



<b>56</b>	Рассольник Ленинградский	<b>300</b>	2,6	6,2	18,5	142	18,06	26,99	1,01	0,09	0,06	8,04
<b>146</b>	Картофельное пюре	<b>220</b>	4,5	7,2	29,4	203	52,21	41,66	1,51	0,17	0,15	15,22
<b>83</b>	Котлета рыбная из минтая	<b>100</b>	19,0	12,8	18,3	266	55,55	35,58	1,18	0,17	0,16	0,45
	Сок фруктовый	<b>200</b>	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Хлеб сельский	<b>60</b>	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0
	<b>итого</b>	<b>880</b>	<b>29,9</b>	<b>31,8</b>	<b>103,9</b>	<b>767</b>	<b>158,02</b>	<b>136,03</b>	<b>7,9</b>	<b>0,57</b>	<b>0,45</b>	<b>27,71</b>
	<b>Дополнительное питание</b>											
	Сок фруктовый	<b>200</b>	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Выпечка	<b>75</b>	5,7	4,6	42,3	240	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10
	Фрукт	<b>200</b>	0,8	0,8	19,6	94	32,0	18,0	4,4	0,006	0,004	20,0
	<b>итого за день :</b>	<b>1355</b>	<b>37,4</b>	<b>37,4</b>	<b>186,0</b>	<b>1193</b>	<b>211,02</b>	<b>166,03</b>	<b>15,4</b>	<b>0,626</b>	<b>0,494</b>	<b>51,81</b>
	<b>1 неделя/3 день</b>											
<b>61</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	<b>300</b>	3,2	3,0	22,6	133	16,05	25,11	1,03	0,10	0,06	7,92
<b>97</b>	Гуляш из отварной говядины	<b>60/50</b>	17,0	17,0	3,9	238	15,0	23,7	2,35	0,05	0,010	1,22
<b>183</b>	Каша гречневая рассыпчатая	<b>220</b>	14,4	9,4	63,0	401	23,45	221,58	7,59	0,43	0,22	0,00
<b>302</b>	Чай с лимоном и сахаром	<b>200</b>	0,1	0,0	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
	Хлеб сельский	<b>60</b>	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0
	<b>итого</b>	<b>890</b>	<b>37,5</b>	<b>34,8</b>	<b>116,3</b>	<b>873</b>	<b>754,3</b>	<b>294,92</b>	<b>12,43</b>	<b>0,7</b>	<b>0,35</b>	<b>10,26</b>
	<b>Дополнительное питание</b>											
	Сок фруктовый	<b>200</b>	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Выпечка	<b>75</b>	5,7	4,6	42,3	240	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10
	<b>итого за день :</b>	<b>1165</b>	<b>44,2</b>	<b>39,6</b>	<b>178,8</b>	<b>1205</b>	<b>775,3</b>	<b>306,02</b>	<b>15,53</b>	<b>0,75</b>	<b>0,39</b>	<b>14,36</b>
	<b>1 неделя/4 день</b>											
<b>58</b>	Борщ с капустой и картофелем	<b>300</b>	2,0	6,0	14,0	117	34,73	24,32	1,13	0,05	0,05	9,53
<b>134</b>	Фрикадельки из кур	<b>100</b>	14,6	16,3	8,7	240	36,54	16,67	1,37	0,05	0,12	0,48

187	Каша рисовая рассыпчатая	220	6,0	6,5	61,3	334	7,62	41,58	0,86	0,06	0,04	0,00
248	Соус томатный	50	0,5	2,4	3,1	37	2,5	3,47	0,16	0,010	0,012	0,99
310	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121	14,62	8,50	0,92	0,07	0,21	0,29
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0
	<b>итого</b>	<b>930</b>	<b>26,4</b>	<b>36,7</b>	<b>135,8</b>	<b>913</b>	<b>114,21</b>	<b>118,34</b>	<b>5,84</b>	<b>0,36</b>	<b>0,492</b>	<b>11,29</b>
	<b>Дополнительное питание</b>											
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Выпечка	75	5,7	4,6	42,3	240	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10
	Фрукт	200	0,8	0,8	19,6	94	32,0	18,0	4,4	0,006	0,004	20,0
	<b>итого за день :</b>	<b>1405</b>	<b>33,9</b>	<b>42,3</b>	<b>217,9</b>	<b>1339</b>	<b>167,21</b>	<b>148,34</b>	<b>13,34</b>	<b>0,416</b>	<b>0,536</b>	<b>24,1</b>
	<b>1 неделя/5 день</b>											
62	Суп картофельный с лапшой домашней	300	3,4	3,3	21,4	131	17,74	25,12	1,03	0,10	0,07	7,92
42	Винегрет овощной	100	1,3	2,3	7,2	54	23,23	16,16	0,67	0,03	0,03	5,18
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0,0	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0
	<b>итого</b>	<b>660</b>	<b>7,6</b>	<b>11,0</b>	<b>55,4</b>	<b>286</b>	<b>61,9</b>	<b>65,81</b>	<b>3,16</b>	<b>0,25</b>	<b>0,16</b>	<b>14,22</b>
	<b>Дополнительное питание</b>											
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Выпечка	75	5,7	4,6	42,3	240	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10
	<b>итого за день :</b>	<b>935</b>	<b>14,3</b>	<b>15,8</b>	<b>117,9</b>	<b>618</b>	<b>82,9</b>	<b>77,81</b>	<b>6,26</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>18,32</b>
	<b>2 НЕДЕЛЯ</b>											
	<b>2 неделя/6 день</b>											
65	Суп картофельный с бобовыми и гречками	300	9,6	4,4	38,5	245	39,5	48,25	2,8	0,26	0,1	5,59

229	Макаронные изделия с тёртым сыром	250	14,9	16,8	43,0	388	306,91	26,05	1,21	0,09	0,14	0,20
136	Котлеты рубленые из птицы	100	15,0	21,4	15,5	316	22	22,69	1,79	0,07	0,11	0,39
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0,0	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0
	<b>итого</b>	<b>910</b>	<b>42,4</b>	<b>48,0</b>	<b>123,8</b>	<b>1050</b>	<b>389,34</b>	<b>121,52</b>	<b>7,26</b>	<b>0,54</b>	<b>0,41</b>	<b>7,3</b>
	<b>Дополнительное питание</b>											
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Выпечка	75	5,7	4,6	42,3	240	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10
	Фрукт	200	1,8	0,4	16,2	86	68,0	26,0	0,6	0,08	0,006	120
	<b>итого за день :</b>	<b>1385</b>	<b>50,9</b>	<b>53,2</b>	<b>202,5</b>	<b>1468</b>	<b>478,34</b>	<b>159,52</b>	<b>10,96</b>	<b>0,67</b>	<b>0,456</b>	<b>131,4</b>
	<b>2 неделя/7 день</b>											
56	Рассольник Ленинградский	300	2,6	6,2	18,5	142	18,06	26,99	1,01	0,09	0,06	8,04
107	Фрикадельки мясные	100	14,1	11,8	10,4	205	31,08	26,40	1,15	0,06	0,13	0,03
146	Картофельное пюре	220	4,5	7,2	29,4	203	52,21	41,66	1,51	0,17	0,15	15,22
310	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,1	31,2	121	14,62	8,50	0,92	0,07	0,21	0,29
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0
	<b>Итого:</b>	<b>880</b>	<b>24,5</b>	<b>30,7</b>	<b>107</b>	<b>671</b>	<b>134,17</b>	<b>127,35</b>	<b>5,99</b>	<b>0,51</b>	<b>0,61</b>	<b>23,58</b>
	<b>Дополнительное питание</b>											
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Выпечка	75	5,7	4,6	42,3	240	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10
	<b>итого за день :</b>	<b>1155</b>	<b>31,2</b>	<b>35,5</b>	<b>169,5</b>	<b>1003</b>	<b>155,17</b>	<b>139,35</b>	<b>9,09</b>	<b>0,56</b>	<b>0,65</b>	<b>27,68</b>
	<b>2 неделя/8 день</b>											
67	Суп крестьянский с крупой	300	2,5	6,1	14,9	126	27,98	20,62	0,77	0,05	0,04	9,6

239	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	37,1	27,3	49,2	595	382,48	55,64	1,28	0,11	0,58	0,78
302	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0,0	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0
	<b>итого</b>	<b>760</b>	<b>42,5</b>	<b>38,8</b>	<b>90,9</b>	<b>822</b>	<b>431,39</b>	<b>100,79</b>	<b>3,51</b>	<b>0,28</b>	<b>0,68</b>	<b>11,5</b>
	<b>Дополнительное питание</b>											
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Выпечка	75	5,7	4,6	42,3	240	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10
	Фрукт	200	3,0	1,0	42,0	19,2	16,0	84,0	1,2	0,08	0,1	20,0
	<b>итого за день :</b>	<b>1235</b>	<b>52,2</b>	<b>44,6</b>	<b>195,4</b>	<b>1173,2</b>	<b>468,39</b>	<b>196,79</b>	<b>7,81</b>	<b>0,41</b>	<b>0,82</b>	<b>35,6</b>
	<b>2 неделя/9 день</b>											
66	Суп картофельный протёртый	300	6,4	8,9	33,6	243	82,04	38,88	1,45	0,14	0,15	7,27
120	Плов из говядины	250	17,7	16,5	47,9	415	19,64	50,69	2,35	0,07	0,10	0,90
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,1	0,0	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0
	<b>итого</b>	<b>810</b>	<b>27,0</b>	<b>30,8</b>	<b>108,3</b>	<b>759</b>	<b>122,61</b>	<b>114,10</b>	<b>5,26</b>	<b>0,33</b>	<b>0,31</b>	<b>9,29</b>
	<b>Дополнительное питание</b>											
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Выпечка	75	5,7	4,6	42,3	240	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10
	Фрукт	200	0,8	0,8	19,6	94	32,0	18,0	4,4	0,006	0,004	20,0
	<b>итого за день :</b>	<b>1285</b>	<b>34,5</b>	<b>36,4</b>	<b>190,4</b>	<b>1185</b>	<b>175,61</b>	<b>144,1</b>	<b>12,76</b>	<b>0,386</b>	<b>0,354</b>	<b>24,1</b>
	<b>2 неделя/10 день</b>											
58	Борщ с капустой и картофелем	300	2,0	6,0	14,0	117	34,73	24,32	1,13	0,05	0,05	9,53
133	Кура отварная	80	34,4	28,9	0,3	399	27,7	28,66	2,7	0,08	0,19	1,24
227	Макарон изделия отварные	220	8,1	7,2	48,2	295	14,03	11,09	1,12	0,09	0,03	0,00

<b>302</b>	Чай с лимоном и сахаром	<b>200</b>	0,1	0,0	9,3	37	2,73	0,73	0,06	0,00	0,00	1,12
	Хлеб сельский	<b>60</b>	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0
	<b>Итого:</b>	<b>860</b>	<b>47,4</b>	<b>47,5</b>	<b>89,3</b>	<b>912</b>	<b>97,39</b>	<b>88,6</b>	<b>6,41</b>	<b>0,34</b>	<b>0,33</b>	<b>11,89</b>
	<b>Дополнительное питание</b>											
	Сок фруктовый	<b>200</b>	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0
	Выпечка	<b>75</b>	5,7	4,6	42,3	240	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10
	<b>итого за день :</b>	<b>1135</b>	<b>54,1</b>	<b>52,3</b>	<b>151,8</b>	<b>1244</b>	<b>118,39</b>	<b>100,6</b>	<b>9,51</b>	<b>0,39</b>	<b>0,37</b>	<b>15,99</b>