

	Хлеб ржаной	30	1,68	0,60	14,82	87,0
	<b>Итого обед</b>	<b>760</b>	<b>25,76</b>	<b>23,66</b>	<b>100,87</b>	<b>691,49</b>
	<b>ИТОГО ДЕНЬ № 3</b>		<b>60,53</b>	<b>88,31</b>	<b>246,10</b>	<b>1291,94</b>
	<b>ДЕНЬ № 4 - завтрак</b>					
309	Макаронные изделия отварные	150	3,67	3,01	1,76	112,3
260	\ Гуляш	80/20	15,2	16,79	2,89	227,2
377	Чай с лимоном	200/7	0,10	0,01	15,28	61,0
пр	Хлеб ржано- пшеничный	30	2,58	0,24	14,21	71,52
15	Сыр твердый (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00
341	Фрукты свежие	100	0,80	1,2	41,2	165,8
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>590</b>	<b>35,27</b>	<b>24,2</b>	<b>78,39</b>	<b>699,14</b>
	<b>- обед</b>					
71	Овощи порционно	60	0,48	0,06	1,56	8,40
115	Суп с крупой	200/10	3,3	4,00	6,82	77,94
288	Птица отварная	80	3,76	9,54	26,46	135
143	Овощное рагу	150	3,35	16,48	12,9	213,0
349	Компот их сухофруктов	200	1,0	0,00	23,46	94,25
ПР	Хлеб ржано- пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	
338	Фрукты свежие	100	2,96	8,0	15,52	145,40
	<b>ИТОГО -обед</b>	<b>830</b>	<b>45,69</b>	<b>40,64</b>	<b>201,93</b>	<b>1362,24</b>
	<b>ИТОГО ДЕНЬ № 4</b>		<b>80,96</b>	<b>64,84</b>	<b>280,32</b>	<b>2060,38</b>
	<b>День № 5 - завтрак</b>					
71	Овощи свежие порционно	60	0,48	0,03	1,5	14,1
302	Каша рисовая рассыпчатая	150	9,7	18,8	4,0	101,7
243	Колбасные изделия отварные	80	8,16	10,72	8,26	163,0
15	Сыр твердый (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00
591	Кисель из концентрата	200	0,44	0,07	34,28	139,51
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,58	0,24	14,21	71,52
338	Фрукты свежие	100	1,6	0,8	16,2	94,0
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>630</b>	<b>25,15</b>	<b>49,49</b>	<b>80,32</b>	<b>674,44</b>
	<b>обед</b>					
71	Овощи порционно	60	0,82	2,65	1,43	40,38
82	Борщ с картофелем и капустой	200/10	4,52	6,00	12,42	102,60
259	Жаркое по домашнему	200	33,35	36,6	4,53	574,0
342	Компот из ягод(замороженных или свежих)	200	0,52	0,18	0,60	102,9
409	Пирожок печеный с яблоком	75	4,48	1,81	0,13	40,0
ПР	Хлеб пшеничный	30	2,58	0,24	14,21	71,52
	<b>Итого обед</b>	<b>765</b>	<b>47,87</b>	<b>58,28</b>	<b>49,52</b>	<b>1025,40</b>
	<b>ИТОГО ДЕНЬ № 5</b>		<b>73,02</b>	<b>107,77</b>	<b>129,84</b>	<b>1699,84</b>
	<b>ДЕНЬ 6. Завтрак</b>					
223	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/20	37,2	27,5	43,2	372,7
382	Какао с молоком	200	4,60	3,67	17,56	118,6
ПР	Сок фруктовый фас	200	10,0	0,00	20,2	125,8
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>550</b>	<b>51,8</b>	<b>31,47</b>	<b>80,96</b>	<b>698,06</b>
	<b>ДЕНЬ № 6 - обед</b>					
71	Овощи порционно	60	0,48	0,03	1,5	14,1
96	Рассольник ленинградский	250/10	1,92	4,26	9,58	85,8
234	Котлеты или биточки рыбные с соусом	80	6,52	5,38	8,59	111,0
312	Пюре картофельное	150	4,20	10,60	29,40	150,60
343	Напиток из смеси свежих плодов	200	0,44	0,07	34,28	139,51
ПР	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76
ПР	Хлеб ржаной	30	1,68	0,60	14,82	87,00
	<b>ИТОГО обед</b>	<b>790</b>	<b>19,27</b>	<b>20,92</b>	<b>111,80</b>	<b>748,17</b>
	<b>ИТОГО ДЕНЬ № 6</b>		<b>61,37</b>	<b>52,37</b>	<b>179,90</b>	<b>1272,77</b>
	<b>ДЕНЬ № 7 - завтрак</b>					
75	Икра свекольная	60	2,04	0,10	0,64	82,0
302	Каша гречневая рассыпчатая	150	2,96	2,56	2,44	76,2