	1,53		22,37	95	0,05	0,05	0,2		0,3		15	15		0,18		
	Итого:	**420**	**5,89**	**9,8**	**58,11**	**345**	**0,13**	**0,14**	**0,2**	**0,1**	**0,3**	**278**	**103**	**113**	**92**	**3,42**		
	Обед																	
	Икра кабачковая	35	0,56	2,2	2,59	32		0,02	1,0 8	2,45	0,32		14	13	5	0,25		
197/83	Щи из св.кап	250	4,7	6,1	10,1	114	0,07		0,6 7	21,6	0,02		59	99	24	0,88		
658/824/ 83	Котлета мясная с соус	50 50	7,93 1,65	7,2 1,5	8	129 48	0,04 0,01	0,06	0,0 9	65,5	1,34	99 71	15 5	65 12	14	0,7	2,68	

405/83	Кашагречневая рассыпчатая	100	5,31	6,94	16,82	159	0,18	0,1			0,22	182	12	150	100	3	19	2,92
1010/83	Чай с лимоном	200/10	0,3		15,2	60		0,01	1,2	2,8		30	7	10	18	0,8		
	Хлеб Окский	30	1,95	0,33	12,03	57	0,06	0,03	0,6			20	6	47	29	0,75	1,8	12,9
	Итого:	**725**	**22,4**	**24,27**	**64,74**	**599**	**0,24**	**0,22**	**3,64**	**92,4**	**1,9**	**405**	**118**	**396**	**190**	**6,38**	**23,5**	**15,8**
	Полдник																	
	Ряженка	**200**	**5,8**	**5**	**8,4**	**108**	**0,04**	**0,26**		**0,6**	**44**	**292**	**248**	**184**	**28**	**0,2**	**18**	**2**
	Ужин																	
359/83	Зразы картоф с мясом	80	2,16	5,12	1,84	117	0,09	0,08		2,48		402	18	55	22	0,8		
	Помидор свеж	20	0,22		0,7	6	0,01	0,01		1,6		79	13	5	7	0,1		
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	19	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**320**	**3,88**	**5,34**	**24,56**	**219**	**0,14**	**0,12**	**0,4**	**4,12**	**0**	**515**	**40**	**99**	**52**	**3,4**	**1,2**	**8,6**
	Итого за день	**1985**	**49,05**	**60,01**	**180,7**	**1545**	**0,64**	**1,13**	**4,6**	**97,3**	**46,5**	**1667**	**596**	**1013**	**398**	**17,8**	**25,9**	**33**

№ рец\сб	**Наименование блюда**	**Вых**	**Б**	**Ж**	**У**	**ккал**	**B1**	**B2**	**E**	**C**	**A**	**K**	**Ca**	**P**	**Mg**	**Fe**	**I**	**Se**
	4 день четверг																	
	Завтрак																	
420/1983	Запеканка рисовая с творогом с маслом слив	150/20	10,88	16,72	45	387	0,17	0,33	0,2	0,17	0,02	84	126	216	26	0,99	8,22	11,2
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Булочка порц	30	3	1,7	9,03	64	0,04	0,03				55	6	32	8	0,42		
	Итого:	**400**	**14,08**	**18,42**	**69,03**	**509**	**0,21**	**0,37**	**0,2**	**0,21**	**0,02**	**160**	**137**	**256**	**38**	**3,41**	**8,22**	**11,2**
	2-ой завтрак																	
541/83	Биточки рыбные с соус	50 50	5,95 1,65	2,6 17,6	7,3 6,85	78 191	0,04 0,02	0,06 0,05	0,35	0,1	0,3	12345	1138	7530	143	0,48 0,1	3,1	0,3
759/83	Картоф пюре	100	2,1	3,04	13,5	99	0,09	0,07	0,31	16	0,02	443	35	53	21	1,42	19	0,53
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	10	0,5	1,2	8,6
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Итого:	**420**	**11,2**	**23,46**	**50,67**	**464**	**0,19**	**0,21**	**1,1**	**16,1**	**0,32**	**645**	**93**	**197**	**52**	**4,5**	**23,3**	**9,43**
	Обед																	
103/83	Винегрет овощной	50	0,69	2,75	3,4	62	0,03	0,02	0,05	4,18			9	23	9	0,22		

176/83	Борщ из св. кап со смет	200/10	4,85	5,17	9,29	126	0,05	0,04	0,2	5,64	0,06	350	35	79	24	1,03	21,7	0,49
634/83	Сердце туш в соусе	40/40	9,2	4,32	3,6	90	0,11	0,24		1,28		114	14	93	14	2,24		
405/83	Каша пшенн рассыпчатая	100	4,7	1,1	25,4	135	0,12	0,01				80	17	91	33			
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	10	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**660**	**20,94**	**13,56**	**64,71**	**509**	**0,35**	**0,34**	**0,7**	**11,1**	**0,06**	**578**	**75**	**256**	**94**	**5,99**	**22,9**	**9,09**
	Полдник																	
	Апельсин	**100**	**0,9**		**8,1**	**38**	**0,04**	**0,03**		**60**		**197**	**34**	**23**	**13**	**0,3**		
	Ужин																	
732/83	Котлета рубленая из птицы с соус	50/50	5,5 1,65	4,5 1,5	7,67 4,45	103 48	0,05 0,01	0,08		0,4 65,5	0,1 1,3	117 71	30 5	55 12	28 0,2	10	0,5 0,9	9,2 0,2
342/83	Капуста св тушеная	100	3,05	4,85	10,88	94	0,03	0,04		17,1	0,1	337	59	41	21	0,84	17	0,47
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	10	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**420**	**11,7**	**11,07**	**46,02**	**341**	**0,13**	**0,15**	**0,4**	**83**	**1,5**	**559**	**103**	**147**	**63**	**13,3**	**19,6**	**18,5**
	Итого за день	**2000**	**58,82**	**66,51**	**237,5**	**1855**	**0,71**	**1,1**	**2,4**	**170**	**1,9**	**2139**	**442**	**879**	**260**	**27,5**	**74**	**48,2**

№ рец\сб	Наименование блюда	Вых	Б	Ж	У	ккa	B1	B2	E	C	A	K	Ca	P	Mg	Fe	I	Se
	5день пятница																	
	Завтрак																	
425/83	Биточки пшщенные со сг.мол	150 /20	6,6	7,2	32,3	221	0,06	0,14	2,16	0,17	38,9	140	73	128	29	0,96	5,1	9,15
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,24	8,4	41	0,04	0,01	0,4			25	7	43	13	0,5	1,2	8,6
1010/83	Чай с сахаром и лимоном	200/ 10	0,3		15,2	60		0,01	1,2	2,8		30	7	10	18	0,8		
	Итого:	**400**	**8,5**	**7,44**	**55,9**	**322**	**0,1**	**0,16**	**3,8**	**2,97**	**38,9**	**195**	**87**	**181**	**60**	**2,26**	**6,3**	**17,8**
	2-ой завтрак																	
572/83	Сосиска отв	50	5,85	5	1	126						119	15	81	10			
442/83	Вермишель отварная	100	5,09	9,14	34,19	242	0,05	0,01	1,7			35	8	32	16	0,8	18	0,09
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	10	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**370**	**12,44**	**14,36**	**58,21**	**464**	**0,09**	**0,04**	**2,1**	**0,04**		**188**	**32**	**152**	**40**	**2,58**	**19,2**	**8,69**
	Обед																	
90/83	Салат из свеклы	50	0,45	4,99	3,21	32	0,03	0,02	1,4	2,29			23	26	18	0,5		

207/83	Рассольник со смет, курой	200 10	1,86	6,61	10,3	110	0,08	1,92	23,4	0,01			86	91	19	0,74		
541/83	Котлета рыбная смасл	50/5	5,28	4,47	7,49	95	0,04	0,03	0,13	0,1	0,01	123	16	54	14	0,48		
759/83	Картоф пюре	100	2,1	3,04	13,5	99	0,09	0,07	0,31	16	0,02	443	35	53	21	1,42	19	0,53
	Напиток Ассорти	200	0,36		26	136				3,6		126	12	16	4	0,2		
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	10	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**635**	**11,4**	**19,3**	**68,52**	**510**	**0,28**	**2,06**	**26**	**22**	**0,03**	**705**	**176**	**271**	**86**	**3,84**	**20,2**	**9,13**
	Полдник																	
	Апельсин	**100**	**0,9**		**8,1**	**38**	**0,04**	**0,03**		**60**		**197**	**34**	**23**	**13**	**0,3**		
	Ужин																	
642/83	Плов из говядины	130	5,89	11,76	26	189	0,04		2,1	2,02	0,42		17	75	17	1,37		
	Помидор св порц	40	0,44		1,4	12	0,01	0,03		3,2		157	25	11	13	0,2		
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	10	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**390**	**7,83**	**11,98**	**50,42**	**297**	**0,09**	**0,07**	**2,5**	**5,26**	**0,42**	**191**	**51**	**125**	**44**	**4,07**	**1,2**	**8,6**
	Итого за день	**1895**	**41,1**	**53,1**	**241,2**	**1631**	**0,6**	**2,36**	**28,7**	**90,3**	**83,3**	**1476**	**380**	**752**	**243**	**13,1**	**64,9**	**46,2**

№ рец\сб	**Наименование блюда**	**Вых**	**Б**	**Ж**	**У**	**кка**	**В1**	**В2**	**Е**	**С**	**А**	**К**	**Са**	**Р**	**Mg**	**Fe**	**I**	**Se**
	6 день суббота																	
421/83	Запеканка пшенная со сг.молоком	100/10	7,3	5,5	44,7	246	0,06	0,07	1,4	0,8	0,03	311	37	144	52	2	3,5	
	Бутерброд с яйцом	20/20	6,7	4,84	8,7	42	0,07	0,18			0,01	112	51	130	104	2,6		
1025/83	Какао с молоком	200	3,8	3,9	24,8	148			0,14	1	0,02	242	122	120	18	0,6		
	Итого:	**350**	**17,8**	**14,24**	**78,2**	**436**	**0,13**	**0,25**	**1,5**	**2,07**	**0,05**	**298**	**321**	**458**	**88**	**4,94**	**3,5**	
	2-ой завтрак																	
732/83	Котлета куриная с масл	50/5	5,5	4,5	7,67	103	0,05	0,08		0,4	0,02	117	30	55	28 0,2	10	0,5 0,9	9,2 0,2
8табл/83	Каша перловая с маслом	100	3,1	0,4	21,6	106	0,03	0,02				57	20	106	31	0,6	10	
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	10	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**375**	**10,1**	**5,12**	**52,3**	**305**	**0,12**	**0,13**	**0,4**	**0,44**	**0,02**	**208**	**59**	**200**	**45**	**3,1**	**11,2**	**19,8**

	Обед																	
216/83	Суп крест со смет, курой	200/20	2,04	4,16	11,37	92	0,05	0,04		8		218	37	150	24	0,65		
548/83	Фрикадельки рыбные с соусом	50 50	6,61	2,65	12,38	100	0,06		0,2	6	0,02		21	41		0,7		
342/83	Капуста св тушеная	100	3,05	4,84	10,88	94	0,03	0,04		17,1	0,09	337	59	41	21	0,84	17	0,47
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	10	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**640**	**13,2**	**11,87**	**57,65**	**382**	**0,18**	**0,11**	**0,6**	**31,1**	**0,11**	**589**	**126**	**271**	**59**	**4,69**	**18,2**	**9,07**
	Полдник																	
	Яблоко	**100**	**0,4**		**9,8**	**47**	**0,03**	**0,02**	**0,2**	**10**	**0,03**	**278**	**16**	**11**	**11**	**2**	**2**	**0,3**
	Ужин																	
709/83	Птица тушеная в соусе	40/40	6,4	4,92	3,56	84	0,03	0,04		52,6	1,08	134	12	84	8	0,64	0,72	0,2
757/83	Картофель отварной	100	2	0,4	15,8	82	0,11	0,06	14,4			497	12	54	20	0,81		
1009/83	Чай с сахаром	200	0,2		15	58		0,01		0,04		21	5	8	4	2	0	0
	Хлеб/пшен	30	2,4	0,16	5,6	63	0,06						11	29	9	0,4	0,8	5,7
	Итого:	**410**	**11**	**5,48**	**39,96**	**287**	**0,2**	**0,11**	**14**	**52,6**	**1,08**	**652**	**40**	**175**	**41**	**3,85**	**1,52**	**6,2**
	Итого за день:	**1875**	**52,5**	**35,39**	**237,9**	**1457**	**0,66**	**16,7**	**96**	**34**	**3,7**	**2025**	**562**	**1115**	**244**	**18,6**	**34,4**	**35,4**

№ рец\сб	Наименование блюда	Вых	Б	Ж	У	ккa	B1	B2	E	C	A	K	Ca	P	Mg	Fe	I	Se
	7 день воскресенье																	
	Завтрак																	
449/1983	Макароны запеч с яйцом	130/20	6,9	12,45	22,2	228	0,06	0,15	1,95		6,15	98	54		12	1,2		
1025/83	Какао с молоком	200	3,8	3,9	24,8	148			0,14	1	0,02	242	122	120	18	0,6		
01.01.83	Бутерброд с маслом	40/15	3,13	12,74	20,04	200	0,06	0,03				54	13	36	15	0,64		
	Итого:	**405**	**13,8**	**29,09**	**67,04**	**576**	**0,12**	**0,18**	**2,1**	**1**	**6,17**	**394**	**189**	**156**	**45**	**2,44**		
	Обед																	
207/83	Рассольник со сметаной	200	1,85	6,61	10,34	110	0,09		1,9	22,8	0,01	371	83	89	19	0,72	17	0,27
391/83	Жаркое по-домашнему	150	12,5	6,75	26,3	206	0,12			19,9		21	154	33	20	1,7		
932/83	Компот из кураги	200	1		31	124	0,02	0,04		0,8		344	32	30	22	2,4		
	Итого:	**570**	**16,6**	**13,58**	**75,7**	**478**	**0,27**	**0,06**	**2,3**	**43,5**	**0,01**	**749**	**273**	**183**	**71**	**5,32**	**17**	**0,27**

	Полдник																	
	Апельсин	**110**	**0,99**		**8,91**	**42**	**0,04**	**0,03**		**66**		**217**	**37**	**25**	**14**	**0,33**		
	Ужин																	
Кар кухня	Запеканка студенческая с маслом	200	5	8,8	28,6	218	0,2	0,26		44		894	48	118	42	1,8		
	Огурец сол	30	0,8		0,27	5	0,01	0,01		1,5		63	8	6	3	0,36		
1010/83	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,3		15,2	60		0,01	1,2	2,8		30	7	10	18	0,8		
	Хлеб Окский	20	1,3	0,22	8,02	38	0,04	0,02	0,4			13	4	31	10	0,5	1,2	8,6
	Итого:	**457**	**7,4**	**9,02**	**52,09**	**321**	**0,25**	**0,3**	**1,6**	**48,3**		**1000**	**67**	**195**	**73**	**3,46**	**1,2**	**8,6**
	Итого за день	**1542**	**38,79**	**51,69**	**203,7**	**1417**	**0,68**	**0,57**	**6**	**159**	**6,18**	**2360**	**566**	**559**	**203**	**11,6**	**18,2**	**8,87**
	Среднее значение за период	**1922**	**54,18**	**52,51**	**233**	**1645**	**0,71**	**0,97**	**8,7**	**116**	**23,7**	**1847**	**479**	**885**	**258**	**17,9**	**49,5**	**41,8**

Зам директора_____**/Т.Э. Горбачева/**