

			итого			700	24,9	25,76	93,79	706,6		97,77
1	4	Итого за день:				1200	40,32	37,83	186,11	1246,19		195,54
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	77	296		22,52
			гор.блюдо	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	116	377		27,53
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	82	378		36,7
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120			9,18
			фрукты									
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	75	14		1,84
			итого		500	25,18	16,65	49,83	470			97,77
1	5	Обед	закуска	Салат из свеклы с яблоками №28	70	0,7	4,2	7,7	79	28		24,35
			1 блюдо	Суп картофельный №112	200	2,6	2,7	8,6	80	112		27,52
			2 блюдо	Плов с курицей №291	120	13,56	8,38	28,58	266	291		30,53
			гарнир									
			напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,09	8,55	39	459		8,17
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	110	7,89	1	48,29	241			7,2
			хлеб черн.									
			итого		700	24,78	16,37	101,72	705			97,77
1	5	Итого за день:				1200	49,96	33,02	151,55	1175		195,54
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Рыба припущенная	90	13	0,5	0,8	60	296		19,77
			гор.блюдо	Рис отварной №304	250	2,43	3,58	24,46	130	304		18,35
			гор.напиток									
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	109			45,89
			фрукты									
			сладкое	Булочка домашняя	90	4,2	6,7	27,8	172			11,01
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	20	0,12	12,3	0,19	116	14		2,75
			итого		500	23,69	23,58	77,39	587			97,77
2	1	Обед	закуска	Салат из квашеной капусты с луком №9	100	1,6	6	8,2	103	9		24,35
			1 блюдо	Борщ со свежей капустой и томатом №83	205	5,01	3,8	12	114	83		27,52
			2 блюдо	Макаронные изделия отварные с маслом №203	120	5,46	5,79	30,46	196	203		30,53
			гарнир									
			напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,09	8,55	39	459		8,17
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	5,53	0,7	33,81	185			6,2
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	20	0,12	12,3	0,19	98	14		1
			итого		705	17,75	28,68	93,21	735			97,77
2	1	Итого за день:				1205	41,44	52,26	170,6	1322		195,54
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Сырники из творога запеченные №286	150	15,8	5,3	17,9	199	286		27,53
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	82	378		36,71
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	117			9,18
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	76	338		24,35
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	79	14		
			итого		510	22,54	15,75	74,87	553			97,77
2	2	Обед	закуска									
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5,04	2,86	11,68	92,62	113		18,35
			2 блюдо	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	262,7			23,25
			гарнир	Греча отварная №4.3	150	8,59	6,09	38,64	243,73	313		24,35
			напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35,13	459		4,09
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187,04			27,73
			хлеб черн.									
			итого		700	28,56	26,09	122,79	821,22			97,77
2	2	Итого за день:				1210	51,1	41,84	197,66	1374,22		195,54
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка из творога №279	150	23,85	11,55	22,5	289,35	279		27,53
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39,02	459		33,04
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	121			11,01
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	72	338		24,35
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	65	14		1,84
			итого		500	29,89	20,85	73,07	586,37			97,77
2	3	Обед	закуска									
			1 блюдо	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	98	127		18,35
			2 блюдо	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	282			23,25
			гарнир	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	210	304		24,35
			напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35	459		4,09
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187			27,73
			хлеб черн.									
			итого		700	24,49	25,13	121,78	812			97,77

2	3	Итого за день:			1200	54,38	45,98	194,85	1398,37		195,54
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	203		24,35
			гор.блюдо	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	151	313	12,85
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,1	9,5	39	459	33,04
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	117		9,18
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	76	338	18,35
			итого		500	17,55	17,66	95,8	586		97,77
2	4	Обед	закуска	Салат из моркови с сухофруктами №24	80	0,84	4,27	11,34	87	24	24,35
			1 блюдо	Суп с фасолью №119	200	5,72	19,4	17,49	241	119	27,52
			2 блюдо	Плов с курицей №291	120	13,56	8,38	28,58	220	291	30,53
			гарнир								
			напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39	459	8,17
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	100	6,32	0,8	38,64	171		7,2
			хлеб черн.								
			итого		700	26,47	32,95	105,55	758		97,77
2	4	Итого за день:			1200	44,02	50,61	201,35	1344		195,54
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218		24,35
			гор.блюдо	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	130	304	12,85
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35	459	33,04
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	121		9,18
			фрукты	Яблоко №338	100	1,2	0,4	16,8	76	338	18,35
			итого		500	14,24	17,17	93,55	580		97,77
2	5	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп гороховый №127	200	5,92	2,62	12,62	98	127	24,35
			2 блюдо	Котлета куриная	90	8,58	16,25	25,28	282		23,25
			гарнир	Рис отварной №304	150	3,64	5,37	36,69	210	304	18,35
			напиток	Чай с лимоном №459	180	0,03	0,09	8,55	35	459	4,09
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	80	6,32	0,8	38,64	187		27,73
			хлеб черн.								
			итого		700	24,49	25,13	121,78	812		97,77
2	5	Итого за день:			1200	38,73	42,3	215,33	1392		195,54
		Среднее значение за период:			1202,5	44,029	44,54	184,71	1311,85		195,54