

97	Гуляш из отварной говядины	50/50	14,1	14,2	3,2	199	12,50	19,75	1,96	0,04	0,08	1,02	
183	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,4	6,8	45,4	288	16,88	159,54	5,47	0,31	0,16	0,00	
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	
	итого	540	27,4	26,4	75,4	588	50,31	203,82	8,89	0,47	0,3	2,14	
	1 неделя/4 день												
134	Фрикадельки из кур	90	11,7	13,2	6,9	193	29,26	13,34	1,10	0,04	0,09	0,38	
187	Каша рисовая рассыпчатая	180	4,3	4,7	44,1	240	5,48	29,94	0,62	0,04	0,03	0,00	
248	Соус томатный	30	0,3	1,4	1,9	22	1,5	2,08	0,09	0,005	0,007	0,59	
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	
	итого	560	19,6	24,8	101,6	640	69,06	77,66	4,13	0,275	0,397	1,26	
	1 неделя/5 день												
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	
	Выпечка	75	5,7	4,6	42,3	240	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10	
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	
	итого	635	12,0	13,3	90,5	472	45,67	53,65	2,79	0,25	0,15	9,14	
	2 НЕДЕЛЯ												
	2 неделя/6 день												
229	Макаронные изделия с тёртым сыром	180	11,1	12,8	32,2	293	225,34	19,27	0,91	0,07	0,11	0,15	
136	Котлеты рубленые из птицы	90	13,5	19,2	13,9	284	19,8	20,42	1,61	0,06	0,10	0,35	
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	
	итого	540	29,0	39,6	74,5	710	268,27	66,49	4,16	0,26	0,28	1,66	

	2 неделя/7 день												
107	Фрикадельки мясные	90	11,3	9,3	8,2	162	23,84	20,99	0,92	0,04	0,10	0,02	
146	Картофельное пюре	180	3,7	5,9	24,0	166	42,72	34,08	1,24	0,14	0,12	12,45	
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	
	Итого:	540	25,1	20,8	75,4	519	114,05	87,97	4,61	0,47	0,61	13,6	
	2 неделя/8 день												
239	Запеканка из творога со сгущенным молоком	150/20	26,4	19,0	33,8	408	266,71	36,72	0,80	0,07	0,40	0,54	
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	
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47	16,0	9,0	2,2	0,003	0,002	10,0	
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0	
	итого	530	29,7	24,8	70,4	556	303,64	70,25	4,46	0,193	0,462	11,66	
	2 неделя/9 день												
66	Суп картофельный протертый	250	5,3	7,4	28,0	202	68,37	32,40	1,21	0,12	0,12	6,06	
	Сок фруктовый	200	1,0	0,2	20,2	92	14,0	8,0	2,8	0,02	0,02	4,0	
	Хлеб сельский	60	2,8	5,4	17,5	64	18,2	23,8	1,4	0,12	0,06	0	
	Печенье	80	4,0	13,9	54,9	356	7,0	4,0	0,3	0,03	0,02	0,10	
	итого	590	13,1	26,9	120,6	714	107,57	68,2	5,71	0,29	0,22	10,16	
	2 неделя/10 день												
133	Кура отварная	60	25,8	21,7	0,2	299	20,78	21,5	2,03	0,06	0,14	0,93	
227	Макаронные изделия отварные	180	6,6	4,7	39,4	230	11,31	9,07	0,92	0,07	0,02	0,00	
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	
	Итого:	500	35,3	31,8	66,4	630	53,02	55,1	4,41	0,25	0,22	2,05	

