

[illegible]

	Каша манная молочная с маслом сливочным	150/5	4,74	5,81	30,15	192,63	1,02	548/196	Каша манная молочная с маслом сливочным	200/6,67	6,28	7,78	40,17	256,76	1,37	548/196
	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб цельнозерновой)	30/5	2,02	3,9	11,47	92,75	0	57/1	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб цельнозерновой йодообогатенный)	40/10	2,72	7,61	15,33	145,7		57/1
	Чай с сахаром	150/8	0,15	0	8,01	33,35	0,75	1203/437	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15,01	61,76	0,1	1203/437
Второй завтрак																
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	3		Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	4	
Обед																
	Икра морковная	50	0,85	4,023	5,45	79,06	0	75/105	Икра морковная	60	1,01	4,83	6,54	94,87	0	75/105
	Суп с макаронными изделиями и картофелем	150	1,63	1,75	11,04	66,53	6,9	318/107	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,71	2,95	18,79	107,85	11,5	318/107
	Биточки мясные из мяса говядины тушеные в соусе красном основном	60/30	9,62	11,27	7,13	169,81	1,88	841/322	Биточки мясные из мяса говядины тушеные в соусе красном основном	80/50	12,94	14,75	10,24	227,3	2,94	841/322
	Гарнир из крупы гречневой	120	5,34	4,54	27,62	178,38	0	931/363	Гарнир из крупы гречневой	150	6,67	5,67	34,53	222,97	0	931/363
	Хлеб пшеничный	60	3,96	0,54	22,8	11,94	0		Хлеб пшеничный	80	5,28	0,72	30,4	159,2	0	
	Компот из сухофруктов (С- витаминизация)	150	0,59	0,12	17,02	70,43	0	1113/409	Компот из сухофруктов (С- витаминизация)	200	0,78	0,16	19,98	93,9	0	1113/409
Полдник																
	Оладьи с повидлом	60/10	4,86	1,49	32,1	159,84	0,44	1309/471	Оладьи с повидлом	80/20	6,48	2,01	45,33	227,28	0,59	1309/471
	Какао с молоком	150	2,91	2,41	18,67	75,09	0,98	1222/442	Какао с молоком	200	3,87	3,2	24,9	148,72	1,3	1222/442
	Итого за второй день		37,42	36,003	206,61	1198,81	14,97		Итого за второй день		49,94	49,88	281,42	1838,31	21,8	
День 3																
Завтрак																
	Каша манная кукурузная с маслом сливочным	150/5	4,25	5,64	32,48	198,28	0,88	548/196	Каша манная кукурузная с маслом сливочным	200/6,67	5,67	7,54	43,28	264,27	1,18	548/196

	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб цельнозерновой)	30/5	2,02	3,9	11,47	92,75	0	57/1	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб цельнозерновой)	40/10	2,72	7,61	15,33	145,7		57/1
	Сыр (порциями)	10..	2,8	2,9	0	36	0	13/28	Сыр (порциями)	10..	2,8	2,9	0	36	0	13/28
	Чай с сахаром	150/8	0,15	0	8,01	33,35	0,75	1203/437	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15,01	61,76	0,1	1203/437
Второй завтрак																
	Фрукты свежие (яблоки)	1 шт							Фрукты свежие (яблоки)	1 шт						
Обед																
	Капуста тушеная	50	1,45	1,75	5,9	45,94	0	154/440	Капуста тушеная	60	1,74	2,1	7,08	55,13	0	154/440
	Борщ с фасолью и картофелем	150	2,6	3	9,8	72,29	13,83	87/226	Борщ с фасолью и картофелем	200	4,31	3,99	16,33	120,48	23,06	87/226
	Зразы рубленые из мяса птицы с омлетом и овощами	60	8,64	13,74	4,36	176,68	1,68	929/362	Плов из мяса птицы	230 (80/150)	21,07	27,67	3,34	347,06	7,6	891-1/346
	Гарнир из крупы рисовой	120	3,28	5,04	26,98	166,58	0	934/364								
	Хлеб пшеничный	60	3,96	0,54	22,8	11,94	0		Хлеб пшеничный	80	5,28	0,72	30,4	159,2	0	
	Кисель плодово-ягодный (С-витаминизация)	150	0	0	9,82	39,47	0	1131/414	Кисель плодово-ягодный (С-витаминизация)	200	0	0	13,1	52,62	0	1131/414
Полдник																
	Лапшевник с творогом со стухнутым молоком	60/10	6,82	3,33	18,21	130,98	0,2	615/221	Лапшевник с творогом со стухнутым молоком	80/20	9,58	4,98	29	193,45	0,34	615/221
	Ряженка 4%	150	4,2	4,8	7,05	87		443/1226	Ряженка 4%	200	5,6	6,4	9,4	116		443/1226
	Итого за третий день		40,17	44,64	156,88	1091,26	17,34		Итого за третий день		58,97	63,91	182,27	1551,67	32,28	
День 4																
Завтрак																
	Суп молочный из вермишели	150	3,55	3	16,96	109,42	0,98	363/125	Суп молочный из вермишели	200	4,71	4	22,65	146,03	1,3	363/125
	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб ржаной)	30/5	2,02	3,9	11,47	92,75	0	57/1	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб ржаной)	40/10	2,72	7,61	15,33	145,7		57/1
	Чай с сахаром	150/8	0,15	0	8,01	33,35	0,75	1203/437	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15,01	61,76	0,1	1203/437

Второй завтрак	Фрукты свежие (яблоки)	1 шт							Фрукты свежие (яблоки)	1 шт								
Обед	Икра свекольная	50	0,92	4,36	3,39	82,44	0	105/75	Икра свекольная	60	1,07	5,24	4,06	102,99	0	105/75		
	Суп картофельный с горохом	150	3,55	3,58	6,84	88,78	6,9	306/102	Суп картофельный с горохом	200	5,92	4,97	19,36	146,22	11,5	306/102		
	Котлета рубленая из бройлера	60	9,39	11,03	5,04	157,28	1,58	927/361	Мясо птицы отварное	80	19,18	16,05	0	226,15	2,26	883/341		
	Гарнир из крупы пшеничной	120	7,72	3,52	33,65	188,8	0	931/363	Гарнир из крупы пшеничной	150	9,64	4,4	42,07	236	0	931/363		
	Хлеб пшеничный	60	3,96	0,54	22,8	11,94	0		Хлеб пшеничный	80	5,28	0,72	30,4	159,2	0			
	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	150	0,59	0,12	17,02	70,43	0	1113/409	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	200	0,78	0,16	19,98	93,9	0	1113/409		
Полдник	Булочка слоба ванильная	1шт/80	6,29	6,42	47,07	271,86	0	422/397н	Булочка слоба ванильная	1шт/80	6,29	6,42	47,07	271,86	0	422/397н		
	Какао с молоком	150	2,91	2,41	18,67	75,09	0,98	1222/442	Какао с молоком	200	3,87	3,2	24,9	148,72	1,3	1222/442		
	Итого за четвертый день		41,05	38,88	190,92	1182,14	11,19		Итого за четвертый день		59,66	52,77	240,83	1738,53	16,46			
День 5																		
Завтрак	Омлет натуральный	60	6,01	8,14	1,08	94,49	1,3	588/212	Яйцо вареное	1 шт	5,08	4,6	0,28	62,8	0	575/207		
	Икра кабачковая	60	0	0	0	0	0		Икра кабачковая	80	0	0	0	0	0			
	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб цельный йодобогатенный)	30/5	2,02	3,9	11,47	92,75	0	57/1	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб цельный йодобогатенный)	40/10	2,72	7,61	15,33	145,7	0,1	1203/437		
	Чай с сахаром	150/8	0,15	0	8,01	33,35	0,75	1203/437	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15,01	61,76	0,1	1203/437		
Второй завтрак	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	3		Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	4			
Обед	Капуста тушеная	50	1,45	1,75	5,9	45,94	0	154/440	Капуста тушеная	60	1,74	2,1	7,08	55,13	0	154/440		

	Щи со свежей капустой и картофелем со сметаной	150/5	1,6	4,41	6,76	73,27	18,69	282/93	Щи со свежей капустой и картофелем со сметаной	200/10	2,4	7,48	11,18	122,73	30,67	282/93
	Котлета мясо-картофельная из мяса говядины	60	9,77	11,82	2,49	155,18	3	842/322	Котлета мясо-картофельная из мяса говядины	80	13,17	15,85	3,29	208,35	4	842/322
	Гарнир из крупы ячневой	120	4,04	3,56	26,21	152,96	0	931/363	Гарнир из крупы ячневой	150	5,04	4,45	32,74	191,04	0	931/363
	Хлеб пшеничный	60	3,96	0,54	22,8	11,94	0		Хлеб пшеничный	80	5,28	0,72	30,4	159,2	0	
	Кисель плодово-ягодный (С-витаминизация)	150	0	0	9,82	39,47	0	1131/414	Кисель плодово-ягодный (С-витаминизация)	200	0	0	13,1	52,62	0	1131/414
Полдник																
	Печенье весовое	40	3	4,72	4,72	166,84	0		Печенье весовое	60	4,5	7,08	44,94	250,26	0	
	Кофейный напиток с молоком	150	1,39	1,26	39,57	175,46	0,49	1221/442	Кофейный напиток с молоком	200	2	1,83	22,96	116,72	0,62	1221/442
	Итого за пятый день		32,75	38,99	114,41	935,19	26,74		Итого за пятый день		41,13	50,09	193,55	1401,59	38,77	
День 6																
Завтрак	Суп молочный из вермишели	150	3,55	3	16,96	109,42	0,98	363/125	Суп молочный из вермишели	200	4,71	4	22,65	146,03	1,3	363/125
	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб цельнозерновой)	30/5	2,02	3,9	11,47	92,75	0	57/1	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб цельнозерновой)	40/10	2,72	7,61	15,33	145,7		57/1
	Чай с сахаром	150/8	0,15	0	8,01	33,35	0,75	1203/437	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15,01	61,76	0,1	1203/437
Второй завтрак																
	Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	3		Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	4	
Обед	Икра свекольная	50	0,92	4,36	3,39	82,44	0	105/75	Икра свекольная	60	1,07	5,24	4,06	102,99	0	105/75
	Суп картофельный с крупой рисовой	150	2,5	3	21,94	171,37	2,1	101/304	Суп картофельный с крупой рисовой	200	3,03	3,67	26,32	205,62	2,7	101/304

Тфтели рыбные, тушеный в томатном соусе	60/30	9,23	8,43	3,17	125,88	1,39	675/253	Рыба (непластованная кусками) припущенная в томатном соусе	130/80/50	16	3,2	4,6	113,54	629/229
Гарнир картофель отварной	120	2,59	3,78	22,15	143,52	0	366/944	Гарнир картофель отварной	150	3,24	4,72	27,68	179,42	0 366/944
Хлеб пшеничный	60	3,96	0,54	22,8	11,94	0		Хлеб пшеничный	80	5,28	0,72	30,4	159,2	0
Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	150	0,59	0,12	17,02	70,43	0	1113/409	Компот из сухофруктов (С-витаминизация)	200	0,78	0,16	19,98	93,9	0 1113/409
Пряник весовой	40	1,92	1,12	31,08	134,32	0		Пряник весовой	40	1,92	1,12	31,08	134,32	0
Какао с молоком	150	2,91	2,41	18,67	75,09	0,98	1222/442	Какао с молоком	200	3,87	3,2	24,9	148,72	1,3 1222/442
Итого за шестой день		31,09	30,81	191,81	1119,51	9,2		Итого за шестой день		43,82	33,84	242,21	1583,2	9,4
День 7														
Завтрак														
Каша манная молочная с маслом сливочным	150/5	4,74	5,81	30,15	192,63	1,02	548/196	Каша манная молочная с маслом сливочным	200/6,67	6,28	7,78	40,17	256,76	1,37 548/196
Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб цельный йодообогатщенный)	30/5	2,02	3,9	11,47	92,75	0	57/1	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб цельный йодообогатщенный)	40/10	2,72	7,61	15,33	145,7	57/1
Чай с сахаром	150/8	0,15	0	8,01	33,35	0,75	1203/437	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15,01	61,76	0,1 1203/437
Второй														
Сок фруктовый	150	0,75	0,15	15,15	69	3		Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	4
Обед														
Икра морковная	50	0,85	4,023	5,45	79,06	0	75/105	Икра морковная	60	1,01	4,83	6,54	94,87	0 75/105
Борщ с фасолью и картофелем	150	2,6	3	9,8	72,29	13,83	87/226	Борщ с фасолью и картофелем	200	4,31	3,99	16,33	120,48	23,06 87/226
Биточки мясные из мяса говядины тушеные в соусе красном основном	60/30	9,62	11,27	7,13	169,81	1,88	841/322	Биточки мясные из мяса говядины тушеные в соусе красном основном	80/50	12,94	14,75	10,24	227,3	2,94 841/322
Гарнир из макаронных изделий	120	4,64	4,25	28,4	170,33	0	940/365	Гарнир из макаронных изделий	150	5,8	5,33	35,5	212,94	0 940/365
Хлеб пшеничный	60	3,96	0,54	22,8	11,94	0		Хлеб пшеничный	80	5,28	0,72	30,4	159,2	0

[illegible]

	Ленивые вареники со ступенным молоком	60/10	1,92	1,12	31,08	134,32	0		Ленивые вареники со ступенным молоком	80/20	1,92	1,12	31,08	134,32	0	
	Какао с молоком	150	2,91	2,41	18,67	75,09	0,98	1222/442	Какао с молоком	200	3,87	3,2	24,9	148,72	1,3	1222/442
	Итого за восьмой день		37,47	40,14	189,43	1158,75	10,9		Итого за восьмой день		54,14	53,36	221,18	1565,25	16,36	
День 9																
Завтрак																
	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	150/5	4,06	6,2	28,23	185,71	1,03	548/196	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	200/6,67	5,42	8,28	37,62	247,55	1,37	548/196
	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб ржаной)	30/5	2,02	3,9	11,47	92,75	0	57/1	Бутерброды с маслом сливочным (Хлеб ржаной)	40/10	2,72	7,61	15,33	145,7		57/1
	Чай с сахаром	150/8	0,15	0	8,01	33,35	0,75	1203/437	Чай с сахаром	200/15	0,2	0	15,01	61,76	0,1	1203/437
Второй									Фрукты свежие (яблоки)	1 шт						
Обед																
	Икра свекольная	50	0,92	4,36	3,39	82,44	0	105/75	Икра свекольная	60	1,07	5,24	4,06	102,99	0	105/75
	Борщ со свежей капустой и картофелем со сметаной	150/5	1,48	4,28	8,74	115,69	11,88	262/85	Борщ с картофелем и картофелем со сметаной	200/10	2,32	7,86	13,73	120,88	19,89	262/85
	Котлета рубленая из борлера	60	9,39	11,03	5,04	157,28	1,58	927/361	Мясо птицы отварное	80	19,18	16,05	0	226,15	2,26	883/341
	Гарнир из крупы пшеничной	120	7,72	3,52	33,65	188,8	0	931/363	Гарнир из крупы пшеничной	150	9,64	4,4	42,07	236	0	931/363
	Хлеб пшеничный	60	3,96	0,54	22,8	11,94	0		Хлеб пшеничный	80	5,28	0,72	30,4	159,2	0	
	Кисель	150	0	0	9,82	39,47	0	1131/414	Кисель	200	0	0	13,1	52,62	0	1131/414
Полдник																
	Ватрушка с творогом	60	4,43	5,09	29,54	176	0		Ватрушка с творогом	80	5,33	5,59	36,78	201,8	0	
	Кофейный напиток с молоком	150	1,39	1,26	39,57	175,46	0,49	1221/442	Кофейный напиток с молоком	200	2	1,83	22,96	116,72	0,62	1221/442
	Итого за девятый день		34,13	38,92	160,69	1083,43	15,24		Итого за девятый день		51,16	55,75	208,1	1554,65	23,62	
День 10																
Завтрак																
	Омлет натуральный	60	6,01	8,14	1,08	94,49	1,3	588/212	Яйцо вареное	1 шт	5,08	4,6	0,28	62,8	0	575/207

