

			<i>итого</i>		660	30.9	23.9	98.67	749.26		0
1	2	Обед	закуска	винегрет	60	0.82	3.71	5.06	56.88	45	
			1 блюдо	суп молочный с крупой	200	4.82	1.02	16.83	132.4	94	
			2 блюдо	курица отварная	100	16.88	10.38	0	165	637	
			гарнир	рожки отварные	150	5.52	4.52	26.45	168.45	688	
			напиток	компот из сухофруктов	200	0.04	0	15.05	61.83	868	
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	40	2.8	0.4	18.4	88		
			хлеб черн.	хлеб ржано/пшеничный	50	3.8	1.9	33.3	130		
			<i>итого</i>		800	34.68	21.93	115.09	802.56		0
1	2	Итого за день:			1460	65.58	45.83	213.76	1551.82		0
1	3	Завтрак	гор.блюдо	запеканка творожная со сгущенным молоком	170	16.15	25.11	3	303.66	489	
				масло порционное	15	0	12.3	0.15	112.5	41	
			гор.напиток	чай с лимоном	200	0.04	0	15.05	61.86	15	
			хлеб бел.	батон нарезной	40	2.8	0.4	18.4	88		
			фрукты	яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47		
			<i>итого</i>		525	19.39	38.21	46.4	613.02		0
1	3		Обед		сыр порционный	20	4.64	5.9	0	72.8	42
		1 блюдо		борщ с мясом и со сметаной	200	1.45	3.93	100.2	82	170	
		2 блюдо		каша манная	200	6.24	6.1	19.7	158.64	390	
		напиток		какао на молоке	200	3.52	3.72	25.49	145.2	959	
		хлеб бел.		хлеб пшеничный	40	2.8	0.4	18.4	88		
		хлеб черн.		хлеб ржано/пшеничный	50	3.8	1.9	33.3	130		
		фрукты		фрукт	100	1.2	0	20.8	57.4	847	
		<i>итого</i>			810	23.65	21.95	217.89	734.04		0
		<i>итого</i>		1620	47.3	43.9	435.78	1468.08		0	
1	3	Итого за день:			2145	66.69	82.11	482.18	2081.1		0

1	4	Завтрак	гор.блюдо	плов из мяса птицы	200	16.5	23.2	28.8	394	351	
			гор.напиток	компот из сухофруктов	200	0.2	0.2	18.5	76.8	868	
			хлеб бел.	батон нарезной	40	2.8	0.4	18.4	88		
			закуска	салат из свежих огурцов с луком	60	0.46	3.65	1.43	40.38	10	
			сладкое	кондитерское изделие	50	3.8	4.9	37.5	208.5		
			<i>итого</i>		550	23.76	32.35	104.63	807.68		0
1	4	Обед	закуска	салат из свеклы с черносливом	60	1	3.7	10	78.9	33	
			1 блюдо	щи рыбные	200	1.45	3.93	100.2	178.3	55	
			2 блюдо	гуляш из субпродуктов	100	19.7	17.89	4.76	168.2	591	
			гарнир	каша гречневая	200	9.94	7.48	47.48	307.26	679	
			напиток	чай с сахаром	200	0.2	0	14	28	943	
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	40	2.8	0.4	18.4	88		
			хлеб черн.	хлеб ржано/пшеничный	50	3.8	1.9	33.3	130		
				кислота аскорбиновая	0.035						
			<i>итого</i>		850.035	38.89	35.3	228.14	978.66		0
1	4	Итого за день:			1400.035	62.65	67.65	332.77	1786.34		0
1	5	Завтрак	гор.блюдо	птица отварная	100	16.88	10.85	0	165	637	
				рожки отварные	150	5.52	4.52	26.45	168.15	688	
			гор.напиток	компот из кураги	200	0.04	0	24.76	94.2	868	
			хлеб бел.	батон нарезной	40	2.8	0.4	18.4	88		
			закуска	салат из свежих помидоров с луком	60	1.94	0.06	4.7	20.5	213	
			<i>итого</i>		550	27.18	15.83	74.31	535.85		0
1	5	Обед	закуска	салат "Степной"	60	1.2	4.5	4.65	64.5	15	
			1 блюдо	щи из свежей капусты с курятиной	200	1.4	3.91	6.79	67.8	187	
			2 блюдо	рыба тушеная на пару	100	13.52	0.52	0.25	60	245	
			гарнир	картофельное пюре	200	4.08	6.4	27.26	183	694	
			напиток	компот из сухофруктов	200	0.04	0	15.05	61.83	349	
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	40	2.8	0.4	18.4	88		
			хлеб черн.	хлеб ржано/пшеничный	50	3.8	1.9	33.3	130		
фрукты	фрукт	100	0.8	0	17.4	83.2	847				

				<i>итого</i>		950	27.64	17.63	123.1	738.33		0
1	5	Итого за день:				1500	54.82	33.46	197.41	1274.18		0
2	1	Завтрак	гор.блюдо	тефтели мясные		100	11.78	12.91	14.9	223	286	
				каша гречневая		150	7.45	5.61	35.83	230.44	679	
			гор.напиток	чай с лимоном		200	0.04	0	15.05	61.83	377	
			хлеб бел.	батон нарезной		40	2.8	0.4	18.4	88		
			закуска	салат из зеленого горошка с луком		60	1.3	0.04	3.1	13.68	10	
				<i>итого</i>				550	23.37	18.96	87.28	616.95
2	1	Обед	закуска	икра овощная		60	0.46	3.65	1.43	40.38	15	
			1 блюдо	суп гороховый с фрикадельками		200	4.39	4.22	13.06	107.8	206	
			2 блюдо	котлета мясная		100	12.44	9.24	11.56	183	608	
			гарнир	рис отварной		200	1.88	8.54	41.53	162.1	379	
			напиток	сок в ассортименте		200	1.1	0.2	24.4	102	357	
			хлеб бел.	хлеб пшеничный		40	2.8	0.4	18.4	88		
			хлеб черн.	хлеб ржано/пшеничный		50	3.8	1.9	33.3	130		
				<i>итого</i>				850	26.87	28.15	143.68	813.28
2	1	Итого за день:				1400	50.24	47.11	230.96	1430.23		0
2	2	Завтрак	гор.блюдо	каша манная		200	5.6	16.1	14.8	219.1	168	
				масло сливочное (порция)		20	0	16.4	0.2	150	41	
			гор.напиток	компот из свежих фруктов		200	0.02	0.02	22.3	110	859	
			хлеб бел.	батон нарезной		40	2.8	0.4	18.4	88		
			напиток	йогурт фруктовый		200	10	6.4	7	136		
				<i>итого</i>				660	18.42	39.32	62.7	703.1
2	2	Обед	закуска	винегрет		60	0.82	3.71	5.06	56.88	45	
			1 блюдо	суп молочный с крупой		200	4.82	1.02	16.83	132.4	94	
			2 блюдо	кураца на пару		100	21.1	13.6	0	206.25	637	

			<i>итого</i>		520	30.55	32.58	204.4	811.25		0		
2	4	Обед	закуска	салат из свеклы с луком	60	0.86	3.65	5.02	56.34	33			
			1 блюдо	суп крестьянский	200	4.79	6.03	12.42	118.62	201			
			2 блюдо	котлета мясная	100	12.44	9.24	11.56	183	608			
			гарнир	каша гречневая	180	8.94	6.7	40.6	252.5	679			
			напиток	сок в ассортименте	200	1.1	0.2	24.4	102	357			
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	40	2.8	0.4	18.4	88				
			хлеб черн.	хлеб ржано/пшеничный	50	3.8	1.9	33.3	130				
						<i>итого</i>		830	34.73	28.12	145.7	930.46	
2	4	Итого за день:			1350	65.28	60.7	350.1	1741.71		0		
2	5	Завтрак	гор.блюдо	тефтели мясные	100	11.78	12.91	14.9	223	286			
				рожки отварные	150	5.52	4.52	26.45	168.45	688			
			гор.напиток	компот из кураги	200	0.04	0	24.76	94.2	868			
			хлеб бел.	батон нарезной	40	2.8	0.4	18.4	88				
			закуска	салат из свежих помидоров с луком	60	0.68	3.71	2.83	47.46	213			
				<i>итого</i>			550	20.82	21.54	87.34	621.11		0
2	5	Обед	закуска	салат "Степной"	60	1.2	4.5	4.65	64.5	15			
			1 блюдо	щи из свежей капусты с курятиной	200	1.4	3.91	6.79	67.8	187			
			2 блюдо	рыба тушеная с овощами	100	19.43	1.19	0.31	90	245			
			гарнир	пюре из бобов с маслом	150	3.3	7.5	2.8	180	199			
			напиток	чай с сахаром	200	0.2	0	14	28	943			
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	40	2.8	0.4	18.4	88				
			хлеб черн.	хлеб ржано/пшеничный	50	3.8	1.9	33.3	130				
			фрукты	фрукт	100	0.8	0	17.4	83.2	847			
				<i>итого</i>			900	32.93	19.4	97.65	731.5		0
2	5	Итого за день:			1450	53.75	40.94	184.99	1352.61		0		