



			1 блюдо	Борщ со свежей капустой, картофелем, говядиной и с	220	5,70	5,05	11,10	132,00	76/252		
			2 блюдо	Тефтели рыбные	90	10,30	11,78	12,54	213,95	245		
			гарнир	Пюре картофельное	150	3,28	7,24	22,06	162,92	335		
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	180	0,41	0,09	26,81	110,43	TK № 211		
			хлеб бел.	Батон нарезной обогащенный микроэлементами	20	1,25	0,49	8,57	70,33	TK № 197		
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK № 198		
			итого		760	24,65	27,62	101,27	821,07		149,8	
1	2	Итого за день:			1290	42,88	45,58	183,95	1408,11		249,7	
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Макароны с сыром	160	8,80	13,71	37,50	318,00	210	99,9	
					Яйцо вареное	40	4,58	2,38	0,30	63,00	213	
				гор.напиток	Какао с молоком	180	3,48	2,79	10,08	80,55	TK № 206	
				хлеб	Батон нарезной обогащенный микроэлементами	25	1,57	0,61	14,87	87,92	TK № 197	
				фрукты	Фрукты свежие	100	0,80	0,20	7,50	38,00	TK № 201	
				итого		505	19,23	19,69	70,25	587,47		99,9
1	3	Обед	закуска	Огурец соленый кусочком	60	0,48	0,06	1,02	7,80	70/2	149,8	
				1 блюдо	Суп крестьянский с крупой, птицей и сметаной	220	5,50	6,10	12,30	174,00	94/307	
				2 блюдо	Плов со свининой	240	15,37	19,33	51,74	401,12	TK №111	
				гарнир								
				напиток	Напиток из плодов шиповника	180	0,29	0,13	19,00	79,47	TK № 212	
				хлеб бел.	Батон нарезной обогащенный микроэлементами	20	1,25	0,49	8,57	70,33	TK № 197	
				хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK № 198	
			итого		760	25,54	26,46	109,59	814,3		149,8	
1	3	Итого за день:			1265	44,77	46,15	179,84	1401,77		249,7	
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба") с маслом сливочным	160	5,10	8,56	25,40	225,00	190	99,9	
					Запеканка из творога	40	7,33	5,20	7,20	102,50	224	

			гор.напиток	Чай с вареньем	180	0,20	0,00	14,70	58,30	ГК № 209	
			хлеб	Батон нарезной обогащенный микроэлементами	25	1,57	0,61	14,87	87,92	ГК № 197	
			фрукты								
				Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64	ГК № 199	
				<i>итого</i>	530	17,7	17,5	67,81	544,36		99,9
1	4	Обед	закуска	Салат "Яркий" из св. капусты с кукурузой и маслом	60	1,05	6,06	3,27	61,39	ГК №112	149,8
			1 блюдо	Суп картофельный с крупой и рыбой	220	4,87	2,80	20,40	128,00	98/228	
			2 блюдо	Рагу из птицы	240	11,90	13,50	25,17	342,10	309	
			гарнир								
			напиток	Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40	442	
			хлеб бел.	Батон нарезной обогащенный микроэлементами	50	3,75	1,45	25,70	131,00	ГК № 197	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,65	0,35	16,96	81,58	ГК № 198	
				<i>итого</i>	790	25,12	24,34	109,68	821,47		149,8
1	4	<b>Итого за день:</b>			1320	42,82	41,84	177,49	1365,83		249,7
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,93	6,53	23,85	265,00	ГК №215	99,9
				Бутерброд с сыром	40	8,70	8,40	14,58	117,00	3	
			гор.напиток	Кофейный напиток	180	2,04	1,12	11,41	64,28	ГК № 207	
			хлеб	Батон нарезной обогащенный микроэлементами	25	1,57	0,61	14,87	87,92	ГК № 197	
			фрукты	Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	47,00	ГК № 203	
				<i>итого</i>	505	17,64	16,96	75,01	581,2		99,9
1	5	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,86	5,05	6,02	68,89	52	149,8
			1 блюдо	Рассольник с птицей и сметаной	220	2,70	5,50	14,10	115,90	89/307	
			2 блюдо	Печень, тушенная в соусе	100	12,34	11,40	8,10	163,00	261	
			гарнир	Макаронные изделия отварные	150	5,64	4,79	33,70	205,60	331	
			напиток	Кисель из кураги	180	0,94	0,05	27,78	116,17	ГК № 216	
			хлеб бел.	Батон нарезной обогащенный микроэлементами	20	1,25	0,49	8,57	70,33	ГК № 197	



			<i>итого</i>		510	16,1	16,91	67,67	539,32		99,9
2	2	Обед	закуска	Огурец соленый кусочком	60	0,48	0,06	1,02	7,80	70/2	149,8
			1 блюдо	Борщ сибирский со сметаной	210	4,50	6,70	13,50	185,00	80	
			2 блюдо	Зразы рыбные рубленые	90	10,87	9,24	13,20	164,20	243	
			гарнир	Пюре картофельное	150	3,28	7,24	22,06	162,92	335	
			напиток	Напиток из клюквы, протертой с сахаром	180	0,07	0,05	22,34	87,75	TK № 215	
			хлеб бел.	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	3,75	1,45	25,70	131,00	TK № 197	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK № 198	
				<i>итого</i>		780	25,6	25,09	114,78	820,25	
2	2	<b>Итого за день:</b>			1290	41,7	42	182,45	1359,57		249,7
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша "Царская" молочная с маслом сливочным	160	10,40	13,80	22,10	255,00	TK № 186	99,9
				Бутерброд с джемом	40	1,62	0,60	24,86	109,20	TK №177	
			гор.напиток	Кофейный напиток	180	2,04	1,12	11,41	64,28	TK № 207	
			хлеб	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92	TK № 197	
			фрукты								
				Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64	TK № 199	
				<i>итого</i>		530	19,13	19,26	78,88	587,04	
2	3	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	60	0,86	5,05	6,02	68,89	52	149,8
			1 блюдо	Суп из овощей с говядиной и сметаной	220	6,40	6,60	9,40	111,75	95/252	
			2 блюдо	Биточки рубленые из птицы	90	8,85	12,18	11,28	170,00	315	
			гарнир	Рис припущенный	150	3,74	2,66	34,50	213,89	326	
			напиток	Кисель из плодов или ягод свежих	180	0,10	0,10	29,49	105,96	TK № 213	
			хлеб бел.	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33	TK № 197	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK № 198	
				<i>итого</i>		760	23,85	27,43	116,22	822,4	
2	3	<b>Итого за день:</b>			1290	42,98	46,69	195,1	1409,44		249,7

2	4	Завтрак	гор.блюдо	Каша овсяная с яблоками молочная жидкая с маслом сливочным	160	4,80	7,30	30,02	265,00	ГК № 216	99,9
				Бутерброд с сыром	40	8,70	8,40	14,58	117,00	3	
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	185	0,25	0,01	5,56	26,13	ГК № 208/1	
			хлеб	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92	ГК № 197	
			фрукты	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	ГК № 200	
			итого		510	15,72	16,72	74,83	543,05		99,9
2	4	Обед	закуска	Салат витаминный (1-й вариант)	60	0,73	2,00	7,66	71,34	41	149,8
			1 блюдо	Рассольник ленинградский с птицей и сметаной	220	2,51	6,40	16,20	165,00	91/307	
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему со свининой	240	16,40	15,40	28,81	290,60	259	
			гарнир								
			напиток	Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40	442	
			хлеб бел.	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	3,75	1,45	25,70	131,00	ГК № 197	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58	ГК № 198	
			итого		790	26,94	25,78	113,51	816,92		149,8
2	4	<b>Итого за день:</b>			1300	42,66	42,5	188,34	1359,97		249,7
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	160	5,20	7,10	26,70	224,00	189	99,9
				Запеканка из творога	40	7,33	5,20	7,20	102,50	224	
			гор.напиток	Чай с вареньем	180	0,20	0,00	14,70	58,30	ГК № 209	
			хлеб	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92	ГК № 197	
			фрукты								
				Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64	ГК № 199	
			итого		530	17,8	16,04	69,11	543,36		99,9
2	5	Обед	закуска	Винегрет овощной	60	0,86	6,10	5,64	77,53	51	149,8
			1 блюдо	Суп с крупой и говядиной	210	2,75	5,60	16,70	189,30	107/252	
			2 блюдо	Сердце в соусе	100	11,41	7,48	5,00	118,11	262	
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,72	6,40	36,98	206,00	323	
			напиток	Напиток из плодов шиповника	180	0,29	0,13	19,00	79,47	ГК № 212	

		хлеб бел.	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33	TK № 197	
		хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,65	0,35	16,96	81,58	TK № 198	
		итого		760	26,93	26,55	108,85	822,32		149,8
2	5	<b>Итого за день:</b>		1290	44,73	42,59	177,96	1365,68		249,7
		<b>Среднее значение за период:</b>		1287	43,887	44,487	184,37	1385,93		249,7