

			хлеб бел.	Пшеничный с валетekom	30	2,31	0,33	14,28	70,8	573	2
			хлеб черн.	Ржаной	30	2,4	0,45	14,1	63	574	1,8
			итого		825	31,69	26,38	116,47	841,52		77,4
1	2	Итого за день:			1530	47,72	55,21	222,85	1592,42		201,2
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Макаронные изделия с тертым сыром	200	12	10	35,3	254	259	25
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465	11
			хлеб	Пшеничный с валетekom	60	4,62	0,66	28,56	141,6	573	3,8
			фрукты	Масло сливочное	15	0,12	10,87	0,19	99,15	79	13
				Сок	200	1	0,2	20,2	86	501	25
			итого		710	20,54	24,23	97,85	668,75		77,8
1	3	Обед	закуска	Огурец соленый в нарезке	80	0,64	4,8	2,08	54,4	149	16,5
			1 блюдо	Суп с макаронными изделиями и курой	250/25	6,95	7,15	12,27	141,2	129	14
			2 блюдо	Суфле рыбное с маслом	110/10	15,5	13,85	3,44	189,4	303	76
			гарнир	Пюре картофельное с маслом	180/10	4,19	16,87	8,9	204,26	377	25,3
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457	3,3
			хлеб бел.	Пшеничный с валетekom	30	2,31	0,33	14,28	70,8	573	2
			хлеб черн.	Ржаной	30	2,4	0,45	14,1	63	574	1,8
			итого		770	32,19	43,55	64,37	761,06		138,9
1	3	Итого за день:			1480	52,73	67,78	162,22	1429,81		216,7
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Омлет натуральный	160	13,7	20,9	3,01	256	268	56
				Зеленый горошек порционно	30	1,6	0,1	4,4	27	149	10,2
			гор.напиток	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462	11,2
			хлеб	Пшеничный с валетekom	60	4,62	0,66	28,56	141,6	573	3,8
			фрукты	Апельсин	300	1,2	1,2	29,4	132	82	77
			итого		750	24,42	25,76	79,17	650,6		158,2
1	4	Обед	закуска	Рассольник ленинградский со сметаной и говядиной	250/10/25	6,06	15,85	13,57	196,5	100	33,7
			1 блюдо								
			2 блюдо	Котлеты из мяса птицы припущенные	100	20	18	10,71	284,2	372	40,3
			гарнир	Капуста тушеная с маслом	180/5	3,74	17,71	13,89	230,06	380	32,3
			напиток	Кисель Витошка	200	0	0	23	95	504	7,1

			хлеб бел.	Пшеничный с валетekom	30	2,31	0,33	14,28	70,8	573	2
			хлеб черн.	Ржаной	30	2,4	0,45	14,1	63	574	1,8
			итого		830	34,51	52,34	89,55	939,56		117,2
1	4	Итого за день:			1580	58,93	78,1	168,72	1590,16		275,4
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша ячневая вязкая с маслом	220/10	7,75	7,11	35,53	237,38	227	24
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	9,5	40	459	7,1
			хлеб	Пшеничный с валетekom	60	4,62	0,66	28,56	141,6	573	3,8
			фрукты								
				Яблоко	250	1	1	24,5	110	82	36,3
				Сыр	20	4,64	5,86	0	71,6	75	17,5
			итого		530	18,31	14,73	98,09	600,58		88,7
1	5	Обед	закуска								
			1 блюдо	Свекольник со сметаной	250/10	2,32	4,72	10,32	93,25	98	12
			2 блюдо	Плов из отварной птицы	250	15,37	10,25	31	278,75	375	100
			гарнир								
			напиток	Компот из изюма	200	0,3	0,01	17,5	60	494	11,2
			хлеб бел.	Пшеничный с валетekom	30	2,31	0,33	14,28	70,8	573	2
			хлеб черн.	Ржаной	30	2,4	0,45	14,1	63	574	1,8
				Апельсин	300	1,2	1,2	29,4	132	82	77
			итого		910	23,9	16,96	116,6	697,8		204
1	5	Итого за день:			1440	42,21	31,69	214,69	1298,38		292,7
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша из крупы геркулес вязкая с маслом	220/10	9,15	16,98	34,13	326	212	24
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457	3,3
			хлеб	Пшеничный с валетekom	60	4,62	0,66	28,56	141,6	573	3,8
			фрукты	Яблоко	250	1	1	24,5	110	82	36,3
				Сыр	20	4,64	5,86	0	71,6	75	17,5
			итого		720	19,61	24,6	96,49	687,2		84,9
2	1	Обед	закуска								
			1 блюдо	Рассольник ленинградский со сметаной и говядиной	250/10/25	6,06	15,85	13,57	196,5	100	33,7
			2 блюдо	Котлеты из мяса говядины	100	18	13,9	17,3	268,9	348	56
			гарнир	Рагу из овощей с маслом	180/10	2,85	11,68	16,34	182,6	18	18
			напиток	Компот из яблок	200	0,3	0,2	14,2	60	487	11

		хлеб бел.	Пшеничный с валетеком	30	2,31	0,33	14,28	70,8	573	2
		хлеб черн.	Ржаной	30	2,4	0,45	14,1	63	574	1,8
		итого		830	31,92	42,41	89,79	841,8		122,5
2	1	Итого за день:		1550	51,53	67,01	186,28	1529		207,4
2	2	Завтрак	гор.блюдо	220/5	5,86	13,6	36,03	290	217	26,7
		гор.напиток	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462	11,2
		хлеб	Пшеничный с валетеком	60	4,62	0,66	28,56	141,6	573	3,8
		фрукты	Груша	250	1	1	24,5	110	82	63
			Масло сливочное	15	0,12	10,87	0,19	99,15	79	13
		итого		805	14,9	29,03	103,08	734,75		117,7
2	2	Обед	закуска							
			1 блюдо	250/10/25	12,16	12,25	9,21	196,5	118	15
			2 блюдо	250/10	28,6	26,87	21,39	441,2	334	115
			гарнир							
			напиток	200	0,3	0,01	17,5	72	494	11
			хлеб бел.	30	2,31	0,33	14,28	70,8	573	2
			хлеб черн.	30	2,4	0,45	14,1	63	574	1,8
		итого		795	45,77	39,91	76,48	843,5		144,8
2	2	Итого за день:		1600	60,67	68,94	179,56	1578,25		262,5
2	3	Завтрак	гор.блюдо	220/10	8,36	14,73	36,38	311	225	22
		гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465	11
		хлеб	Пшеничный с валетеком	60	4,62	0,66	28,56	141,6	573	3,8
		фрукты								
			Сыр	15	3,48	4,4	0	53,7	75	13,2
			Сок	200	1	0,2	20,2	86	501	25
		итого		710	20,26	22,49	98,74	680,3		75
2	3	Обед	закуска							
			1 блюдо	250/10	1,76	7,3	6,64	100	95	9,2
			2 блюдо	100/10	9,6	18,32	2,34	212,6	367	65
			гарнир	180/10	5,07	10,42	42,62	284,9	241	33
			напиток	200	0,6	0,1	20,1	84	495	4,4

			хлеб бел.	Пшеничный с валетekom	30	2,31	0,33	14,28	70,8	573	2
			хлеб черн.	Ржаной	30	2,4	0,45	14,1	63	574	1,8
			итого		805	21,74	36,92	100,08	815,3		115,4
2	3	Итого за день:			1515	42	59,41	198,82	1495,6		190,4
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200/10	16,75	8,42	20,6	226	279	90
			гор.напиток	Какао с сахаром и молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	462	11,2
			хлеб	Пшеничный с валетekom	60	4,62	0,66	28,56	141,6	573	3,8
			фрукты	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88	82	30
			итого		670	25,47	12,78	82,56	549,6		135
2	4	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп с макаронными изделиями и курой	250/25	6,95	7,15	12,27	141,2	129	14
			2 блюдо	Котлеты из мяса птицы припущенные с соусом	100/50	20,94	21,28	15,31	336,18	372/419	53
			гарнир	Пюре картофельное с маслом	180/5	4,95	15,16	10,58	198,75	377	25
			напиток	Напиток с витаминами Витошка	200	0	0	19	80	507	11
			хлеб бел.	Пшеничный с валетekom	30	2,31	0,33	14,28	70,8	573	2
			хлеб черн.	Ржаной	30	2,4	0,45	14,1	63	574	1,8
			итого		870	37,55	44,37	85,54	889,93		106,8
2	4	Итого за день:			1540	63,02	57,15	168,1	1439,53		241,8
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Суп молочный с макаронными изделиями	200/5	5,8	10,08	19,76	193,21	139	20
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	465	11
			хлеб	Пшеничный с валетekom	60	4,62	0,66	28,56	141,6	573	3,8
			фрукты	Апельсин	300	1,2	1,2	29,4	132	82	77
				Масло сливочное	15	0,12	10,87	0,19	99,15	79	13
			итого		780	14,54	25,31	91,51	653,96		124,8
2	5	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп гороховый с картофелем	250/30	9,63	3,5	29,49	188,17	127	9,3
			2 блюдо	Рыба тушеная с овощами и маслом	110/10	10,77	9,05	5,42	147,05	299	61
			гарнир	Макаронные изделия отварные с маслом	180/10	6,8	17,53	35,67	327,26	256	18
			напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	9,3	38	457	3,3

		хлеб бел.	Пшеничный с валеком	30	2,31	0,33	14,28	70,8	573	2
		хлеб черн.	Ржаной	30	2,4	0,45	14,1	63	574	1,8
		итого		825	32,11	30,96	108,26	834,28		95,4
2	5	Итого за день:		1605	46,65	56,27	199,77	1488,24		220,2
		Среднее значение за период:		1548	52,651	60,896	188,85	1502,85		236,97