Утверждаю: Директор МАУ СОШ № 16 Кнор О.В. Жесећ

#### 10 - ДНЕВНОЕ ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 7-11 ЛЕТ

в том числе дети с ОВЗ и инвалиды

НА 2024-2025 УЧЕБНЫЙ ГОД (сезон весенний)

1,день   3авграв   1,день   3авграв   1,день   3авграв   1,день   1,день	№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды,	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
3			ББШОД, Т	всего	всего	Γ	92, 111011	Долж, руб.
198   Печень по-строгавовски   100   12.74   14.22   2.91   191.04   1403   Каша гречиевая рассыпиталя с овощами   150   8.61   6.83   45.65   265.93   27710   Чай   200   0.08   0.02   9.94   37.80   пром.   Хлеб крестьпиский с Валитек-8   300   2.01   0.21   15.06   1								
40/3   Каша грезиевая рассинчатая с овощами   150   8.61   6.53   45.65   265.93   170.00   170.00   1.0	9/8		100	12.74	14.22	2.91	191.04	33,66
27710   Чай   200   0.08   0.02   9.94   37,80		•					,	11,83
Пром.   Хлеб ражной   20								1,12
Пром.   Хлеб разаной   20	пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06		1,68
2 депь   Завтрав	пром.		20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,11
Завтраж   Сапат из припушенной моркови с   29/1 распительным маслом   60   0,69   3,57   6,57   58,17   85.5   3апекавика (сырники) из творога   150   25,35   14,40   20,15   313,88   19,00   27/10   Чай   200   0,08   0,02   9,84   37,80   19,00   15,89   17,80   17		Итого за 'Завтрак'	500	24,76	21,51	81,80	596,61	49,40
Ският из принушенной моркови с растительным мяслом   60   0,69   3,57   6,57   58,17		• •						
29/1   растительным маслом   60   0.69   3.57   6.57   58.17     85/5   Занеканка (ыррники) из твороги   1.50   25.35   14.40   20.15   313.88     Молоко ступенное   30   2.16   2.55   16.65   95.22     27/10   Чай   200   0.08   0.02   9.84   37.80     пром. Вагон с каротниом   44   2.94   0.99   23.99   115.89     пром. Клеб ржаной   20   1.32   0.24   8.34   38.68     Нтого за 'Завтрак'   505   32.55   21.77   85.75   660.48     Завтрак   3 день   3 день   3 день     Завтрак   3 день   3				-				·
SS   Запоживая (сыривал) из творота   150   25,35   14,40   20,15   313,88		Салат из припущенной моркови с						
Молоко стущенное   30		1		,				3,77
17740   Чай   200   0.08   0.02   9.84   37.80     пром.   Бигон с каротином   45   2.94   0.99   23.99   115.89     пром.   Хлеб ржаной   20   1.32   0.24   8.34   38.68     Итого за "Завграк"   505   32.55   21.77   85.75   660.48     Завтрак   3 день   3 ден	8/5							55,60
пром.   Батон с каротином   45   2.94   0.99   23.99   115.89     пром.   Хлеб ржаной   20   1.32   0.24   8.34   38.68     Нтого за "Завтрак"   505   32,55   21,77   85,75   660,48     Завтрак   Капа молочная ассорти (рис, піпено) с   1.74   маслом слівочным   1.50   3.75   4.89   19.81   137,12     пром.   Хлеб ржаной   20   1.32   0.24   8.34   38.68     Пром.   Хлеб ржаной   20   1.32   0.24   8.34   38.68     Пром.   Хлеб ржаной   20   1.32   0.24   8.34   38.68     Пром.   Капа молочная ассорти (рис, піпено) с   1.32   0.24   8.34   38.68     Пром.   Капа молочная ассорти (рис, піпено) с   1.32   0.24   8.34   38.68     Пром.   Капа молочная   2.00   0.35   0.00   23.31   88.91     Пром.   Капа молочная   2.30   3.45   1.15   52.21   219.65     Нтого за "Завтрак"   630   10.88   6.49   118.73   547.52     4 день   3автрак   5.99   Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)   100   22.12   3.61   9.29   179.39     32/3   Рату из овощей   150   3.34   3.98   17.35   147.20     37/10   Напиток из шиновника (вариант 2)   200   0.24   0.10   13.49   74.32     пром.   Хлеб крестьянский с Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     пром.   Хлеб крестьянский с Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     пром.   Хлеб крестьянский с Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     Пром.   Хлеб крестьянский с Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     пром.   Хлеб крестьянский в Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     пром.   Хлеб крестьянский в Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     пром.   Хлеб крестьянский в Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     пром.   Хлеб крестьянский в Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     пром.   Хлеб крестьянский в Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     пром.   Хлеб крестьянский в Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     пром.   Хлеб крестьянский в Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     Пром.   Хлеб крестьянский в Валитск-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16     Пром.   Хлеб крестьянский в Валитск-8   3	- 27/10							6,71
Пром.   Хлеб ржаной   20   1.32   0.24   8.34   38.68     Нтого за 'Завтрак'   505   32,55   21,77   85,75   660,48     Завтрак   3автрак   3автрак   3автрак   3автрак   3автрак   3автрак   3автрак   3автрак   3автрак   3.75   4.89   19,81   137,12     Пром.   Хлеб рженьяй в Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     Пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8.34   38.68     6/10   Компот из изома   200   0,35   0,00   23,31   88.91     Пром.   Банашы   230   3,45   1,15   52,21   219,65     Нтого за 'Завтрак   630   10,88   6.49   118,73   547,52     4 день   3автрак   338,43   39,88   17,35   147,20     32/3   Рагу из овощей   3150   3,34   3,98   17,35   147,20     32/3   Рагу из овощей   150   3,34   3,98   17,35   147,20     32/3   Рагу из овощей   150   3,34   3,98   17,35   147,20     32/3   Рагу из овощей   150   3,34   3,98   17,35   147,20     Пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68     Нтого за 'Завтрак   500   29,03   8,14   69,52   502,75     5 день   3автрак   500   29,03   8,14   69,52   502,75     5 день   3автрак   500   2,00   0,00   18,95   70,71     Пром.   Хлеб ржегъянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     Пром.   Хлеб ржегъянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     Пром.   Хлеб рженов в соусе (минтай)   120   10,56   3,97   12,03   125,08     3/3   Картофельное пюре   150   3,11   3,67   22,07   132,59     Пром.   Хлеб рженов в мара в прак   100   3,80   3,00   12,40   89,32     Нтого за 'Завтрак   620   1,32   0,24   8,34   38,68     Нтого за 'Завтрак   620   1,50   6,67   4,68   29,26   185,88     27/10   Чай   100   3,80   3,00   12,40   89,32     18/4   Завтрак   500   25,28   18,63   67,76   528,18     Нтого за 'Завтрак   500   25,28   18,63   67,76   528,18				,				1,12
HTOTO за 'Завтрак'	•							3,20
3 день   3автрак   150   3,75   4,89   19,81   137,12   17/4   маслом сливочным   200   1,32   0,24   8,34   38,68   6/10   Компот из изома   200   0,35   0,00   23,31   88,91   11,00   13,00   18,85   11,15   52,21   219,65   17/4   18,73   18,75   14,75   19,65   18,73   18,75   14,75   19,7	пром.							1,20
Завтрак   Каша молочная ассорти (рис, пшено) с   17/4   маслом сливочным   150   3.75   4.89   19.81   137,12   пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2.01   0.21   15.06   63.16   19.80   19.81   137,12   19.80   19.81   137,12   19.80   19.81   137,12   19.80   19.81   137,12   19.80   19.81   137,12   19.80   19.81   137,12   19.80   19.81   137,12   19.80   19.81   19.81   137,12   19.80   19.81   137,12   19.80   19.81   137,12   19.80   19.81   13.83   19.83		<u>-</u>	303	32,33	21,77	65,75	000,48	71,60
Пудара								
17/4   маслом сливочным   150   3,75   4,89   19,81   137,12   пром.   Хлеб крестьянский Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16   пром.   Клеб распой   20   1,32   0,24   8,34   38,68   6/10   Компот из изюма   200   0,35   0,00   23,31   88,91   пром.   Бананы   230   3,45   1,15   52,21   219,65   Итого за "Завтрак"   630   10,88   6,49   118,73   547,52   4 день   3автрак   5/9   Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)   100   22,12   3,61   9,29   179,39   32/3   Рагу из овощей   150   3,34   3,98   17,35   147,20   37/10   Налиток из шиповника (вариант 2)   200   0,24   0,10   19,49   74,32   пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16   пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68   Итого за "Завтрак"   500   29,03   8,14   69,52   502,75   5 день   Завтрак   3 день   3 день								
пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           6710         Компот из изюма         200         0,35         0,00         23,31         88,91           пром.         Бананы         230         3,45         1,15         52,21         219,65           Итого за "Завтрак"         630         10,88         6,49         118,73         547,52         4,26           4 день         3автрак         381 рак         547,52         4,26         4,26         4,29         179,39         371,00         3,61         9,29         179,39         371,00         3,74         3,61         9,29         179,39         371,00         3,74         3,43         3,98         17,35         147,20         37710         Напиток из инповника (вариант 2)         200         0,24         0,10         19,49         74,32         19,20         3,34         3,86         417,20         37710         1,32,50         3,34         3,86         417,72         3,34         3,84         38,68         117,00         3,20         1,01         1,02         <	17/4		150	3 75	4 89	19.81	137 12	9,49
пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           6/10         Компот в изюма         200         0,35         0,00         23,31         88,91           пром.         Бананы         230         3,45         1,15         52,21         219,65           Итого за 'Завтрак'         630         10,88         6,49         118,73         547,52           4 день         3         3         3,01         9,29         179,39           32/3         Рагу из овощей         150         3,34         3,98         17,35         147,20           37/10         Напиток из шиповинка (вариянт 2)         200         0,24         0,10         19,49         74,32           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         3,31         3,67         22,07         <								1,80
Болория   Бананы   200   0,35   0,00   23,31   88,91   1	•							1,20
Пром.   Бананы   230   3,45   1,15   52,21   219,65     Итого за "Завтрак"   630   10,88   6,49   118,73   547,52     4 день   3автрак   5/9   Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)   100   22,12   3,61   9,29   179,39     32/3   Рагу из овощей   150   3,34   3,98   17,35   147,20     37/10   Напиток из иниповника (вариант 2)   200   0,24   0,10   19,49   74,32     пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68     Итого за "Завтрак"   500   29,03   8,14   69,52   502,75     5 день   3автрак   33   3,97   12,03   125,08     3/3   Каргофельное пюре   150   3,11   3,67   22,07   132,59     пром.   Напиток с витаминами Витошка   200   0,00   0,00   18,95   70,71     пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68     - Итого за "Завтрак"   500   1,32   0,24   8,34   38,68     - Итого за "Завтрак"   620   1,32   0,24   8,34   38,68     - Итого за "Завтрак"   620   1,32   0,24   8,34   38,68     - Итого за "Завтрак"   620   1,32   0,24   8,34   38,68     - Итого за "Завтрак"   620   1,32   0,24   8,34   38,68     - Итого за "Завтрак"   620   1,32   0,24   8,34   38,68     - Итого за "Завтрак"   620   17,00   8,09   76,45   519,54     6 день   3автрак   510,66   6,67   4,68   29,26   185,88     Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулее)   100   15,20   13,48   5,26   202,66     47/3   Макаронные изделия отварные с сыром   150   6,67   4,68   29,26   185,88     Итого за "Завтрак"   500   25,28   18,63   67,76   528,18     Итого за "Завтрак"   500   25,28   18,63   67,76   528,18     Тастат из отварной свеклы с сыром и   40/1   растительным маслом   60   1,56   4,36   5,12   63,06		-						6,29
Hroro за 'Завтрак'   4 день   3автрак   547,52   4 день   3автрак   579   5 Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)   100   22,12   3,61   9,29   179,39   32/3   Рагу из овощей   150   3,34   3,98   17,35   147,20   37/10   Напиток из шиповника (вариант 2)   200   0,24   0,10   19,49   74,32   1100м.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16   1100м.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68   1100m.   Xлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68   1100m.   Xлеб ржаной   3,87   12,03   125,08   3,75   5 день   3 8автрак   120   10,56   3,97   12,03   125,08   3,75   3								
3 детрак   3 детрак	прои							59,03
3автрак   5/9   Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)   100   22,12   3,61   9,29   179,39   32/3   Рагу из овощей   150   3,34   3,98   17,35   147,20   37/10   Напиток из шиповника (вариант 2)   200   0,24   0,10   19,49   74,32   пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16   пром.   Хлеб руканой   20   1,32   0,24   8,34   38,68   Итого за 'Завтрак'   500   29,03   8,14   69,52   502,75   5 день   3автрак   33   34   34   34,68		<u>-</u>		- ,	-, -	-, -	,	,
5/9 Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)   100   22.12   3.61   9.29   179,39   32/3   Рагу из овощей   150   3.34   3.98   17.35   147.20   37/10   Напиток из шиповника (вариант 2)   200   0.24   0.10   19.49   74.32   пром.   Хлеб ржаной   20   1.32   0.21   15.06   63.16   пром.   Хлеб ржаной   20   1.32   0.24   8.34   38.68   нтого за 'Завтрак'   500   29.03   8.14   69.52   502,75   5 день   3 дети рыбные с рисом в соусе (минтай)   120   10,56   3.97   12,03   125,08   3/3   Картофельное пюре   150   3.11   3.67   22.07   132,59   пром.   Напиток с витаминами Витошка   200   0.00   0.00   18.95   70,71   пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2.01   0.21   15,06   63,16   пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0.24   8.34   38.68   10   1.32   0.24   8.34   38.68   10   1.32   0.24   8.34   38.68   10   1.32   0.34   1.34								
32/3   Рагу из овощей   150   3,34   3,98   17,35   147,20     37/10   Напиток из шиповника (вариант 2)   200   0,24   0,10   19,49   74,32     пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68     Итого за 'Завтрак'   500   29,03   8,14   69,52   502,75     5 день   3автрак	5/0		100	22.12	2.61	0.20	170.20	36,80
37/10   Напиток из шиповника (вариант 2)   200   0,24   0,10   19,49   74,32     пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   500   29,03   8,14   69,52   502,75     5 день   3автрак								8,66
пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           Итого за 'Завтрак'         500         29,03         8,14         69,52         502,75           5 день Завтрак         3автрак         33         Картофельное пюре         150         3,11         3,67         22,07         132,59           пром.         Напиток с витаминами Витошка         200         0,00         0,00         18,95         70,71           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         620         17,00         8,09         76,45         519,54           6 день         Завтрак         526         202,66         47/3         Макаронные изделия отварные с ыром         150         6,67         4,68 <td< td=""><td></td><td></td><td></td><td>,</td><td></td><td></td><td></td><td>6,57</td></td<>				,				6,57
пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           Итого за 'Завтрак'         500         29,03         8,14         69,52         502,75           5 день Завтрак         3автрак         19/7         Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)         120         10,56         3,97         12,03         125,08           3/3         Картофельное пюре         150         3,11         3,67         22,07         132,59           пром.         Напиток с витаминами Витошка         200         0,00         0,00         18,95         70,71           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         100         3,80         3,00         12,40         89,32           Итого за 'Завтрак         620         17,00         8,09         76,45         519,54           6 день Завтрак         5,26         202,66         47/3         Макаронные изделия отварные с сыром         150         6,67         4,68         29,26         185,88								· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
19/7   Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)   120   10,56   3,97   12,03   125,08   3/3   Картофельное пюре   150   3,11   3,67   22,07   132,59   пром.   Напиток с витаминами Витошка   200   0,00   0,00   18,95   70,71   пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16   пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68		Хлеб ржаной						
19/7   Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)   120   10,56   3,97   12,03   125,08     3/3   Картофельное пюре	пром.							55,03
19/7   Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)   120   10,56   3,97   12,03   125,08     3/3   Картофельное пюре   150   3,11   3,67   22,07   132,59     пром.   Напиток с витаминами Витошка   200   0,00   0,00   18,95   70,71     пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68     Йогурт "Растишка"   100   3,80   3,00   12,40   89,32     Итого за "Завтрак"   620   17,00   8,09   76,45   519,54     б день   3автрак		<u>-</u>	200	2>,00	0,14	05,52	202,72	22,00
19/7   Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)   120   10,56   3,97   12,03   125,08     3/3   Картофельное пюре   150   3,11   3,67   22,07   132,59     пром.   Напиток с витаминами Витопіка   200   0,00   0,00   18,95   70,71     пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68     - Йогурт "Растишка"   100   3,80   3,00   12,40   89,32     Итого за 'Завтрак'   620   17,00   8,09   76,45   519,54     б день   Завтрак     Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)   100   15,20   13,48   5,26   202,66     47/3   Макаронные изделия отварные с сыром   150   6,67   4,68   29,26   185,88     27/10   Чай   200   0,08   0,02   9,84   37,80     пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68     Итого за 'Завтрак'   500   25,28   18,63   67,76   528,18     Т день   Завтрак   Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом   60   1,56   4,36   5,12   63,06								
3/3   Картофельное пюре   150   3,11   3,67   22,07   132,59     пром.   Напиток с витаминами Витошка   200   0,00   0,00   18,95   70,71     пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68		F						
3/3   Картофельное пюре   150   3,11   3,67   22,07   132,59     пром.   Напиток с витаминами Витошка   200   0,00   0,00   18,95   70,71     пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16     пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68	19/7	Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)	120	10,56	3,97	12,03	125,08	26,86
пром.         Напиток с витаминами Витошка         200         0,00         0,00         18,95         70,71           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           Йогурт "Растишка"         100         3,80         3,00         12,40         89,32           Итого за 'Завтрак'         620         17,00         8,09         76,45         519,54           6 день         3автрак         519,54         519,54         519,54         519,54           6 день         3автрак         30         15,20         13,48         5,26         202,66           47/3         Макаронные изделия отварные с сыром         150         6,67         4,68         29,26         185,88           27/10         Чай         200         0,08         0,02         9,84         37,80           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68		1 1 1						11,63
пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           -         Йогурт "Растишка"         100         3,80         3,00         12,40         89,32           Итого за 'Завтрак'         620         17,00         8,09         76,45         519,54           6 день         3автрак         5         620         17,00         8,09         76,45         519,54           18/8         крупой (геркулес)         100         15,20         13,48         5,26         202,66           47/3         Макаронные изделия отварные с сыром         150         6,67         4,68         29,26         185,88           27/10         Чай         200         0,08         0,02         9,84         37,80           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           Итого за 'Завтрак'         500         25,28         18,63         67,76	пром.	1 1	200					7,40
пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           -         Йогурт "Растишка"         100         3,80         3,00         12,40         89,32           Итого за 'Завтрак'         620         17,00         8,09         76,45         519,54           6 день         Завтрак         Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)         100         15,20         13,48         5,26         202,66           47/3         Макаронные изделия отварные с сыром         150         6,67         4,68         29,26         185,88           27/10         Чай         200         0,08         0,02         9,84         37,80           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           Итого за 'Завтрак'         500         25,28         18,63         67,76         528,18           7 день         3автрак         60         1,56         4,36         5,12         63,06	_	Хлеб крестьянский с Валитек-8						
Итого за 'Завтрак'         620         17,00         8,09         76,45         519,54           6 день Завтрак         Виточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)         100         15,20         13,48         5,26         202,66           47/3         Макаронные изделия отварные с сыром         150         6,67         4,68         29,26         185,88           27/10         Чай         200         0,08         0,02         9,84         37,80           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           Итого за 'Завтрак'         500         25,28         18,63         67,76         528,18           7 день         Завтрак         500         25,28         18,63         5,12         63,06           40/1         растительным маслом         60         1,56         4,36         5,12         63,06	_		20		0,24	8,34	38,68	
6 день       Завтрак       18/8     крупой (геркулес)     100     15,20     13,48     5,26     202,66       47/3     Макаронные изделия отварные с сыром     150     6,67     4,68     29,26     185,88       27/10     Чай     200     0,08     0,02     9,84     37,80       пром.     Хлеб крестьянский с Валитек-8     30     2,01     0,21     15,06     63,16       пром.     Хлеб ржаной     20     1,32     0,24     8,34     38,68       Итого за 'Завтрак'     500     25,28     18,63     67,76     528,18       7 день     Завтрак       Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом     60     1,56     4,36     5,12     63,06	-	Йогурт "Растишка"	100	3,80	3,00	12,40	89,32	44,00
Завтрак           18/8         Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)         100         15,20         13,48         5,26         202,66           47/3         Макаронные изделия отварные с сыром         150         6,67         4,68         29,26         185,88           27/10         Чай         200         0,08         0,02         9,84         37,80           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           Итого за 'Завтрак'         500         25,28         18,63         67,76         528,18           7 день         3автрак         500         25,28         18,63         67,76         528,18           40/1         растительным маслом         60         1,56         4,36         5,12         63,06			620	17,00	8,09	76,45	519,54	
Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)   100   15,20   13,48   5,26   202,66   47/3   Макаронные изделия отварные с сыром   150   6,67   4,68   29,26   185,88   27/10   Чай   200   0,08   0,02   9,84   37,80   пром.   Хлеб крестьянский с Валитек-8   30   2,01   0,21   15,06   63,16   пром.   Хлеб ржаной   20   1,32   0,24   8,34   38,68		6 день						
18/8         крупой (геркулес)         100         15,20         13,48         5,26         202,66           47/3         Макаронные изделия отварные с сыром         150         6,67         4,68         29,26         185,88           27/10         Чай         200         0,08         0,02         9,84         37,80           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           Итого за 'Завтрак'         500         25,28         18,63         67,76         528,18           7 день         3автрак         7         20         1,56         4,36         5,12         63,06		Завтрак						
47/3         Макаронные изделия отварные с сыром         150         6,67         4,68         29,26         185,88           27/10         Чай         200         0,08         0,02         9,84         37,80           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           Итого за 'Завтрак'         500         25,28         18,63         67,76         528,18           7 день         3автрак           Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом         60         1,56         4,36         5,12         63,06		Биточки (котлеты) из мяса говядины с						
27/10         Чай         200         0,08         0,02         9,84         37,80           пром.         Хлеб крестьянский с Валитек-8         30         2,01         0,21         15,06         63,16           пром.         Хлеб ржаной         20         1,32         0,24         8,34         38,68           Итого за 'Завтрак'         500         25,28         18,63         67,76         528,18           7 день         3автрак         3автрак         60         1,56         4,36         5,12         63,06								
пром. Хлеб крестьянский с Валитек-8 30 2,01 0,21 15,06 63,16 пром. Хлеб ржаной 20 1,32 0,24 8,34 38,68 Итого за 'Завтрак' 500 25,28 18,63 67,76 528,18 7 день Завтрак  Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом 60 1,56 4,36 5,12 63,06								11,24
пром. Хлеб ржаной 20 1,32 0,24 8,34 38,68 Итого за 'Завтрак' 500 25,28 18,63 67,76 528,18 7 день Завтрак  Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом 60 1,56 4,36 5,12 63,06	27/10							1,12
Итого за 'Завтрак'     500     25,28     18,63     67,76     528,18       7 день     Завтрак       Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом     60     1,56     4,36     5,12     63,06	_	<u> </u>						
7 день Завтрак Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом 60 1,56 4,36 5,12 63,06	пром.							
Завтрак           Салат из отварной свеклы с сыром и         60         1,56         4,36         5,12         63,06		<u>-</u>	500	25,28	18,63	67,76	528,18	78,51
Салат из отварной свеклы с сыром и 40/1 растительным маслом 60 1,56 4,36 5,12 63,06								
40/1 растительным маслом 60 1,56 4,36 5,12 63,06				<u> </u>		1		ī
		*						
[54-9м-20] Жаркое по-домашнему [ 250] 23,44 19,81 28,47 383,70								
	[54-9м-2	20 Жаркое по-домашнему	250	23,44	19,81	28,47	383,70	108,27

37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0,10	19,49	74,32	6,57
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06	63,16	1,80
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,20
	Итого за 'Завтрак'	560	27,44	23,94	73,29	600,39	122,97
	8 день						
	Завтрак						
2/13	Хлеб с сыром	30/10	4,91	2,93	14,07	104,07	7,98
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	14,59	15,90	2,54	211,23	36,08
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	3,72	13,14	96,54	11,74
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06	63,16	1,68
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,11
пром.	Пряники	80	4,72	3,76	61,68	293,39	13,60
	Итого за 'Завтрак'	520	31,34	26,76	114,83	807,07	72,19
	9 день						
	Завтрак						
2/9	Бедро куриное отварное в соусе (вар 2)	130	17,20	16,27	3,34	228,25	40,41
11/3	Капуста тушеная	150	3,50	2,85	17,35	101,12	11,88
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06	63,16	1,80
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,20
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80	1,12
-	Йогурт питьевой 2,6%	310	12,71	4,65	18,29	172,42	65,10
	Итого за 'Завтрак'	840	24,10	19,59	53,94	641,43	56,41
	10 день						
	Завтрак						
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	100	12,05	5,63	5,74	121,53	30,73
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59	11,63
30/10	Чай с молоком	200	2,92	3,16	14,44	95,20	7,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06	63,16	1,80
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,20
пром.	Мандарины	230	1,84	0,46	21,62	93,38	56,35
	Итого за 'Завтрак'	730	23,25	13,36	87,28	544,53	109,03
	Итого за период	5905	246	168	829	5948	723

	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды,	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
	1 день		всего	всего	Γ	,	, ,1,5
	Обед						
	Салат из отварного картофеля, моркови и						
47/1	репчатого лука с растительным маслом	60	0,91	3,68		63,74	3,77
19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	8,48	5,25	19,75	157,97	25,17
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	90	11,65	11,78		197,88	49,49
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	4,68		185,88	11,24
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,60	10,48
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	,	48,35	1,50
пром.	Мандарины	115	0,92	0,23	,	46,69	28,18
	Итого за 'Обед'	925	32,72	25,98	119,07	861,79	131,93
	2 день						
	Обед				ı		
	Салат из отварного картофеля с зеленым						
42/1	горошком и растительным маслом	60	1,85	4,35	· ·	74,48	8,75
28/2	Суп-пюре гороховый	250	6,84	2,46	· ·	134,13	4,71
40/2	Гренки (сухарики)	20	1,71	0,19	10,24	50,40	1,44
	Жаркое по-домашнему	200	18,75	15,85	22,78	306,96	86,62
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	0,00	0,00	,	70,71	7,40
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	·	48,35	1,50
	Итого за 'Обед'	790	31,91	22,68	105,64	730,30	112,52
	3 день						
	Обед		1		1		
	Салат из отварного картофеля, кукурузы и						
44/1	репчатого лука с растительным маслом	60	1,08	3,73	7,89	68,63	8,38
14/2	Суп картофельный с крупой	250	3,37	5,49	22,85	151,27	6,66
_	Мясо говядины отварное	20	5,36	3,84	0,00	55,99	23,59
7/7	Рыба, запеченная с сыром	100	22,25	9,10	0,00	171,34	59,28
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59	11,63
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	9,83	38,66	2,53
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
-	Йогурт питьевой 2,6%	310	12,71	4,65		172,42	
	Итого за 'Обед'	1150	39,11	26,24	88,34	912,94	115,67
	4 день						
	Обед						
	Салат из отварной свеклы с сыром и						
40/1	растительным маслом	60	1,56	4,36	5,12	63,06	5,60
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	10,43	4,71	16,36	148,02	25,42
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	26,11	4,88	47,91	338,59	63,25
30/10	Чай с молоком	200	2,92	3,16		95,20	7,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
пром.	Пряники	40	2,36	1,88	30,84	146,70	6,80
	Итого за 'Обед'	1085	45,02	17,65	111,84	913,60	105,19
	5 день						
	Обед						
	Салат из отварного картофеля с соленым						
	огурцом, репчатым луком и растительным						
41/1	маслом	60	0,84	3,68	6,21	60,58	6,20
	Рассольник с крупой и сметаной (вариант		·			-	
11/2	2)	250	2,35	5,42	18,87	131,57	12,41
	Голубцы с мясом говядины и рисом		, -	,			,
48/8	(ленивые)	120	7,52	7,76	7,71	129,29	35,61
			,				
1/3	` ′	150	2,89	3,29	23,87	135,49	11,37
	Картофель отварной Компот из чернослива	150 200	2,89 0,45	3,29 0,14		135,49 88,57	11,37 12,35

	· · ·				40.40	40.0-	
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
пром.	<b>Яблоки</b>	180	0,72	0,72	20,88	87,62	29,70
	Итого за 'Обед'	1020	18,77	21,54	128,29	755,15	111,24
	6 день						
	Обед	<u> </u>					
45.4	Салат из отварного картофеля, моркови и		0.01	2.50		-2.74	2 77
47/1	репчатого лука с растительным маслом	60	0,91	3,68	7,11	63,74	3,77
10/2	Суп картофельный с макаронными	250	2.21	2.45	22.60	127.20	6.55
18/2	изделиями	250	3,21	2,45	23,60	127,39	6,57
41/2	Фрикадельки мясные	20	4,10	2,94	0,24	43,64	17,60
9/8	Печень по-строгановски	100	12,74	14,22	2,91	191,04	35,34
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,61	6,83	45,65	265,93	11,45
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,60	10,48
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
-	Йогурт питьевой 2,6%	310	12,71	4,65	18,29	172,42	65,10
	Итого за 'Обед'	1150	34,58	30,70	130,67	1073,80	88,81
	7 день						
	Обед	1			<u> </u>		1
20/1	Салат из припущенной моркови с	<b>CO</b>	0.60	2.57		50 17	2.77
29/1	растительным маслом	60 250	0,69	3,57	6,57	58,17	3,77
24/2 8/5	Суп молочный с лапшой	250	6,61	7,46	20,03	172,11	13,93
	Запеканка (сырники) из творога Молоко сгущенное	150 30	25,35 2,16	14,40 2,55	20,15 16,65	313,88 95,22	55,60 6,71
пром.	Молоко стущенное					93,22	
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	3,72	13,14	96,54	11,32
пром.	Батон с каротином	45	2,94	0,99	23,99	115,89	3,20
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
пром.	Апельсины	200	1,80	0,40	20,60	88,96	44,00
	Итого за 'Обед'	960	43,19	32,99	111,16	989,12	96,03
	8 день						
	Обед			Т			1
	Салат из отварного картофеля, кукурузы и						
44/1	репчатого лука с растительным маслом	60	1,08	3,73	7,89	68,63	8,38
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	5,54	5,56	24,31	164,06	6,62
20.10	Фрикадельки из мяса говядины	0.0	12.04	10.50		155.55	<b>7</b> 2.22
39/8	припущенные	90	13,04	10,59	7,44	177,57	53,22
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59	11,63
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	0,00	0,00	18,95	70,71	7,40
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной — — — — — — — — — — — — — — — — — — —	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
	<b>Итого за 'Обед'</b> 9 день	810	26,63	23,94	106,31	722,49	90,85
	9 день Обед						
	Салат из отварной свеклы с сыром и						
40/1	растительным маслом	60	1,56	4,36	5,12	63,06	5,60
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	3,20	3,66	16,76	111,34	9,59
40/2	Гренки (сухарики)	20	1,71	0,19	10,74	50,40	1,44
40/2	т репки (сухарики)	20	1,71	0,17	10,24	30,40	1,77
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	17,01	3,61	9,29	137,99	36,80
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	4,68	29,26	185,88	11,24
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,60	10,48
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
	Итого за 'Обед'	840	34,53	16,32	122,31	758,31	78,75
	10 день		, -	,	,	,	, -
	Обед						
42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым	60	1 05	4,35	7 47	71 10	075
42/1 4/2	горошком и растительным маслом Борщ с картофелем	250	1,85 2,18	5,47	7,47 17,26	74,48 121,45	8,75 9,92
<b>+</b> / ∠	ворщ с картофелем	230	۷,10	3,47	17,20	141,43	9,92
	<u></u>	00	14,52	15,48	5,94		
7/8	Бефстроганов из отварного мяса говядины	90	1/15/71	15/181	5 0/11	220,46	59,63

	Итого за период	9540	332	247	1112	8431	1031
	Итого за 'Обед'	810	25,99	28,80	88,27	713,86	100,35
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0,10	19,49	74,32	6,57
11/3	Капуста тушеная	150	3,50	2,85	17,35	101,12	11,88

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды,	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
312		Быход, 1	всего	всего	Γ	ЭЦ, ккал	цена, руб.
	1 день Завтрак						
9/8	Печень по-строгановски	100	12,74	14,22	2,91	191,04	33,66
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,61	6,83		265,93	11,83
27/10	Чай	200	0,08	0,02		37,80	1,12
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06	63,16	
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,11
	Итого за 'Завтрак'	500	24,76	21,51	81,80	596,61	49,40
	Обед				1		1
	Салат из отварного картофеля, моркови и						
47/1	репчатого лука с растительным маслом	60	0,91	3,68		63,74	
19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	8,48	5,25		157,97	25,17
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	90	11,65	11,78		197,88	
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	4,68		185,88	11,24
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06		87,60	10,48
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25		73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30		48,35	1,50
пром.	Мандарины Итого за 'Обед'	115 <b>925</b>	0,92	0,23 <b>25,98</b>		46,69 <b>861,79</b>	28,18 <b>103,75</b>
	Итого за День	925 1425	32,72 57,48	45,98 47,49		361,79 1458,40	
	2 день	1423	37,40	47,49	200,67	1430,40	155,15
	Завтрак						
	Салат из припущенной моркови с	Ī			1		
29/1	растительным маслом	60	0,69	3,57	6,57	58,17	3,77
8/5	Запеканка (сырники) из творога	150	25,35	14,40		313,88	
-	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55		95,22	6,71
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80	1,12
пром.	Батон с каротином	45	2,94	0,99	23,99	115,89	3,20
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,20
	Итого за 'Завтрак'	505	32,55	21,77	85,75	660,48	71,60
	Обед	•					•
	Салат из отварного картофеля с зеленым						
42/1	горошком и растительным маслом	60	1,85	4,35		74,48	
28/2	Суп-пюре гороховый	250	6,84	2,46		134,13	
40/2	Гренки (сухарики)	20	1,71	0,19		50,40	1,44
	Жаркое по-домашнему	200	18,75	15,85		306,96	86,62
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200 35	0,00 2,34	0,00 0,25		70,71 73,69	7,40 2,10
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной	25	1,65	0,23		48,35	
пром.	Итого за 'Обед'	790	31,91	22,68		730,30	
	Итого за день	1295	64,46	44,45		1390,78	,
	3 день	12,0	01,10	,	171,07	10,00,00	10 1,12
	Завтрак						
	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с						
17/4	маслом сливочным	150	3,75	4,89	19,81	137,12	9,49
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06	63,16	
				0,24		38,68	
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	0,54	,	
пром. 6/10	Хлеб ржаной Компот из изюма	200	0,35	0,00	23,31	88,91	6,29
_	Компот из изюма Бананы	200 230	0,35 3,45	0,00 1,15	23,31 52,21	88,91 219,65	6,29 40,25
6/10	Компот из изюма Бананы Итого за 'Завтрак'	200	0,35	0,00	23,31 52,21	88,91	6,29 40,25
6/10	Компот из изюма Бананы Итого за 'Завтрак' Обед	200 230	0,35 3,45	0,00 1,15	23,31 52,21	88,91 219,65	6,29 40,25
6/10 пром.	Компот из изюма Бананы Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля, кукурузы и	200 230 <b>630</b>	0,35 3,45 <b>10,88</b>	0,00 1,15 <b>6,49</b>	23,31 52,21 <b>118,73</b>	88,91 219,65 <b>547,52</b>	6,29 40,25 <b>59,03</b>
6/10 пром.	Компот из изюма Бананы Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	200 230 <b>630</b>	0,35 3,45 <b>10,88</b>	0,00 1,15 <b>6,49</b> 3,73	23,31 52,21 <b>118,73</b> 7,89	88,91 219,65 <b>547,52</b> 68,63	6,29 40,25 <b>59,03</b> 8,38
6/10 пром.	Компот из изюма Бананы Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с крупой	200 230 <b>630</b> 60 250	0,35 3,45 <b>10,88</b> 1,08 3,37	0,00 1,15 <b>6,49</b> 3,73 5,49	23,31 52,21 118,73 7,89 22,85	88,91 219,65 <b>547,52</b> 68,63 151,27	6,29 40,25 <b>59,03</b> 8,38 6,66
6/10 пром. 44/1 14/2	Компот из изюма Бананы Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с крупой Мясо говядины отварное	200 230 <b>630</b> 60 250 20	0,35 3,45 <b>10,88</b> 1,08 3,37 5,36	3,73 5,49 3,84	23,31 52,21 118,73 7,89 22,85 0,00	88,91 219,65 <b>547,52</b> 68,63 151,27 55,99	6,29 40,25 <b>59,03</b> 8,38 6,66 23,59
6/10 пром. 44/1 14/2 - 7/7	Компот из изюма Бананы Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с крупой Мясо говядины отварное Рыба, запеченная с сыром	200 230 <b>630</b> 60 250 20	0,35 3,45 10,88 1,08 3,37 5,36 22,25	3,73 5,49 3,84 9,10	23,31 52,21 118,73 7,89 22,85 0,00 0,00	88,91 219,65 <b>547,52</b> 68,63 151,27 55,99 171,34	6,29 40,25 <b>59,03</b> 8,38 6,66 23,59 59,28
6/10 пром. 44/1 14/2	Компот из изюма Бананы Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с крупой Мясо говядины отварное	200 230 <b>630</b> 60 250 20	0,35 3,45 <b>10,88</b> 1,08 3,37 5,36	3,73 5,49 3,84	23,31 52,21 118,73 7,89 22,85 0,00 0,00 22,07	88,91 219,65 <b>547,52</b> 68,63 151,27 55,99	6,29 40,25 <b>59,03</b> 8,38 6,66 23,59 59,28 11,63

	l <del></del>	2.5	1	0.20	10.10	40.07	4.50
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
-	Йогурт питьевой 2,6%	310	12,71	4,65	18,29	172,42	65,10
	Итого за 'Обед'	1150	39,11	26,24	88,34	912,94	115,67
	Итого за день	1780	49,99	32,73	207,07	1460,46	174,70
	4 день						
	Завтрак						
<i>5</i> /O	[	100	22,12	3,61	9,29	170.20	26.90
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)					179,39	36,80
32/3	Рагу из овощей	150	3,34	3,98	17,35	147,20	8,66
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0,10	19,49	74,32	6,57
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06	63,16	1,80
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,20
	Итого за 'Завтрак'	500	23,08	8,14	69,52	502,75	55,03
	Обед						
	Салат из отварной свеклы с сыром и						
40/1	растительным маслом	60	1,56	4,36	5,12	63,06	5,60
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	250	10,43	4,71	16,36	148,02	25,42
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	26,11	4,88	47,91	338,59	63,25
30/10	Чай с молоком	200	2,92	3,16	14,44	95,20	7,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
	Хлеб ржаной	25	1,65	0,23	10,43	48,35	1,50
пром.		40					
пром.	Пряники		2,36	1,88	30,84	146,70	6,80
	Итого за 'Обед'	1085	45,02	17,65	111,84	913,60	105,19
	Итого за день	1585	45,02	17,65	111,84	766,90	112,19
	5 день						
	Завтрак						
19/7	Тефтели рыбные с рисом в соусе (минтай)	120	10,56	3,97	12,03	125,08	26,86
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59	11,63
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	0,00	0,00	18,95	70,71	7,40
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06	63,16	1,80
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,20
110 0 1111	Йогурт "Растишка"						
I -		1001	3.80	3 00	12.401	89 1/1	44 001
-		100 <b>620</b>	3,80 17,00	3,00	12,40 <b>76.45</b>	89,32 <b>519 54</b>	44,00
-	Итого за 'Завтрак'	620	3,80 <b>17,00</b>	8,09	76,45	519,54	44,00 <b>48,89</b>
-	Итого за 'Завтрак' Обед						
	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым						
	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным	620	17,00	8,09	76,45	519,54	48,89
41/1	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом				76,45		
	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным	<b>620</b> 60	0,84	3,68	<b>76,45</b> 6,21	<b>519,54</b> 60,58	6,20
41/1 11/2	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	620	17,00	8,09	76,45	519,54	48,89
	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант	<b>620</b> 60	0,84	3,68	<b>76,45</b> 6,21	<b>519,54</b> 60,58	6,20
	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	<b>620</b> 60	0,84	3,68	<b>76,45</b> 6,21	<b>519,54</b> 60,58	6,20
11/2	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом	620 60 250	0,84 2,35	3,68 5,42	6,21 18,87	519,54 60,58 131,57 129,29	6,20 12,41
11/2 48/8 1/3	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной	620 60 250 120 150	0,84 2,35 7,52 2,89	3,68 5,42 7,76 3,29	76,45 6,21 18,87 7,71 23,87	519,54 60,58 131,57 129,29 135,49	6,20 12,41 35,61 11,37
11/2 48/8 1/3 14/10	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива	620 60 250 120 150 200	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14	76,45 6,21 18,87 7,71 23,87 22,76	519,54 60,58 131,57 129,29 135,49 88,57	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35
11/2 48/8 1/3 14/10 пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8	620 60 250 120 150 200 35	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45 2,34	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57	519,54 60,58 131,57 129,29 135,49 88,57 73,69	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной	620 60 250 120 150 200 35 25	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45 2,34 1,65	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43	519,54 60,58 131,57 129,29 135,49 88,57 73,69 48,35	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50
11/2 48/8 1/3 14/10 пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки	620 60 250 120 150 200 35 25 180	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45 2,34 1,65 0,72	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88	519,54 60,58 131,57 129,29 135,49 88,57 73,69 48,35 87,62	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед'	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45 2,34 1,65 0,72 <b>18,77</b>	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29	519,54 60,58 131,57 129,29 135,49 88,57 73,69 48,35 87,62 755,15	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день	620 60 250 120 150 200 35 25 180	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45 2,34 1,65 0,72	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88	519,54 60,58 131,57 129,29 135,49 88,57 73,69 48,35 87,62	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45 2,34 1,65 0,72 <b>18,77</b>	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29	519,54 60,58 131,57 129,29 135,49 88,57 73,69 48,35 87,62 755,15	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45 2,34 1,65 0,72 <b>18,77</b>	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29	519,54 60,58 131,57 129,29 135,49 88,57 73,69 48,35 87,62 755,15	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45 2,34 1,65 0,72 18,77 35,77	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74	519,54  60,58  131,57  129,29  135,49  88,57  73,69  48,35  87,62  755,15  1274,69	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45 2,34 1,65 0,72 <b>18,77</b>	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29	519,54 60,58 131,57 129,29 135,49 88,57 73,69 48,35 87,62 755,15	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес)	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45 2,34 1,65 0,72 18,77 35,77	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74	519,54  60,58  131,57  129,29 135,49 88,57 73,69 48,35 87,62 755,15 1274,69	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром. пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес) Макаронные изделия отварные с сыром	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640  100  150	0,84 2,35 7,52 2,89 0,45 2,34 1,65 0,72 18,77 35,77	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74  5,26  29,26	519,54  60,58  131,57  129,29 135,49 88,57 73,69 48,35 87,62 755,15 1274,69  202,66 185,88	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром. 18/8 47/3 27/10	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес) Макаронные изделия отварные с сыром Чай	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640  100  150  200	17,00  0,84  2,35  7,52  2,89  0,45  2,34  1,65  0,72  18,77  35,77	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74  5,26  29,26  9,84	519,54  60,58  131,57  129,29  135,49  88,57  73,69  48,35  87,62  755,15  1274,69  202,66  185,88  37,80	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром. 18/8 47/3 27/10 пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес) Макаронные изделия отварные с сыром Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640  100  150  200  30	17,00  0,84  2,35  7,52  2,89  0,45  2,34  1,65  0,72  18,77  35,77  15,20  6,67  0,08  2,01	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63 13,48 4,68 0,02 0,21	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74  5,26  29,26  9,84  15,06	519,54  60,58  131,57  129,29  135,49  88,57  73,69  48,35  87,62  755,15  1274,69  202,66  185,88  37,80  63,16	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13 63,15 11,24 1,12 1,80
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром. 18/8 47/3 27/10	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес) Макаронные изделия отварные с сыром Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640  150  200  30  20	17,00  0,84  2,35  7,52  2,89  0,45  2,34  1,65  0,72  18,77  35,77  15,20  6,67  0,08  2,01  1,32	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63  13,48 4,68 0,02 0,21 0,24	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74  5,26  29,26  9,84  15,06  8,34	519,54  60,58  131,57  129,29  135,49  88,57  73,69  48,35  87,62  755,15  1274,69  202,66  185,88  37,80  63,16  38,68	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13 63,15 11,24 1,12 1,80 1,20
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром. 18/8 47/3 27/10 пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес) Макаронные изделия отварные с сыром Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Завтрак'	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640  100  150  200  30	17,00  0,84  2,35  7,52  2,89  0,45  2,34  1,65  0,72  18,77  35,77  15,20  6,67  0,08  2,01	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63 13,48 4,68 0,02 0,21	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74  5,26  29,26  9,84  15,06	519,54  60,58  131,57  129,29  135,49  88,57  73,69  48,35  87,62  755,15  1274,69  202,66  185,88  37,80  63,16	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13 63,15 11,24 1,12 1,80
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром. 18/8 47/3 27/10 пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес) Макаронные изделия отварные с сыром Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640  150  200  30  20	17,00  0,84  2,35  7,52  2,89  0,45  2,34  1,65  0,72  18,77  35,77  15,20  6,67  0,08  2,01  1,32	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63  13,48 4,68 0,02 0,21 0,24	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74  5,26  29,26  9,84  15,06  8,34	519,54  60,58  131,57  129,29  135,49  88,57  73,69  48,35  87,62  755,15  1274,69  202,66  185,88  37,80  63,16  38,68	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13 63,15 11,24 1,12 1,80 1,20
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром. 18/8 47/3 27/10 пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес) Макаронные изделия отварные с сыром Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Завтрак'	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640  150  200  30  20	17,00  0,84  2,35  7,52  2,89  0,45  2,34  1,65  0,72  18,77  35,77  15,20  6,67  0,08  2,01  1,32	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63  13,48 4,68 0,02 0,21 0,24	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74  5,26  29,26  9,84  15,06  8,34	519,54  60,58  131,57  129,29  135,49  88,57  73,69  48,35  87,62  755,15  1274,69  202,66  185,88  37,80  63,16  38,68	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13 63,15 11,24 1,12 1,80 1,20
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром. 18/8 47/3 27/10 пром. пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес) Макаронные изделия отварные с сыром Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля, моркови и	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640  150  200  30  20  500	17,00  0,84  2,35  7,52  2,89  0,45  2,34  1,65  0,72  18,77  35,77  15,20  6,67  0,08  2,01  1,32  25,28	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63  13,48 4,68 0,02 0,21 0,24 18,63	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74  5,26  29,26  9,84  15,06  8,34  67,76	519,54  60,58  131,57  129,29  135,49  88,57  73,69  48,35  87,62  755,15  1274,69  202,66  185,88  37,80  63,16  38,68  528,18	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13 63,15 11,24 1,12 1,80 1,20 78,51
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром. 18/8 47/3 27/10 пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес) Макаронные изделия отварные с сыром Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640  150  200  30  20	17,00  0,84  2,35  7,52  2,89  0,45  2,34  1,65  0,72  18,77  35,77  15,20  6,67  0,08  2,01  1,32	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63  13,48 4,68 0,02 0,21 0,24	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74  5,26  29,26  9,84  15,06  8,34	519,54  60,58  131,57  129,29  135,49  88,57  73,69  48,35  87,62  755,15  1274,69  202,66  185,88  37,80  63,16  38,68	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13 63,15 11,24 1,12 1,80 1,20
11/2 48/8 1/3 14/10 пром. пром. пром. 18/8 47/3 27/10 пром. пром.	Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2) Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Картофель отварной Компот из чернослива Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Яблоки Итого за 'Обед' Итого за день 6 день Завтрак Биточки (котлеты) из мяса говядины с крупой (геркулес) Макаронные изделия отварные с сыром Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Завтрак' Обед Салат из отварного картофеля, моркови и	620  60  250  120  150  200  35  25  180  1020  1640  150  200  30  20  500	17,00  0,84  2,35  7,52  2,89  0,45  2,34  1,65  0,72  18,77  35,77  15,20  6,67  0,08  2,01  1,32  25,28	3,68 5,42 7,76 3,29 0,14 0,25 0,30 0,72 21,54 29,63  13,48 4,68 0,02 0,21 0,24 18,63	76,45  6,21  18,87  7,71  23,87  22,76  17,57  10,43  20,88  128,29  204,74   5,26  29,26  9,84  15,06  8,34  67,76	519,54  60,58  131,57  129,29  135,49  88,57  73,69  48,35  87,62  755,15  1274,69  202,66  185,88  37,80  63,16  38,68  528,18	6,20 12,41 35,61 11,37 12,35 2,10 1,50 29,70 111,24 160,13 63,15 11,24 1,12 1,80 1,20 78,51

41/2	Фрикадельки мясные	20	4,10	2,94	0,24	43,64	17,60
9/8	Печень по-строгановски	100	12,74	14,22	2,91	191,04	35,34
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,61	6,83	45,65	265,93	11,45
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,60	10,48
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
-	Йогурт питьевой 2,6%	310	12,71	4,65	18,29	172,42	65,10
	Итого за 'Обед'	1150	34,58	30,70	130,67	1073,80	88,81
	Итого за день	1650	59,86	49,33	198,43	1601,98	167,32
	7 день						
	Завтрак						
	Салат из отварной свеклы с сыром и						
40/1	растительным маслом	60	1,56	4,36	5,12	63,06	5,13
	2 Жаркое по-домашнему	250	23,44	19,81	28,47	383,70	108,27
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0,10	19,49	74,32	6,57
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06	63,16	1,80
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,20
	Итого за 'Завтрак'	560	27,44	23,94	73,29	600,39	122,97
	Обед						
	Салат из припущенной моркови с						
29/1	растительным маслом	60	0,69	3,57	6,57	58,17	3,77
24/2	Суп молочный с лапшой	250	6,61	7,46	20,03	172,11	13,93
8/5	Запеканка (сырники) из творога	150	25,35	14,40	20,15	313,88	55,60
пром.	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	95,22	6,71
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	3,72	13,14	96,54	11,32
пром.	Батон с каротином	45	2,94	0,99	23,99	115,89	3,20
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
пром.	Апельсины	200	1,80	0,40	20,60	88,96	44,00
	Итого за 'Обед'	960	43,19	32,99	111,16	989,12	96,03
	Итого за день	1520	70,63	56,93	184,45	1589,51	219,00
	8 день						
0.40	Завтрак	20/40	4.04	2 0 2	1105	10105	<b>5</b> .00
2/13	Хлеб с сыром	30/10	4,91	2,93	14,07	104,07	7,98
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	14,59	15,90	2,54	211,23	36,08
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	3,72	13,14	96,54	11,74
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06	63,16	1,68
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,11
пром.	Пряники	80	4,72	3,76	61,68	293,39	13,60
	Итого за 'Завтрак'	520					
		520	31,34	26,76	114,83	807,07	72,19
	Обед	320	31,34	26,76	114,83		72,19
	Салат из отварного картофеля, кукурузы и	320	31,34	26,76	114,83		72,19
44/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	60	1,08	3,73	7,89	<b>807,07</b> 68,63	<b>72,19</b> 8,38
44/1 16/2	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми		· 		· 	807,07	
16/2	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины	60 250	1,08 5,54	3,73 5,56	7,89 24,31	68,63 164,06	8,38 6,62
16/2 39/8	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные	60 250 90	1,08 5,54 13,04	3,73 5,56 10,59	7,89 24,31 7,44	68,63 164,06	8,38 6,62 53,22
16/2	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре	60 250 90 150	1,08 5,54 13,04 3,11	3,73 5,56 10,59 3,67	7,89 24,31 7,44 22,07	68,63 164,06 177,57 132,59	8,38 6,62 53,22 11,63
16/2 39/8	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка	90 150 200	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95	68,63 164,06 177,57 132,59 70,71	8,38 6,62 53,22
39/8 3/3	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8	60 250 90 150 200 35	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57	68,63 164,06 177,57 132,59 70,71 73,69	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10
16/2 39/8 3/3 пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной	60 250 90 150 200 35 25	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43	68,63 164,06 177,57 132,59 70,71 73,69 48,35	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50
16/2 39/8 3/3 пром. пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед'	60 250 90 150 200 35 25	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65 26,63	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30 23,94	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43 106,31	68,63 164,06 177,57 132,59 70,71 73,69 48,35 <b>722,49</b>	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50 <b>90,85</b>
16/2 39/8 3/3 пром. пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' Итого за день	60 250 90 150 200 35 25	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43	68,63 164,06 177,57 132,59 70,71 73,69 48,35	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50
16/2 39/8 3/3 пром. пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' Итого за день 9 день	60 250 90 150 200 35 25	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65 26,63	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30 23,94	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43 106,31	68,63 164,06 177,57 132,59 70,71 73,69 48,35 <b>722,49</b>	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50 <b>90,85</b>
16/2 39/8 3/3 пром. пром. пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' Итого за день 9 день Завтрак	60 250 90 150 200 35 25 810 1330	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65 26,63 58	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30 23,94 51	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43 106,31 221	68,63 164,06 177,57 132,59 70,71 73,69 48,35 722,49 1530	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50 <b>90,85</b> <b>163</b>
16/2 39/8 3/3 пром. пром. пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' Итого за день 9 день Завтрак Бедро куриное отварное в соусе (вар 2)	60 250 90 150 200 35 25 810 1330	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65 26,63 58	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30 23,94 51	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43 106,31 221	68,63 164,06 177,57 132,59 70,71 73,69 48,35 <b>722,49</b> <b>1530</b>	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50 <b>90,85</b> <b>163</b>
16/2 39/8 3/3 пром. пром. пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' Итого за день 9 день Завтрак Бедро куриное отварное в соусе (вар 2) Капуста тушеная	60 250 90 150 200 35 25 810 1330	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65 <b>26,63</b> <b>58</b> 17,20 3,50	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30 23,94 51	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43 106,31 221 3,34 17,35	807,07  68,63  164,06  177,57  132,59  70,71  73,69  48,35  722,49  1530  228,25  101,12	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50 <b>90,85</b> <b>163</b>
16/2 39/8 3/3 пром. пром. пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' Итого за день 9 день Завтрак Бедро куриное отварное в соусе (вар 2) Капуста тушеная Чай	60 250 90 150 200 35 25 810 1330 150 200	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65 <b>26,63</b> <b>58</b> 17,20 3,50 0,08	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30 23,94 51	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43 106,31 221 3,34 17,35 9,84	807,07  68,63  164,06  177,57  132,59  70,71  73,69  48,35  722,49  1530  228,25  101,12  37,80	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50 <b>90,85</b> <b>163</b> 40,41 11,88 1,12
16/2 39/8 3/3 пром. пром. пром. 2/9 11/3 27/10 пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' Итого за день 9 день Завтрак Бедро куриное отварное в соусе (вар 2) Капуста тушеная Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8	60 250 90 150 200 35 25 810 1330 150 200 30	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65 26,63 58 17,20 3,50 0,08 2,01	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30 23,94 51	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43 106,31 221 3,34 17,35 9,84 15,06	807,07  68,63  164,06  177,57  132,59  70,71  73,69  48,35  722,49  1530  228,25  101,12  37,80  63,16	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50 <b>90,85</b> <b>163</b> 40,41 11,88 1,12 1,80
16/2 39/8 3/3 пром. пром. пром. 2/9 11/3 27/10	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' Итого за день 9 день Завтрак Бедро куриное отварное в соусе (вар 2) Капуста тушеная Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб крестьянский с Валитек-8	60 250 90 150 200 35 25 810 1330 130 150 200 30 20	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65 <b>26,63</b> <b>58</b> 17,20 3,50 0,08 2,01 1,32	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30 23,94 51 16,27 2,85 0,02 0,21 0,24	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43 106,31 221 3,34 17,35 9,84 15,06 8,34	807,07  68,63  164,06  177,57  132,59  70,71  73,69  48,35  722,49  1530  228,25  101,12  37,80  63,16  38,68	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50 <b>90,85</b> 163 40,41 11,88 1,12 1,80 1,20
16/2 39/8 3/3 пром. пром. пром. 2/9 11/3 27/10 пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' Итого за день 9 день Завтрак Бедро куриное отварное в соусе (вар 2) Капуста тушеная Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6%	60 250 90 150 200 35 25 810 1330 130 150 200 30 20 310	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65 26,63 58 17,20 3,50 0,08 2,01 1,32 12,71	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30 23,94 51 16,27 2,85 0,02 0,21 0,24 4,65	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43 106,31 221 3,34 17,35 9,84 15,06 8,34 18,29	807,07  68,63  164,06  177,57  132,59  70,71  73,69  48,35  722,49  1530  228,25  101,12  37,80  63,16  38,68  172,42	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50 <b>90,85</b> <b>163</b> 40,41 11,88 1,12 1,80 1,20 65,10
16/2 39/8 3/3 пром. пром. пром. 2/9 11/3 27/10 пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' Итого за день 9 день Завтрак Бедро куриное отварное в соусе (вар 2) Капуста тушеная Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6% Итого за 'Завтрак'	60 250 90 150 200 35 25 810 1330 130 150 200 30 20	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65 <b>26,63</b> <b>58</b> 17,20 3,50 0,08 2,01 1,32	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30 23,94 51 16,27 2,85 0,02 0,21 0,24	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43 106,31 221 3,34 17,35 9,84 15,06 8,34	807,07  68,63  164,06  177,57  132,59  70,71  73,69  48,35  722,49  1530  228,25  101,12  37,80  63,16  38,68	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50 <b>90,85</b> 163 40,41 11,88 1,12 1,80 1,20
16/2 39/8 3/3 пром. пром. пром. 2/9 11/3 27/10 пром.	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с бобовыми Фрикадельки из мяса говядины припущенные Картофельное пюре Напиток с витаминами Витошка Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Итого за 'Обед' Итого за день 9 день Завтрак Бедро куриное отварное в соусе (вар 2) Капуста тушеная Чай Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6%	60 250 90 150 200 35 25 810 1330 130 150 200 30 20 310	1,08 5,54 13,04 3,11 0,00 2,34 1,65 26,63 58 17,20 3,50 0,08 2,01 1,32 12,71	3,73 5,56 10,59 3,67 0,00 0,25 0,30 23,94 51 16,27 2,85 0,02 0,21 0,24 4,65	7,89 24,31 7,44 22,07 18,95 17,57 10,43 106,31 221 3,34 17,35 9,84 15,06 8,34 18,29	807,07  68,63  164,06  177,57  132,59  70,71  73,69  48,35  722,49  1530  228,25  101,12  37,80  63,16  38,68  172,42	8,38 6,62 53,22 11,63 7,40 2,10 1,50 <b>90,85</b> <b>163</b> 40,41 11,88 1,12 1,80 1,20 65,10

	Салат из отварной свеклы с сыром и						
40/1	растительным маслом	60	1,56	4,36	5,12	63,06	5,60
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	3,20	3,66	16,76		9,59
40/2	Гренки (сухарики)	20	1,71	0,19	10,24	50,40	1,44
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	17,01	3,61	9,29		36,80
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	4,68	29,26		11,24
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,60	10,48
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
	Итого за 'Обед'	840	34,53	16,32	122,31	758,31	78,75
	Итого за день	1680	58,63	35,91	176,25	1399,73	135,16
	10 день						
	Завтрак						
6/7	Рыба, запеченная в молочном соусе	100	12,05	5,63	5,74	121,53	30,73
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59	11,63
30/10	Чай с молоком	200	2,92	3,16	14,44	95,20	7,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	30	2,01	0,21	15,06	63,16	1,80
пром.	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,34	38,68	1,20
пром.	Мандарины	230	1,84	0,46	21,62	93,38	56,35
	Итого за 'Завтрак'	730	23,25	13,36	87,28	544,53	109,03
	Обед						
	Салат из отварного картофеля с зеленым						
42/1	горошком и растительным маслом	60	1,85	4,35	7,47	74,48	8,75
4/2	Борщ с картофелем	250	2,18	5,47	17,26	121,45	9,92
7/8	Бефстроганов из отварного мяса говядины	90	14,52	15,48	5,94	220,46	59,63
11/3	Капуста тушеная	150	3,50	2,85	17,35	101,12	11,88
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0,10	19,49	74,32	6,57
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43		1,50
	Итого за 'Обед'	810	25,99	28,80	88,27	713,86	100,35
	Итого за день	1540	49,24	42,16	175,55	1258,39	209,38
	Итого за период	15445	549	407	1872	13730	1678

	<u> </u>						
No	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал	Цена, руб.
	1 день		всего	всего	ды, г		
	Обед						
	Салат из отварного картофеля, моркови и						
47/1	репчатого лука с растительным маслом	60	0,91	3,68	7,11	63,74	3,77
19/2	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	8,48	5,25	19,75	157,97	
36/8	Тефтели из мяса говядины с рисом	90	11,65	11,78	11,78		
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	4,68	29,26		
6/10	Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8	200 35	1,02 2,34	0,06 0,25	23,18 17,57	87,60 73,69	10,48
пром. пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,23	10,43		
пром.	Мандарины	115	0,92	0,30	10,43		
11p 011	Итого за 'Обед'	925	32,72	25,98	119,07	861,79	
	Полдник		- ,	- , -	. , .	, , ,	,
4/8	Плов из мяса говядины	150	11,10	12,38	27,53	264,94	41,80
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84		
	Итого за 'Полдник'	350	11,18	12,40	37,37		
	Итого за день	1275	43,90	38,38	156,44	1164,53	146,67
	2 день						
	Обед	<del> </del>					
42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	60	1,85	4,35	7,47	74,48	8,75
28/2	Суп-пюре гороховый	250	6,84	2,46	22,81	134,13	
40/2	Гренки (сухарики)	20	1,71	0,19	10,24		
	О Жаркое по-домашнему	200	18,75	15,85	22,78		
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	0,00	0,00	18,95	70,71	7,40
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	
	Итого за 'Обед'	790	31,91	22,68	105,64	730,30	112,52
	Полдник						_
	Каша геркулесовая молочная с маслом						
8/4	сливочным	150	4,79	5,56	21,87	154,20	
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80	
пром.	Бананы Итого за 'Полдник'	230 <b>580</b>	3,45 <b>8,24</b>	1,15 <b>6,71</b>	52,21 <b>96,41</b>	219,65 <b>465,39</b>	
	Итого за день	1370	40,15	29,39	202,05		
	3 день	1570	40,12	27,07	202,00	11/0,0/	101,77
	Обед						
	Салат из отварного картофеля, кукурузы и						
44/1	репчатого лука с растительным маслом	60	1,08	3,73	7,89	68,63	8,38
14/2	Суп картофельный с крупой	250	3,37	5,49	22,85	151,27	6,66
-	Мясо говядины отварное	20	5,36	3,84	0,00	55,99	
7/7	Рыба, запеченная с сыром	100	22,25	9,10	0,00		
3/3	Картофельное пюре	150	3,11	3,67	22,07	132,59	
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	9,83		
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57		<u> </u>
пром.	Хлеб ржаной ————————————————————————————————————	25 310	1,65	0,30	10,43		
	Йогурт питьевой 2,6% Итого за 'Обед'	1150	12,71 <b>39,11</b>	4,65 <b>26,24</b>	18,29 <b>88,34</b>		
	Полдник	1130	39,11	20,24	00,54	712,74	113,0
	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с						
17/4	маслом сливочным	150	3,75	4,89	19,81	137,12	9,49
6/10	Компот из изюма	200	0,35	0,00	23,31		
	Итого за 'Полдник'	350	4,10	4,89	43,12		
	Итого за день	1500	43,21	31,13	131,46		
	4 день						
	Обед	_					
	Салат из отварной свеклы с сыром и				_		I
	1						
40/1 22/2	растительным маслом Суп-лапша на курином бульоне	60 250	1,56 10,43	4,36 4,71	5,12 16,36		

	_ <del>_</del>						
4/9	Плов из мяса кур (филе)	250	26,11	4,88	47,91	338,59	63,25
30/10	Чай с молоком	200	2,92	3,16	14,44	95,20	7,32
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
пром.	Пряники	40	2,36	1,88	30,84	146,70	6,80
	Итого за 'Обед'	1085	45,02	17,65	111,84	913,60	105,19
	Полдник						
54-9м-2	0 Жаркое по-домашнему	150	14,06	11,89	17,08	230,22	64,96
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80	1,12
	Итого за 'Полдник'	350	14,41	12,24	37,02	310,18	66,08
	Итого за день	1435	59,43	29,89	148,86	1223,78	171,27
	5 день		,	,	,	,	,
	Обед						
	Салат из отварного картофеля с соленым						
	огурцом, репчатым луком и растительным						
41/1	маслом	60	0,84	3,68	6,21	60,58	6,20
11/2	Рассольник с крупой и сметаной (вариант 2)	250					
11/2	Голубцы с мясом говядины и рисом	230	2,35	5,42	18,87	131,57	12,41
40/0		120	7.50	7.76	7.71	120.20	25.61
48/8	(ленивые)	120	7,52	7,76	7,71	129,29	35,61
1/3	Картофель отварной	150	2,89	3,29	23,87	135,49	11,37
14/10	Компот из чернослива	200	0,45	0,14	22,76	88,57	12,35
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
пром.	Яблоки	180	0,72	0,72	20,88	87,62	29,70
	Итого за 'Обед'	1020	18,77	21,54	128,29	755,15	111,24
F	Полдник						
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	3,98	3,81	22,10	137,51	7,43
пром.	Напиток с витаминами Витошка	200	0,00	0,00	18,95	70,71	7,40
TIP O III							
-	Йогурт "Растишка"	100	3,80	3,00	12,40	89,32	40,00
-		100 <b>450</b>	3,80 <b>7,78</b>	3,00 <b>6,81</b>	12,40 <b>53,45</b>	89,32 <b>297,54</b>	54,83
-	Йогурт "Растишка"						
-	<mark>Йогурт "Растишка"</mark> Итого за 'Полдник'	450	7,78	6,81	53,45	297,54	54,83
-	<mark>Йогурт "Растишка"</mark> Итого за 'Полдник' Итого за день	450	7,78	6,81	53,45	297,54	54,83
-	Йогурт "Растишка" Итого за 'Полдник' Итого за день 6 день Обед	450	7,78	6,81	53,45	297,54	54,83
	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и	450 1470	7,78 26,55	6,81 28,35	53,45 181,74	297,54 1052,69	54,83 166,07
47/1	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	450	7,78	6,81	53,45	297,54	54,83
47/1	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными	450 1470	7,78 26,55	6,81 28,35	53,45 181,74	297,54 1052,69	54,83 166,07
47/1	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями	450 1470 60 250	7,78 26,55 0,91 3,21	3,68 2,45	53,45 181,74 7,11 23,60	297,54 1052,69 63,74	3,77 6,57
47/1 18/2 41/2	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные	450 1470 60 250 20	7,78 26,55 0,91 3,21 4,10	3,68 2,45 2,94	7,11 23,60 0,24	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64	3,77 6,57 17,60
47/1	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями	450 1470 60 250	7,78 26,55 0,91 3,21	3,68 2,45	53,45 181,74 7,11 23,60	297,54 1052,69 63,74	3,77 6,57
47/1 18/2 41/2	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные	450 1470 60 250 20	7,78 26,55 0,91 3,21 4,10	3,68 2,45 2,94	7,11 23,60 0,24	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64	3,77 6,57 17,60
47/1 18/2 41/2 9/8	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски	450 1470 60 250 20 100	7,78 26,55 0,91 3,21 4,10 12,74	3,68 2,45 2,94 14,22	7,11 23,60 0,24 2,91	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04	3,77 6,57 17,60 35,34
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами	450 1470 60 250 20 100 150	7,78 26,55 0,91 3,21 4,10 12,74 8,61	3,68 2,45 2,94 14,22 6,83	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов	450 1470 60 250 20 100 150 200	7,78 26,55 0,91 3,21 4,10 12,74 8,61 1,02	3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром.	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной	450 1470 60 250 20 100 150 200 35	7,78 26,55 0,91 3,21 4,10 12,74 8,61 1,02 2,34	3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром.	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310	7,78 26,55 0,91 3,21 4,10 12,74 8,61 1,02 2,34 1,65 12,71	3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50 65,10
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром.	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов  Хлеб крестьянский с Валитек-8  Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6% Итого за 'Обед'	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25	7,78 26,55 0,91 3,21 4,10 12,74 8,61 1,02 2,34 1,65	3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром.	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6%  Итого за 'Обед' Полдник	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310	7,78 26,55 0,91 3,21 4,10 12,74 8,61 1,02 2,34 1,65 12,71	3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50 65,10
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром.	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6% Итого за 'Обед' Полдник Голубцы с мясом говядины и рисом	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310	7,78 26,55 0,91 3,21 4,10 12,74 8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58	3,68  2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65 30,70	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50 65,10 88,81
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром.	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6%  Итого за 'Обед' Полдник	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310 1150	7,78 26,55 0,91 3,21 4,10 12,74 8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58	3,68  2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65 30,70	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50 65,10 88,81
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром.	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8  Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6%  Итого за 'Обед' Полдник  Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Чай	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310 1150	7,78 26,55  0,91  3,21 4,10 12,74  8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58  12,53 0,08	3,68  2,45  2,94  14,22  6,83  0,06  0,25  0,30  4,65  30,70	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80 215,48 37,80	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50 65,10 88,81
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром.	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6% Итого за 'Обед' Полдник  Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Чай Итого за 'Полдник'	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310 1150 200 200 200 400	7,78 26,55  0,91  3,21  4,10 12,74  8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58  12,53 0,08 12,61	3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65 30,70  12,93 0,02 12,95	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80 215,48 37,80 253,28	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50 65,10 88,81
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром.	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов  Хлеб крестьянский с Валитек-8  Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6%  Итого за 'Обед' Полдник Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Чай  Итого за 'Полдник' Итого за день	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310 1150	7,78 26,55  0,91  3,21 4,10 12,74  8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58  12,53 0,08	3,68  2,45  2,94  14,22  6,83  0,06  0,25  0,30  4,65  30,70	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80 215,48 37,80	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50 65,10 88,81
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром.	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6% Итого за 'Обед' Полдник  Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Чай Итого за 'Полдник' Итого за день 7 день	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310 1150 200 200 200 400	7,78 26,55  0,91  3,21  4,10 12,74  8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58  12,53 0,08 12,61	3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65 30,70  12,93 0,02 12,95	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80 215,48 37,80 253,28	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50 65,10 88,81
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром.	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8  Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6%  Итого за 'Обед' Полдник Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Чай Итого за День 7 день Обед	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310 1150 200 200 200 400	7,78 26,55  0,91  3,21  4,10 12,74  8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58  12,53 0,08 12,61	3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65 30,70  12,93 0,02 12,95	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80 215,48 37,80 253,28	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50 65,10 88,81
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8  Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6%  Итого за 'Обед' Полдник  Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Чай Итого за 'Полдник' Итого за день 7 день Обед  Салат из припущенной моркови с	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310 1150 200 200 400 1550	7,78 26,55  0,91  3,21 4,10 12,74  8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58  12,53 0,08 12,61 47,19	6,81 28,35 3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65 30,70 12,93 0,02 12,95 43,65	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67  12,84 9,84 22,68 153,35	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80 215,48 37,80 253,28 1327,08	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50 65,10 88,81  59,35 1,12 60,47 149,28
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром 48/8 27/10	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6% Итого за 'Обед' Полдник Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Чай Итого за 'Полдник' Итого за день 7 день Обед Салат из припущенной моркови с растительным маслом	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310 1150 200 400 1550	7,78 26,55  0,91  3,21  4,10 12,74  8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58  12,53 0,08 12,61 47,19  0,69	3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65 30,70  12,93 0,02 12,95 43,65	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67  12,84 9,84 22,68 153,35	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80 215,48 37,80 253,28 1327,08	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 1,50 65,10 88,81  59,35 1,12 60,47 149,28
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром  48/8 27/10	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6% Итого за 'Обед' Полдник  Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Чай Итого за 'Полдник' Итого за день 7 день Обед  Салат из припущенной моркови с растительным маслом Суп молочный с лапшой	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310 1150 200 400 1550	7,78 26,55  0,91  3,21 4,10 12,74  8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58  12,53 0,08 12,61 47,19  0,69 6,61	6,81 28,35 3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65 30,70 12,93 0,02 12,95 43,65	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67  12,84 9,84 22,68 153,35	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80 215,48 37,80 253,28 1327,08	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 65,10 88,81 59,35 1,12 60,47 149,28
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6% Итого за 'Обед' Полдник Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Чай Итого за 'Полдник' Итого за день 7 день Обед Салат из припущенной моркови с растительным маслом Суп молочный с лапшой Запеканка (сырники) из творога	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310 1150 200 400 1550 60 250 150	7,78 26,55  0,91  3,21 4,10 12,74  8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58  12,53 0,08 12,61 47,19  0,69 6,61 25,35	6,81 28,35 3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65 30,70 12,93 0,02 12,95 43,65	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67  12,84 9,84 22,68 153,35	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80 215,48 37,80 253,28 1327,08	54,83 166,07 3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 65,10 88,81 59,35 1,12 60,47 149,28 3,77 13,93 55,60
47/1 18/2 41/2 9/8 40/3 6/10 пром. пром  48/8 27/10	Йогурт "Растишка"  Итого за 'Полдник'  Итого за день 6 день Обед  Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом Суп картофельный с макаронными изделиями Фрикадельки мясные Печень по-строгановски  Каша гречневая рассыпчатая с овощами Компот из сухофруктов Хлеб крестьянский с Валитек-8 Хлеб ржаной Йогурт питьевой 2,6% Итого за 'Обед' Полдник  Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) Чай Итого за 'Полдник' Итого за день 7 день Обед  Салат из припущенной моркови с растительным маслом Суп молочный с лапшой	450 1470 60 250 20 100 150 200 35 25 310 1150 200 400 1550	7,78 26,55  0,91  3,21 4,10 12,74  8,61 1,02 2,34 1,65 12,71 34,58  12,53 0,08 12,61 47,19  0,69 6,61	6,81 28,35 3,68 2,45 2,94 14,22 6,83 0,06 0,25 0,30 4,65 30,70 12,93 0,02 12,95 43,65	7,11 23,60 0,24 2,91 45,65 23,18 17,57 10,43 18,29 130,67  12,84 9,84 22,68 153,35	297,54 1052,69 63,74 127,39 43,64 191,04 265,93 87,60 73,69 48,35 172,42 1073,80 215,48 37,80 253,28 1327,08	3,77 6,57 17,60 35,34 11,45 10,48 2,10 65,10 88,81 59,35 1,12 60,47 149,28

	<u> </u>						
пром.	Батон с каротином	45	2,94	0,99	23,99	115,89	3,20
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
пром.	Апельсины	200	1,80	0,40	20,60	88,96	44,00
	Итого за 'Обед'	960	43,19	32,99	111,16	989,12	96,03
	Полдник						
	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с						
17/4	маслом сливочным	150	3,75	4,89	19,81	137,12	9,49
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0,10	19,49	74,32	6,57
<u> </u>	Итого за 'Полдник'	350	3,98	4,99	39,30	211,44	16,06
	Итого за день	1310	47,17	37,98	150,46	1200,56	112,09
	8 день		,	- ,	,		,
	Обед						
	Салат из отварного картофеля, кукурузы и						
44/1	репчатого лука с растительным маслом	60	1,08	3,73	7,89	68,63	8,38
16/2	Суп картофельный с бобовыми	250	5,54	5,56	24,31	164,06	6,62
10/2	Фрикадельки из мяса говядины	230	3,34	3,30	27,31	104,00	0,02
39/8	1 -	90	13,04	10,59	7,44	177,57	53,22
3/3	припущенные	150	3,11	3,67	22,07	132,59	11,63
	Картофельное пюре	200			18,95		
пром.	Напиток с витаминами Витошка		0,00	0,00		70,71	7,40
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
	Итого за 'Обед'	810	26,63	23,94	106,31	722,49	90,85
	Полдник						
пром.	Пряники	80	4,72	3,76	61,68	293,39	13,60
-	Какао с молоком и витаминами Витошка	200	3,78	3,72	13,14	96,54	11,74
пром.	Мандарины	230	1,84	0,46	21,62	93,38	56,35
	Итого за 'Полдник'	510	10,34	7,94	96,44	483,31	81,69
	Итого за день	1320	36,97	31,88	202,75	1205,80	172,54
	9 день		,	,	,	,	,
	Обед						
	Салат из отварной свеклы с сыром и						
40/1	растительным маслом	60	1,56	4,36	5,12	63,06	5,60
29/2	Суп-пюре из картофеля	250	3,20	3,66	16,76	111,34	9,59
40/2	Гренки (сухарики)	20	1,71	0,19	10,76	50,40	1,44
							·
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур (вариант 2)	100	17,01	3,61	9,29	137,99	36,80
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150	6,67	4,68	29,26	185,88	11,24
6/10	Компот из сухофруктов	200	1,02	0,06	23,18	87,60	10,48
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
	Итого за 'Обед'	840	34,53	16,32	122,31	758,31	78,75
	Полдник						
54-9м-2	01 Жаркое по-домашнему	150	14,06	11,89	17,08	230,22	64,96
27/10	Чай	200	0,08	0,02	9,84	37,80	1,12
	Итого за 'Полдник'	350	14,14	11,91	26,92	268,02	66,08
	Итого за день	1190	48,67	28,23	149,23	1026,33	144,83
	10 день						
	Обед						
	Салат из отварного картофеля с зеленым						
42/1	горошком и растительным маслом	60	1,85	4,35	7,47	74,48	8,75
4/2	Борщ с картофелем	250	2,18	5,47	17,26	121,45	9,92
	1				·		
7/8	Бефстроганов из отварного мяса говядины	90	14,52	15,48	5,94	220,46	59,63
11/3	Капуста тушеная	150	3,50	2,85	17,35	101,12	11,88
37/10	Напиток из шиповника (вариант 2)	200	0,24	0,10	19,49	74,32	6,57
пром.	Хлеб крестьянский с Валитек-8	35	2,34	0,25	17,57	73,69	2,10
пром.	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	10,43	48,35	1,50
	Итого за 'Обед'	810	25,99	28,80	88,27	713,86	100,35
	Полдник						
	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	1					
7/4	сливочным	150	3,76	5,24	24,09	157,64	10,38
29/10	Чай с лимоном	200	0,12	0,02	9,83	38,66	2,53
<del>-</del>							_

Итого за 'Полдник'	350	3,88	5,27	33,93	196,30	12,91
Итого за день	1160	29,87	34,07	122,20	910,16	113,26
Итого за период	13580	423	333	1599	11446	1469