

[illegible]

			итого		990	37,35	44,4	133,6	1111		171,8
1	3	Итого за день:			1570	57,11	70,8	221,61	1802		286,3
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Пудинг творожный со сгущенным молоком	160	12	10	54	340	362	63,69
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	2	1	22	107	23	8,53
			хлеб	Батон нарезной	25	2	1	13	67	4	4,57
				Бутерброд с сыром	40	2	4	10	92	3	10,73
			фрукты	Апельсин	100	0	0	6	25	т/к	26,98
			итого		525	17,5	16	105	631		114,5
1	4	Обед	закуска	Салат "Свеколка"	80	6	8	12	147	50	21,33
			1 блюдо	Суп из овощей с курой и сметаной	270	5	4	10	107	99	19,08
			2 блюдо	Биточки рыбные запеченные	100	9	5	7	167	255	77,40
			гарнир	Рис отварной, соус молочный	210	4	7	39	244	511/595	19,39
			напиток	Компот из плодов и ягод сушеных	200	1	0	34	142	8	7,66
			хлеб бел.	Батон нарезной	40	3	1	18	100	4	7,32
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3	0	20	103	т/к	5,01
				Яблоко	100	0	0	9	44	103	14,61
			итого		1048	31	25	149	1054		171,8
1	4	Итого за день:			1573	48,5	41	254	1685		286,3
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшенная жидкая с маслом сливочным	170	8	13	45	330	302	22,35
			гор.напиток	Какао с молоком	200	3	3	25	134	693	10,90
			хлеб	Батон обогащенный микронутриентами	25	2	1	13	67	3	4,22
				Бутерброд с сыром, яйцо вареное	80	2	4	10	92	3	29,61
				Йогурт молочный	125	4	4	17	124	2	47,42
			итого		600	19	25	110	747		114,5
1	5	Обед	закуска	Огурец свежий	50	1	0	3	7	14	6,82
			1 блюдо	Борщ с капустой и карт, с говядиной и сметаной	270	6	8	13	182	82	39,61
			2 блюдо	Сердце в соусе	110	10	3	4	116	406	57,11

			гарнир	Макароны отварные	200	7	6	41	250	205	16,51
			напиток	Компот из плодов и ягод сушеных	200	1	0	29	124	638	10,06
			хлеб бел.	Батон обогащенный	30	2	115	42	79	4	5,49
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3	0	19	97	118	4,41
				Булочка Творожная	50	6	3	23	144	786	11,22
				Киви	100	0	0	10	47	70	20,57
			итого		1055	36,3	135,2	184,2	1046		171,8
1	5	Итого за день:			1655	55,3	160,2	294,2	1793		286,3
2	1	Завтрак	гор.блюдо	сливочным	205	5	10	48	304	302	25,66
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0	15	60	0	685	2,07
			хлеб	Батон, обогащенный микронутриентами	30	1	15	79	2	3	5,49
				Бутерброд с сыром, йогурт молочный	155	6	7	26	216	3	66,71
			фрукты	Яблоко	100	3	0	19	95	т/к	14,57
			итого		690	15,56	47,9	232	617,5		114,5
2	1	Обед	закуска	Салат витаминный	80	1	4	11	82	40	15,99
			1 блюдо	Суп любительский с курой	265	2	30	12	181	93	22,65
			2 блюдо	Котлеты, биточки, шницели	90	14	14	11	225	451	69,46
			гарнир	Рагу из овощей	200	4	8	18	157	224	29,21
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0	0	27	115	631	7,96
			хлеб бел.	Батон обогащенный микронутриентами	15	1	0	7	38	38	2,74
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3	0	20	103	т/к	5,01
				Апельсин	100	1	0	8	38	т/к	18,78
			итого		998	25,9	56,2	113,5	939		171,8
2	1	Итого за день:			1688	41,46	104,1	345,5	1556,5		286,3
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная "Дружба", масло сливочное	210	6	17	107	300	190	34,90
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	2	1	22	107	125	12,71
			хлеб	Батон, обогащенный микронутриентами	30	2	1	15	79	3	5,49
				Бутерброд с сыром	40	2	4	10	92	38	19,29
				Сок, киви	300	1	1	30	133	т/к	42,11

			итого		780	13,5	23,7	184,1	711			114,5
2	2	Обед	закуска	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	1	10	4	106	22		24,02
			1 блюдо	Суп картофельный с мясными фрикадельками	270	7	4	23	138	83/112		37,68
			2 блюдо	Котлеты из птицы, соус сметанный с томатом	130	17	12	11	224	500		57,09
			гарнир	Макароны отварные	180	7	6	37	225	332		14,86
			напиток	Компот из изюма	200	1	0	28	116	638		7,66
				Ватрушка створожным фаршем	50	6	3	21	141	741		10,80
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3	0	20	103	т/к		5,01
				Зефир	40	0	0	18	147	т/к		14,68
			итого		1018	41	34,8	162	1200			171,8
2	2	Итого за день:			1798	54,5	58,5	346,1	1911			286,3
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная, масло сливочное	210	4	8	26	199	311		30,92
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4	5	18	128	418		14,17
			хлеб	Батон, обогащенный микронутриентами	50	2	1	15	134	3		9,15
				Яйцо вареное	40	5	5	0	63	337		12,84
				Йогурт молочный	125	4	4	17	124	т/к		47,42
			итого		625	19,7	22	76,3	648			114,5
2	3	Обед	закуска	Помидор свежий	80	1	0	3	106	17		16,42
			1 блюдо	сметаной	270	8	12	15	165	83/112		34,63
			2 блюдо	Рыба, тушеная в томате с овощами	110	12	5	5	113	374		47,47
			гарнир	Пюре картофельное	200	4	9	29	218	472		20,55
			напиток	Компот из кураги	200	0	0	25	117	638		12,54
				Корж молочный	50	6	3	23	144	741		11,18
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3	0	20	103	т/к		5,01
				Мандарин	100	0	0	27	38	т/к		24,00
			итого		1058	34,2	29,4	146,5	1004			171,8
2	3	Итого за день:			1683	53,9	51,4	222,8	1652			286,3

2	4	Завтрак	гор.блюдо	Омлет натуральный	150	12	19	6	253	214	54,59
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	2	1	22	107	23	12,71
			хлеб	Батон обогащенный микронутриентами	45	3	1	21	112	т/к	8,23
				Сыр	20	4	5	0	63	97	12,77
			фрукты	Груша	100	0	0	6	31	т/к	26,20
			итого		515	21	26	55	566		114,5
2	4	Обед	закуска	Огурец свежий	80	1	0	2	10	27	10,70
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми и гренками и курой	300	5	8	45	246	87/551	32,55
			2 блюдо	Биточки рубленые из птицы паровые	100	23	13	1	220	500	55,99
			гарнир	Рис отварной	200	5	8	44	271	511	17,64
			напиток	Кисель из сиропа плодового или ягодного	200	0	0	30	119	646	20,18
			хлеб бел.	Батон обогащенный микронутриентами	30	2	1	15	79	т/к	5,49
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	3	0	21	107	118	5,22
				Соус томатный	50	1	3	3	37	587	5,13
				Ватрушка с творожным фаршем	50	11	6	39	254	741	18,90
			итого		1060	51	38,7	200	1343		171,8
2	4	Итого за день:			1575	72	64,7	255	1909		286,3
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша манная с вареньем, с маслом сливочным	200	6	9	30	230	11	35,81
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0	0	15	60	685	3,19
			хлеб	Батон обогащенный микронутриентами	30	2	1	13	67	3	5,49
				Сыр, яйцо вареное	55	5	7	17	175	32/2	22,59
				йогурт молочный	125						47,42
			итого		610	13,2	17,1	75	532		114,5
2	5	Обед	закуска	Салат из редьки с овощами	80	1	0	3	18	246	16,44
			1 блюдо	Щи по-уральски с крупой и курой	265	3	5	5	84	82	36,53
			2 блюдо	Сердце в соусе	100	10	3	4	116	406	47,51
			гарнир	Макароны отварные	200	7	6	41	250	205	16,51

			напиток	Сок фруктовый	200	1	0	20	86	9	24,37
			хлеб бел.	Батон, обогащенный микронутриентами	35	2	1	16	87	8	6,40
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3	0	20	103	104	5,01
				Банан	100	0	0	9	44		19,03
			итого		1028	27,3	15,3	117,6	788		171,8
2	5	Итого за день:			1638	40,5	32,4	192,6	1320		286,3
3	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная на свежем молоке	205	8	10	45	307	303	22,27
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0	0	15	60	11	2,07
			хлеб	Батон обогащенный микронутриентами	40	3	0	19	100	3	7,32
				Сыр плавленый и масло сливочное	24	3	8	1	86	96	22,52
			фрукты	Мандарин, творожок Тема	200	8	4	19	150	т/к	60,32
			итого		669	22	22	99	703		114,5
3	1	Обед	закуска	Помидор свежий	80	1	0	2	14	14	17,14
			1 блюдо	Борщ с капустой и карт с говядиной и сметаной	275	6	8	13	182	82	37,13
			2 блюдо	Биточки рыбные запеченные	110	9	7	6	157	255/587	73,20
			гарнир	Рис отварной	150	4	9	29	218	473	14,66
			напиток	Компот из кураги	200	0	0	25	117	638	12,52
				Ватрушка с творожным фаршем	50	6	3	21	141	741	10,80
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	4	1	28	133	т/к	6,35
			итого		925	30	28	124	962		171,8
3	1	Итого за день:			1594	52	50	223	1665		286,3
3	2	Завтрак	гор.блюдо	Омлет натуральный и горошек консервированный	210	16	24	6	307	214	59,55
			гор.напиток	Какао с молоком	200	3	3	25	134	693	12,84
			хлеб	Батон обогащенный микронутриентами	50	6	2	39	201	4	9,15
				Сыр (порциями)	20	3	4	0	47	97	13,04
			фрукты	Яблоко	100	0	0	9	44	103	19,92

			итого		580	28,3	33,2	78,6	733		114,5
3	2	Обед	закуска	Винегрет овощной	80	1	5	3	60	71	12,11
			1 блюдо	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	275	7	3	18	130	140	26,62
			2 блюдо	Рагу из птицы	280	23	18	27	370	489	62,01
			гарнир								
			напиток	компот из консервированных фруктов	200	0	0	41	161	25	16,24
			хлеб бел.	Батон обогащенный микронутриентами	50	1	0	7	38	4	9,15
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3	0	20	103	т/к	5,01
				Булочка российская, сок фруктовый	290	2	7	55	291	775/9	40,66
		итого		1223	37	33	171	1153		171,8	
3	2	Итого за день:		1803	65,3	66,2	249,6	1886		286,3	
3	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшенная жидкая с маслом сливочным	170	19	16	41	430	302	25,35
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	0	0	15	60	23	16,59
			хлеб	Батон обогащенный микронутриентами	55	3	1	21	112	т/к	10,06
			фрукты	Сыр, яйцо вареное	80	6	12	0	129	96/97	29,61
				Груша	100	0	0	9	44	103	32,89
				итого		605	27,75	29,15	85,8	775	
3	3	Обед	закуска	Салат из свеклы с черносливом, орехами и чесноком	80	2	12	9	166	49	24,36
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем и курой	270	6	4	9	101	88	28,14
			2 блюдо	Плов из птицы	255	30	10	48	401	492	84,26
			гарнир								
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0	0	25	115	631	10,72
			хлеб бел.	Батон обогащенный микронутриентами	50	3	0	20	38	т/к	9,15
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3	0	20	103	т/к	4,90
				Печенье	40	2	2	25	140	т/к	10,27

			итого		943	46	28	156	1064		171,8
3	3	Итого за день:			1548	73,75	57,15	241,8	1839		286,3
3	4	Завтрак	гор.блюдо	Макароны с сыром	200	9	21	36	375	333	37,08
			гор.напиток	Кофейный напиток	200	5	4	18	130	692	14,24
			хлеб	Бутерброд с джемом и маслом сливочным	50	1	8	22	170	2	29,50
			фрукты	Киви	100	0	0	10	47	70	18,46
				Сушка	50	5	3	36	190	т/к	15,22
			итого		600	20,47	36,2	122	912		114,5
3	4	Обед	закуска	Салат витаминный	80	1	4	11	80	45	9,45
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной и курой	270	3	6	17	270	110	25,16
			2 блюдо	Кнели из кур (паровые)	90	18	15	6	90	505	57,07
			гарнир	Овощи в молочном соусе	200	4	8	17	200	526	19,04
			напиток	Сок фруктовый	200	1	0	34	200	8	24,37
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3	0	20	48	т/к	5,01
				Творог обогащенный для детского питания	100	8	4	11	100		31,70
			итого		988	37,6	37,2	115,9	988		171,8
3	4	Итого за день:			1588	58,07	73,4	237,9	1900		286,3
3	5	Завтрак	гор.блюдо	Пудинг из творога со сгущенным молоком	150	17	12	32	300	362	63,57
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0	0	15	60	685	2,32
			хлеб	Батон нарезной	50	2	1	15	79	т/к	9,15
				Сыр сычужный	20	4	5	0	63	97	12,77
			фрукты	Груша	100	0	0	7	31	84	26,69
			итого		520	23	18	69	533		114,5
3	5	Обед	закуска	Помидор свежий	80	1	0	3	18	14	16,23
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями и курой	270	4	3	20	121	139	13,39

			2 блюдо	Голубцы ленивые с соусом сметанным	300	25	27	15	420	306/600	105,97
			гарнир								
			напиток	Компот из яблок	200	0	0	25	117	631	11,49
			хлеб бел.	Батон нарезной	15	1	0	7	38	т/к	2,74
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3	0	20	103	104	5,01
				Апельсин	100	0	0	27	38	т/к	16,97
			<i>итого</i>		1013	34	30	117	855		171,8
3	5	Итого за день:			1533	57	48	186	1388		286,3