Школа
 МБОУ "Завьяловская СОШ им героя Советского Союза Комарова Г.В."
 Утвердил:
 должность
 Начальник Лагеря

 Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
 Горшкова О.Я.

 Типовое примерное меню приготавливаемых олюд
 фамилия
 Торшкова С.А.

 Возрастная категория
 7-11 лет
 дата
 2
 6
 2025

		атогория		7 11301		Here		месяц	вод	_
Неде ля	День	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,8	54-9к
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.
			Хлеб	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
			напиток	сок фруктовый	200			12	47,0	Пром.
					COF	10.5	10.7	01.7	FFOF	
-	- 1		итого		625	18,5	16,7	81,7	550,5	
1	1	Обед	фрукты	Яблоко	105	4.6	F 7	11.6	1161	Пром.
			1 блюдо	Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1	54-4c
			2 блюдо	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	54-10r
				Тефтели из говядины с рисом	90	13	13,2	7,3	199,7	54-16м
				Соус белый основной	20	0,5	0,8	0,9	12,5	54-2coy
			гор.напиток	Компот из сухофуктов	200	0,5	0,2	19,4	81,3	54-3хн
			хлеб бел.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
					810	30,4	26,4	107,5	1325,6	
1	1	Manage	итого		1435	48,9	43,1	189,2	1338,4	
1	2	Завтрак	за день:	CON DIVITORIN	200	40,9	43,1	189,2	47,0	Пром
'	_	эавтрак	гор.блюдо	сок фруктовый Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	Пром. 54-4г
			тор.олюдо	• •	100		5,8			54-41
				Курица тушеная с морковью	200	14,1	3,5	4,4 12,5	126,4	54-25м
			гор.напиток	Какао с молоком Хлеб пшеничный	25	4,7 1,9	0,2	12,3	100,4 58,6	Пром.
			хлеб		15	1,9	0,2	5	25,6	_
			хлеб	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,0	Пром.
			итого		550	29	16,3	74,9	562	
1	2	Обед	закуска	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3	54-113
'		ООЕД	1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4	54-113
			2 блюдо	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5	54-2с
			2 олюдо	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	12,8	4,1	6,1	112,3	54-14p
				Соус сметанный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	54-7coyc
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,7	0,1	1,7	9	54-20гн
			хлеб пшен.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,3	10	51,2	Пром.
			жісо черн.	меоржаной	30		0,1	10	31,2	пром.
			итого		820	29,2	23,2	100	725,1	
1	2	Итого	за день:		1370	58,2	39,5	174,9	1287,1	
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Омлет натуральный	150	12,7	18	3,2	225,5	54-1o
			гор.напиток	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	54-4гн
			хлеб пшен.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.
			напиток	сок фруктовый	200	-,	-,	12	47,0	Пром.
									,-	P
			итого		560	20,5	20,3	55,3	485,3	
1	3	Обед								
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,2	2,8	18,5	119,6	54-7c
			2 блюдо	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1	54-5г
				Гуляш из говядины	100	17,0	16,5	4	232,2	54-2м
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6	54-32хн
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
			Lanco Icpini		20		0,1	10	U 1,E	por.i.
		l								
					700	32,6	19,4	113,9	759,5	
			итого		790	32,0				
1	3	Итого	итого за день:		1350	53,1	39,7	169,2	1244,8	
1 1	3 4	Итого Завтрак		Каша вязкая молочная ячневая				169,2 17	1244,8 124,5	54-21к
			за день:	Каша вязкая молочная ячневая иогурт	1350	53,1	39,7			54-21к Пром.
			за день:		1350 100	53,1 3,6	39,7 4,7	17	124,5	
			за день: гор.блюдо	иогурт	1350 100 100	53,1 3,6 1	39,7 4,7 2,4	17 15	124,5 330,0	

1 1		I			<u> </u>		Ι	1		I
			итого		555	24,6	10,9	79,4	514,1	
1	4	Обед	закуска	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	80	2,2	5,7	8,3	93,9	54-343
			, 1 блюдо	Щи из свежей капусты со сметаной	200	4,7	5,6	5,7	92,2	54-1c
			2 блюдо	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	54-1г
			гарнир	Биточек из курицы	90	17,2	3,9	12	151,8	54-23м
				Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,0	54-3coyc
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
			хлеб бел.	Хлеб ржаной	35	2,3	0,4	11,7	59,8	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
			итого		815	35,8	16,2	114,7	747,5	
1	4	Итого	за день:		1370	60,4	27,1	194,1	1261,6	
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	54-10г
				Котлета рыбная любительская (минтай)	100	12,8	4,1	6,1	112,3	54-14p
				Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	54-5coyc
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	54-23гн
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром.
				иогурт	100	1	2,4	15	330,0	Пром.
			итого		620	27	17	82	830,3	
1	5	Обед	закуска	Винигрет с растительным маслом	60	0,9	7,2	5,3	89,5	54-163
			1 блюдо	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1	54-8c
			2 блюдо	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	54-4г
			гарнир	Бефстроганов из отварной говядины	90	13,5	14	2,1	188,3	54-1м
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
			хлеб бел.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
			итого		790	36,1	26	105,6	800	
1	5		за день:		1410	63	43	187	1630,3	
1	6	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная пшенная	150	8,3	10,1	37,6	274,9	54-6к
				иогурт	100	1	2,4	15	330,0	Пром.
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	54-21гн
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45 25	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
			<u> </u>				-	-		-
			итого		520	19	17	95	853,5	
1	6	Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1	6,1	5,8	81,5	54-83
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,2	2,8	18,5	119,6	54-7c
			2 блюдо	Плов с курицей	200	27,2	8,1	33,2	314,6	54-12м
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	0,3	19,7	93,8	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром.
						-,5	-,-	-,-	, -	. P 1-11
			итого		720	38	17	90	671	
1	6		за день:		1240	57	34	185	1524,0	
2	7	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные	150	4,7	6,2	26,5	180,7	54-2г
			гор.блюдо	Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4	54-25м
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
				Вафли	160	9	35	106	784,0	Пром.
					000	04.0	10.0	70.0	400-	
\vdash	_	0.5	итого		680	24,8	12,9	70,3	1267	
2	7	Обед	закуска						2	<u></u>
ı I			1 блюдо	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)	200	5,1	5,8	10,8	115,6	54-10c
		1	2 блюдо	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	54-10г
				Шницель из курицы	100	14,3	3,2	10,0	126,4	54-24p
										54-5coyc
				Соус молочный натуральный	30	1,1	2,2	2,9	35,7	
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
			хлеб бел.	Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	200 60	0,5 4,6	0 0,5	19,8 29,5	81 140,6	54-1хн Пром.
			-	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
			хлеб бел. хлеб черн.	Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	200 60 45	0,5 4,6 3	0 0,5 0,5	19,8 29,5 15	81 140,6 76,9	54-1хн Пром.
2	7	4	хлеб бел. хлеб черн. <i>итого</i>	Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	200 60 45 785	0,5 4,6 3	0 0,5 0,5	19,8 29,5 15 115	81 140,6 76,9 749,9	54-1хн Пром.
2	7 8		хлеб бел. хлеб черн. <i>итого</i> за день:	Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	200 60 45	0,5 4,6 3	0 0,5 0,5	19,8 29,5 15	81 140,6 76,9	54-1хн Пром.
2 2	7 8	Итого Завтрак	хлеб бел. хлеб черн. <i>итого</i>	Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	200 60 45 785	0,5 4,6 3	0 0,5 0,5	19,8 29,5 15 115	81 140,6 76,9 749,9	54-1хн Пром.

			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	2,9	11,2	86	54-23гн
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.
			хлеб	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
			итого		470	16	9	68	421,5	
2	8	Обед	закуска	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	2,2	5,7	8,3	93,9	54-343
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4	54-2c
			2 блюдо	Горошница	150	14,5	1,3	33,8	204,8	54-21г
				Шницель из говядины	90	16,4	15,7	14,8	265,7	54-7м
				Соус красный основной	20	0,7	0,5	1,8	14,0	54-3coyc
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6	54-32хн
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	14,8	70,3	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	Пром.
			-							
			итого		765	42	29	99	826,3	
2	8	Итого	за день:		1235	58	39	167	1248	
2	9	Завтрак								
			гор.блюдо	Омлет натуральный	150	12,7	18	3,2	225,5	54-1o
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	40	2	0,4	10	51,2	Пром.
		<u></u>	итого		450,0	19,5	18,9	49,1	444,1	
2	9	Обед								
			1 блюдо	Суп с рыбными консервами(горбуша)	200	7,9	3,8	12,4	125,9	54-9c
			2 блюдо	Жаркое по домашнему из курицы	250	6,4	6,5	35,5	115,7	54-12г
			напиток	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	1,7	9	54-20гн
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	3	0,3	19,7	93,8	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	60	2	0,4	10	51,2	Пром.
			- 1	-			<u> </u>			<u> </u>
			итого		770	39,1	30,0	128,4	839,7	
2	9	Итого	за день:		1220	59	49	178	1283,8	
2	10	Завтрак								
		'		Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	54-10г
			гор.напиток	Тефтели из говядины с рисом	60	8,7	8,8	4,9	133,1	54-16м
			хлеб	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	54-5coyc
			фрукты	Витаминный напиок	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
			φρηποι	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
				Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.
			итого		500	19	17	70	506,7	Tpom.
2	10	Обед	unioeo		+		- 	 	,,	
	.		1 блюдо	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5	54-3c
				Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	54-3c
			2 блюдо	1 1						
			гарнир	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13,9	7,4	6,3	147,3	54-11p
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
			хлеб бел.	Хлеб ржаной	45	3	0,5	15	76,9	Пром.
		1	хлеб черн.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
					755	32	19	104	713,9	
	10	Mear	итого			52,1	35,9	176,6	1236,5	
	10	NITOľO	за день:		1255	52, I	35,9	170,0	1230,5	
2	11	320702"	ron figure	Каша разуза молонная ореаная	200	8,6	11,3	34,3	272,8	54-9к
-	''	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная овсяная						
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.
			Хлеб	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
							-			
	l						1.0		4	
		i	итого		470	14	12	71	447,8	
				Яблоко	105	1				Пром.
2	11	Обед	фрукты							
2	11	Обед	фрукты 1 блюдо	Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1	54-4c
2	11	Обед				4,6 4,5	5,7 5,5	11,6 26,5	116,1 173,7	54-4c 54-10r
2	11	Обед	1 блюдо	Рассольник домашний	200					
2	11	Обед	1 блюдо	Рассольник домашний Картофель отварной в молоке	200 150	4,5	5,5	26,5	173,7	54-10г
2	11	Обед	1 блюдо	Рассольник домашний Картофель отварной в молоке Тефтели из говядины с рисом	200 150 90	4,5 13	5,5 13,2	26,5 7,3	173,7 199,7	54-10г 54-16м
2	11	Обед	1 блюдо 2 блюдо	Рассольник домашний Картофель отварной в молоке Тефтели из говядины с рисом Соус белый основной	200 150 90 20	4,5 13 0,5	5,5 13,2 0,8	26,5 7,3 0,9	173,7 199,7 12,5	54-10г 54-16м 54-2соус
2	11	Обед	1 блюдо 2 блюдо гор.напиток	Рассольник домашний Картофель отварной в молоке Тефтели из говядины с рисом Соус белый основной Компот из сухофуктов	200 150 90 20 200	4,5 13 0,5 0,5	5,5 13,2 0,8 0,2	26,5 7,3 0,9 19,4	173,7 199,7 12,5 81,3	54-10г 54-16м 54-2соус 54-3хн
2	11	Обед	1 блюдо 2 блюдо гор.напиток хлеб бел.	Рассольник домашний Картофель отварной в молоке Тефтели из говядины с рисом Соус белый основной Компот из сухофуктов Хлеб ржаной	200 150 90 20 200 30	4,5 13 0,5 0,5 2	5,5 13,2 0,8 0,2 0,4	26,5 7,3 0,9 19,4 10	173,7 199,7 12,5 81,3 51,2	54-10г 54-16м 54-2соус 54-3хн Пром.
2	11	Обед	1 блюдо 2 блюдо гор.напиток хлеб бел.	Рассольник домашний Картофель отварной в молоке Тефтели из говядины с рисом Соус белый основной Компот из сухофуктов Хлеб ржаной	200 150 90 20 200 30	4,5 13 0,5 0,5 2	5,5 13,2 0,8 0,2 0,4	26,5 7,3 0,9 19,4 10	173,7 199,7 12,5 81,3 51,2	54-10г 54-16м 54-2соус 54-3хн Пром.

2	11	Manage			1325	44	38	176	1222,9	l
2			за день:		1323	44	36	170	1222,9	
	12	Завтрак		10	150	0.0	6.2	25.0	222.7	F4.4
			гор.блюдо	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,3	35,9	233,7	54-4r
				Курица тушеная с морковью	100	14,1	5,8	4,4	126,4	54-25м
			гор.напиток	Какао с молоком	200	4,7	3,5	12,5	100,4	54-21гн
			хлеб	Хлеб пшеничный	25	1,9	0,2	12,3	58,6	Пром.
			хлеб	Хлеб ржаной	15	1	0,2	5	25,6	Пром.
			итого		490	30	16	70	545	
2	12	Обед	закуска	Салат из моркови и яблок	60	0,5	6,1	4,3	74,3	54-113
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	4,7	5,7	10,1	110,4	54-2c
			2 блюдо	Рис отварной	150	3,6	4,8	36,4	203,5	54-6г
				Котлета рыбная любительская (минтай)	100	12,8	4,1	6,1	112,3	54-14p
				Соус сметанный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	54-7coyc
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	1,7	9	54-20гн
			хлеб пшен.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	10	51,2	Пром.
					-		*,*			
			итого		820	29	23	100	725,1	
2	12	Итого	за день:		1370	58,2	39.5	174,9	1287.1	
-		7.1.0.0	од допо.		1070	50,2	00,0	.,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	1207,1	
3	13	Завтрак	гор.блюдо	Омлет натуральный	150	12,7	18	3,2	225,5	54-1o
.		· pun	гор.напиток	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,1	8,6	50,9	54-4гн
			хлеб пшен.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
					45					
			хлеб черн.	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.
					400	- 10		15	40.1.5	
			итого		420	19	20	42	424,6	
3	13	Обед								
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	5,2	2,8	18,5	119,6	54-7c
			2 блюдо	Каша перловая рассыпчатая	150	4,4	5,3	30,5	187,1	54-5г
				Гуляш из говядины	100	17,0	16,5	4	232,2	54-2м
			напиток	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,1	9,9	41,6	54-32хн
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	30	2	0.4	10	51,2	Пром.
			wico icpii.	посо ришной	30	-	0,1	10	31,2	пром.
			итого		740	33	26	102	772,3	
3	13	Итого	за день:		1160	53	45	145	1196,9	
		711010	од допо.		1.00	- 55		110	1100,0	
3	14	Завтрак								54-21к
			гор.блюдо	Каша вязкая молочная ячневая	100	3.6	4.7	17	l 124.5	54-2гн
		Subipun	гор.блюдо	Каша вязкая молочная ячневая Чай с сахаром	100 200	3,6	4,7	17 6.4	124,5 26.8	
		Subipun	гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	
		Subirpun	гор.напиток хлеб бел.	Чай с сахаром Хлеб пшеничный	200 25	0,2 1,7	0 0,3	6,4 8,4	26,8 42,7	Пром.
		Sabipak	гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	
		Sabipak	гор.напиток хлеб бел.	Чай с сахаром Хлеб пшеничный	200 25	0,2 1,7	0 0,3	6,4 8,4	26,8 42,7	Пром.
		Substitution	гор.напиток хлеб бел.	Чай с сахаром Хлеб пшеничный	200 25	0,2 1,7	0 0,3	6,4 8,4	26,8 42,7	Пром.
3	14	·	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	200 25 45 370	0,2 1,7 3,4	0 0,3 0,4 5	6,4 8,4 22,1 54	26,8 42,7 105,5 299,5	Пром. Пром.
3	14	Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. <i>итого</i> закуска	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	200 25 45 370 80	0,2 1,7 3,4 9 2,2	0 0,3 0,4 5 5,7	6,4 8,4 22,1 54 8,3	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9	Пром. Пром. 54-343
3	14	·	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной	200 25 45 370 80 200	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2	Пром. Пром. 54-343 54-1c
3	14	·	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные	200 25 45 370 80 200 150	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r
3	14	·	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы	200 25 45 370 80 200 150	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м
3	14	·	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной	200 25 45 370 80 200 150 90 20	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0	Пром. Пром. 54-343 54-1с 54-1г 54-23м 54-3соус
3	14	·	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов	200 25 45 370 80 200 150 90 20 200	9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 19,8	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3coyc 54-1хн
3	14	·	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел.	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной	200 25 45 370 80 200 150 90 20 200 35	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 19,8 11,7	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3соус 54-1хн Пром.
3	14	·	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов	200 25 45 370 80 200 150 90 20 200	9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 19,8	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3coyc 54-1хн
3	14	·	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн.	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной	200 25 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 19,8 11,7 29,5	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3соус 54-1хн Пром.
		Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого итого	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной	200 25 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 0,5 0 0,4 0,5	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 19,8 11,7 29,5	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3соус 54-1хн Пром.
3	14	Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день:	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	200 25 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 835 1205	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 0,5 0 0,4 0,5	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 19,8 11,7 29,5	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3coyc 54-1xн Пром. Пром.
	14	Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого итого	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	200 25 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 835 1205 150	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 46 4,5	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 19,8 11,7 29,5 122 176 26,5	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 140,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3coyc 54-1хн Пром. Пром.
3	14	Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день:	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай)	200 25 45 370 80 200 150 90 200 35 60 835 1205	9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,5 2,3 4,6 37 46 4,5 12,8	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 122 176 26,5 6,1	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 140,6 81 59,8 140,6 1129,6 173,7 112,3	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3соус 54-1хн Пром. Пром.
3	14	Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день:	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный натуральный	200 25 45 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 835 1205 150 100 20	9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 46 4,5 12,8 0,7	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1 1,5	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 122 176 26,5 6,1 1,9	26,8 42,7 105,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7 112,3 23,8	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3coyc 54-1хн Пром. Пром. 54-10г 54-14р 54-5coyc
3	14	Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. штого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. штого за день:	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный натуральный Кофейный напиток с молоком	200 25 45 370 80 200 150 90 200 35 60 835 1205	9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,5 2,3 4,6 37 46 4,5 12,8	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 122 176 26,5 6,1	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 140,6 81 59,8 140,6 1129,6 173,7 112,3	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3соус 54-1хн Пром. Пром.
3	14	Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный натуральный	200 25 45 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 835 1205 150 100 20	9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 46 4,5 12,8 0,7	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1 1,5	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 122 176 26,5 6,1 1,9	26,8 42,7 105,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7 112,3 23,8	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3coyc 54-1хн Пром. Пром. 54-10г 54-14р 54-5coyc
3	14	Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный натуральный Кофейный напиток с молоком	200 25 45 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 835 1205 150 100 20 200 200	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 4,5 12,8 0,7 3,9	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1 1,5 2,9	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 122 176 26,5 6,1 1,9	26,8 42,7 105,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7 112,3 23,8 86	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3coyc 54-1хн Пром. Пром. 54-10г 54-14р 54-5coyc 54-23гн
3	14	Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный натуральный Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	200 25 45 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 1205 150 100 20 200 30	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 4,5 12,8 0,7 3,9 2,3	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1 1,5 2,9 0,2	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 122 176 26,5 6,1 1,9 11,2	26,8 42,7 105,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7 112,3 23,8 86 70,3	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3coyc 54-1xн Пром. Пром. 54-10г 54-14p 54-5coyc 54-23гн Пром.
3	14	Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный натуральный Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	200 25 45 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 1205 150 100 20 200 30	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 4,5 12,8 0,7 3,9 2,3	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1 1,5 2,9 0,2	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 122 176 26,5 6,1 1,9 11,2	26,8 42,7 105,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7 112,3 23,8 86 70,3	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3coyc 54-1xн Пром. Пром. 54-10г 54-14p 54-5coyc 54-23гн Пром.
3	14 15	Обед	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. гор.блюдо гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. хлеб бел. хлеб черн.	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный натуральный Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный	200 25 45 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 835 1205 150 100 20 200 30 20	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 4,5 12,8 0,7 3,9 2,3 1,3	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1 1,5 2,9 0,2	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 122 176 26,5 6,1 1,9 11,2 14,8 6,7	26,8 42,7 105,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7 112,3 23,8 86 70,3 34,2	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3coyc 54-1xн Пром. Пром. 54-10г 54-14p 54-5coyc 54-23гн Пром.
3 3	14 15	Обед Итого Завтрак	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. гор.блюдо гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный напуральный Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Хлеб пшеничный	200 25 45 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 835 1205 150 200 20 200 30 20	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 37 46 4,5 12,8 0,7 3,9 2,3 1,3 26 0,9	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1 1,5 2,9 0,2	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 122 176 26,5 6,1 1,9 11,2 14,8 6,7	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7 112,3 23,8 86 70,3 34,2	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3соус 54-1хн Пром. Пром. 54-10г 54-14р 54-5соус 54-23гн Пром. Пром.
3 3	14 15	Обед Итого Завтрак	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный натуральный Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Злеб ржаной Корейный напиток с молоком Суп гороховый	200 25 45 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 835 1205 150 200 20 200 30 20 520 60 200	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 37 46 4,5 12,8 0,7 3,9 2,3 1,3 26 0,9 6,7	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1 1,5 2,9 0,2 0,2	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 1122 176 26,5 6,1 1,9 11,2 14,8 6,7	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7 112,3 23,8 86 70,3 34,2 500,3 89,5 133,1	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3соус 54-1хн Пром. Пром. 54-10г 54-14р 54-5соус 54-23гн Пром. Пром. Пром. 54-163 54-8c
3 3	14 15	Обед Итого Завтрак	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо закуска 1 блюдо 2 блюдо	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный натуральный Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Винигрет с растительным маслом Суп гороховый Каша гречневая рассыпчатая	200 25 45 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 835 1205 150 200 20 200 30 20 520 60 200 150	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 37 46 4,5 12,8 0,7 3,9 2,3 1,3 26 0,9 6,7 8,2	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1 1,5 2,9 0,2 0,2 4,6 6,3	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 1122 176 26,5 6,1 1,9 11,2 14,8 6,7	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7 112,3 23,8 86 70,3 34,2 500,3 89,5 133,1 233,7	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3соус 54-1хн Пром. Пром. 54-10г 54-14р 54-5соус 54-23гн Пром. Пром. 1 пром. 54-163 54-8c 54-4г
3 3	14 15	Обед Итого Завтрак	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо за день: гор.блюдо за день: гор.блюдо закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный натуральный Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Винигрет с растительным маслом Суп гороховый Каша гречневая рассыпчатая Бефстроганов из отварной говядины	200 25 45 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 835 1205 150 200 20 200 30 20 520 60 200 150 90	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 37 46 4,5 12,8 0,7 3,9 2,3 1,3 26 0,9 6,7 8,2 13,5	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1 1,5 2,9 0,2 0,2 14 7,2 4,6 6,3 14	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 1122 176 26,5 6,1 1,9 11,2 14,8 6,7 5,3 16,3 35,9 2,1	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7 112,3 23,8 86 70,3 34,2 500,3 89,5 133,1 233,7 188,3	Пром. Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3соус 54-1хн Пром. Пром. 54-10г 54-14р 54-5соус 54-23гн Пром. Пром. 54-163 54-8c 54-4г 54-1м
3 3	14 15	Обед Итого Завтрак	гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого закуска 1 блюдо 2 блюдо гарнир напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо гор.напиток хлеб бел. хлеб черн. итого за день: гор.блюдо закуска 1 блюдо 2 блюдо	Чай с сахаром Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Салат картофельный с морковью и зеленым горошком Щи из свежей капусты со сметаной Макароны отварные Биточек из курицы Соус красный основной Компот из смеси сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Картофель отварной в молоке Котлета рыбная любительская (минтай) Соус молочный натуральный Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Винигрет с растительным маслом Суп гороховый Каша гречневая рассыпчатая	200 25 45 45 370 80 200 150 90 20 200 35 60 835 1205 150 200 20 200 30 20 520 60 200 150	0,2 1,7 3,4 9 2,2 4,7 5,3 17,2 0,7 0,5 2,3 4,6 37 46 4,5 12,8 0,7 3,9 2,3 1,3 26 0,9 6,7 8,2	0 0,3 0,4 5 5,7 5,6 4,9 3,9 0,5 0 0,4 0,5 22 27 5,5 4,1 1,5 2,9 0,2 0,2 4,6 6,3	6,4 8,4 22,1 54 8,3 5,7 32,8 12 1,8 11,7 29,5 1122 176 26,5 6,1 1,9 11,2 14,8 6,7	26,8 42,7 105,5 299,5 93,9 92,2 196,8 151,8 14,0 81 59,8 140,6 830,1 1129,6 173,7 112,3 23,8 86 70,3 34,2 500,3 89,5 133,1 233,7	Пром. Пром. 54-343 54-1c 54-1r 54-23м 54-3соус 54-1хн Пром. Пром. 54-10г 54-14р 54-5соус 54-23гн Пром. Пром. 1 пром. 54-163 54-8c 54-4г

3 55 Minuse of the common 170	1 1		I	хлеб черн.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
3 19				мео черн.	Алео пшеничный	00	4,0	0,3	29,3	140,0	пром.
3 19											
3 16 Вожграни организация об соверхняя праводения об соверхняя праводен				итого		790	36	33	106	864	
Организм Боле от ответствення 100 4-71 15.5 17.8 100.0 45.7 15.5 17.8 100.0 45.7 15.5 17.8 100.0 45.7 15.5 17.8 100.0 45.7 15.5 17.8 100.0 45.7 15.5 17.8 100.0 45.7 15.5 17.8 100.0 45.7 17.5 1											
25 1.7 25.2 1.95.5 Пров.	3	16	Завтрак								
25 1,7 0,3 8,4 4,2 1 1 1 1 1 1 1 1 1				_							
3 16 Постор											-
3 16 Обед Запуска Сакат из Беломенаций карренти корфональной 200 2,2 2,8 11,5 38 81,5 54-89 15 66,600 70,00				хлео черн.	алео ржанои	25	1,/	0,3	0,4	42,7	пром.
3 16 Обед Замуска Самат на безопочаваной казретска кондоловано 0 1 1 1 1 58 81.5 54-80											
3 16 Обед Запуска Сакат из Беломенаций карренти корфональной 200 2,2 2,8 11,5 38 81,5 54-89 15 66,600 70,00											
3 16 Обед Запуска Сакат из Беломенаций карренти корфональной 200 2,2 2,8 11,5 38 81,5 54-89 15 66,600 70,00											
16 17 18 18 19 19 19 19 19 19				итого		420	18	14	81	523,5	
2	3	16	Обед	закуска	Салат из белокочанной капусты с морковью						
Harmonic Hall Colappoint 140 20											
3 17 Опеда (отр.) Хаеб разаной 40 3 0,3 197 938 Прок. 3 18 иткого за режи 170 38 17 90 671 3 18 Иткого за режи 1140 66 32 171 1194,0 54.2 194,0 54.2											
20 1.3 0.2 6.7 34.2 Пром.					•						
3 15 Итого за дена: 1720 38 17 90 671 3 17 Зантраж Пр.											
3 16 Метос за дена: 1140 58 32 77 11940 75-72 75-				хлеб черн.	хлеб ржаной	20	1,3	0,2	6,7	34,2	Пром.
3 16 Метос за дена: 1140 58 32 77 11940 75-72 75-											
3 16 Метос за дена: 1140 58 32 77 11940 75-72 75-											
3 17 Звятраж подължари подъ				итого		720	38	17	90	671	
100 14.1 5.8 4.4 12.64 44-25				за день:							
Вороднаятия Найс сахаров 100 0.2 0.1 6.6 27.9 54-3га	3	17	Завтрак		• •						
weef беле Хиеб шинеиченный 45 3.4 0.4 22.1 19.5 Пром. име чери. Хиеб ражной 25 1,7 0.3 8,4 42,7 Пром. име се чери. Хиеб ражной 25 1,7 0.3 8,4 42,7 Пром. име се чери. Замуска 1 блюда Суп крестъпнский с крупой (крупа перлован) 200 5,1 5,8 10,8 115,6 54.0 2 блюдо Карторовал откарной в колоке 150 4,5 5,5 26,5 173,7 54-10 10,6 112,6 54-25 54-20 35,7 54-10 10,6 12,6 54-29 10,2 35,7 54-50 12,6 54-29 13,7 54-50 12,6 54-29 12,6 54-29 13,7 54-50 20,0 13,8 31 156 54-50 12,6 54-29 13,7 54-50 12,6 54-29 35,7 54-50 13,8 31 156 45,7 10,0 31,8 1											54-25м
зистем верн. Хвеб рожаной 25 1,7 0,3 8,4 4,27 Пром. 3 17 Обед. Замуска 1500 24,8 12,9 70,3 488 1 Толоро Сум крестьянский с круной (крупа перловая) 200 5,1 5,8 10,8 115,6 54-10 2 Обед. Толоро Сум крестьянский с круной 100 14,3 3,2 10,0 126,4 54-28 0 Сум крестьянский антуральный 100 14,3 3,2 10,0 126,4 54-28 0 Сум крестьянский антуральный 30 1,1 2,2 2,9 35,7 54-10 меб бери. Хлеб писшчины 45 3 0,5 15 76,9 11ром. 3 17 Игого за день: 1306 58 31 185 1233 3 18 Затуска 10 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0 1,0					•					,	54-3гн
### ### ### ### ### ### ### ### ### ##											
3 17 Обед Тамуска Замуска Сул крестыниский с крупой (крупа перловам) 200 5.1 5.8 10.8 115.6 54-10. 4 2 блюдо Картофель отпарной в молоке 150 4,5 5.5 26.5 173.7 54-10. — Сосу молочный патуральный 30 1.1 2.2 2.2 9.35.7 54-50. напиток Компот из смеся сухофруктов 200 0.5 0 19.8 81 54-120. леб беер. Хаеб ржаной 45 3 0.5 15 76.9 Прок. леб беер. Хаеб ржаной 45 3 0.5 15 76.9 Прок. леб черн. Хаеб ржаной 45 3 0.5 15 76.9 Прок. леб черн. Хаеб ржаной 20 7.1 5.8 2.6 187.3 54-23n леб черн. Хаеб ржаной 20 7.1 5.8 2.6 187.3 54-23n леб жер жаной 20 7.1				хлеб черн.	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
3 17 Обед Тамуска Замуска Сул крестыниский с крупой (крупа перловам) 200 5.1 5.8 10.8 115.6 54-10. 4 2 блюдо Картофель отпарной в молоке 150 4,5 5.5 26.5 173.7 54-10. — Сосу молочный патуральный 30 1.1 2.2 2.2 9.35.7 54-50. напиток Компот из смеся сухофруктов 200 0.5 0 19.8 81 54-120. леб беер. Хаеб ржаной 45 3 0.5 15 76.9 Прок. леб беер. Хаеб ржаной 45 3 0.5 15 76.9 Прок. леб черн. Хаеб ржаной 45 3 0.5 15 76.9 Прок. леб черн. Хаеб ржаной 20 7.1 5.8 2.6 187.3 54-23n леб черн. Хаеб ржаной 20 7.1 5.8 2.6 187.3 54-23n леб жер жаной 20 7.1											
3 17 Обед Тамуска Замуска Сул крестыниский с крупой (крупа перловам) 200 5.1 5.8 10.8 115.6 54-10. 4 2 блюдо Картофель отпарной в молоке 150 4,5 5.5 26.5 173.7 54-10. — Сосу молочный патуральный 30 1.1 2.2 2.2 9.35.7 54-50. напиток Компот из смеся сухофруктов 200 0.5 0 19.8 81 54-120. леб беер. Хаеб ржаной 45 3 0.5 15 76.9 Прок. леб беер. Хаеб ржаной 45 3 0.5 15 76.9 Прок. леб черн. Хаеб ржаной 45 3 0.5 15 76.9 Прок. леб черн. Хаеб ржаной 20 7.1 5.8 2.6 187.3 54-23n леб черн. Хаеб ржаной 20 7.1 5.8 2.6 187.3 54-23n леб жер жаной 20 7.1				umozo		520	24.8	12.9	70.3	483	
16 подо Суп крестъянский с крупой (срупа перлован) 200 5.1 5.8 10.8 115.6 54-10с 26 подо Картофель отварной молоке 150 4.5 5.5 26.5 173.7 54-10с 14.3 3.2 10.0 126.4 54-24 12.5 10.0 126.4 54-24 12.5 10.0 126.4 54-24 12.5 10.0 126.4 54-24 12.5 10.0 126.4 54-24 12.5 10.0 126.4 54-24 12.5 10.0 126.4 54-24 12.5 10.0 126.4 54-24 12.5 12.	3	17	Обел			020	,,•	,-	7.0,0		
3 17 Ипписаты курицы 150 4,5 5,5 26,5 173,7 54-10° Нинцель из курицы 100 14,3 3,2 10,0 126,4 54-24р 54-24р 65-24р 30,1 1,2 2,9 35,7 54-550 65-24р 1,0 126,4 54-24р 3,0 1,1 1,2 2,9 35,7 54-550 65-24р 1,0 126,6 1,0 <td></td> <td></td> <td>ОССД</td> <td></td> <td>Суп крестьянский с крупой (крупа пердовая)</td> <td>200</td> <td>5.1</td> <td>5.8</td> <td>10.8</td> <td>115.6</td> <td>54-10c</td>			ОССД		Суп крестьянский с крупой (крупа пердовая)	200	5.1	5.8	10.8	115.6	54-10c
Віницель из курицы											54-10r
Соус молочный катуральный 30								_			54-24p
хлеб бел. Хлеб ризаной 60 4,6 0,5 29,5 140,6 Пром. жеб черн. Хлеб рязаной 45 3 0,5 15 76,9 Пром. 3 17 Итого за дены: 1805 88 31 185 1233,1 3 18 Напиток горь людо горь ление и камидкая молочная гречневая горь ление и камидкая молочная гречневая горь ление и каме каме каме каме каме каме каме каме						30		2,2	2,9		54-5coyc
Киеб черн. Хиеб ржаной 45 3 0.5 15 76,9 Пром.				напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	19,8	81	54-1хн
3 17 Итого за день: 1306 58 31 185 1233,1 1234 1235 133,3 1244,1 1245 133,1 134,1 1245 133,1 134,1 1245 134,1				хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
3 17				хлеб черн.	Хлеб ржаной	45	3	0,5	15	76,9	Пром.
3 17 Итого за день: 1305 58 31 185 1233,1											
3 18 Завтрак Налиток Корейный налиток смолоком 200 7,1 5,8 26,7 187,3 54-20к											
18 Обед Зануска Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 200 7,1 5,8 26,7 187,3 54-20п 3 18 Обед Зануска Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 60 2,2 5,7 8,3 93,9 54-34в 3 18 Обед зануска Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 60 2,2 5,7 8,3 93,9 54-34в 4 Обед зануска Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 60 2,2 5,7 8,3 93,9 54-34в 1 Обед зануска Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 60 2,2 5,7 8,3 93,9 54-34в 1 Обед зануска Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 60 2,2 5,7 8,3 93,9 54-34в 1 Обед Помод Картофельный с морковым и зеленым горошком 200 4,7 5,7 10,1 110,4 54-32п 1 Обе						1305	58	31	185	1233,1	
Порманиток Кофейный напиток с молоком 200 3,9 2,9 11,2 86 54-23т		10	завтрак		Каша жилка молопая граппарая	200	7 1	5.8	26.7	1973	54-20r
Хлеб Хлеб пшеничный 45 3,4 0,4 22,1 105,5 Пром.					-						
Минерация Менерация Мен					-	ļ					
итого 470 16 9 68 421,5 3 18 Обед Борц с капустой и картофельный с морковью и зеленым горошком 60 2,2 5,7 8,3 93,9 54-343 1 блюдо Борци с капустой и картофелем со сметаной 200 4,7 5,7 10,1 110,4 54-2c 2 блюдо Горошница 150 14,5 1,3 33,8 204,8 54-2r 2 блюдо Горошница 90 16,4 15,7 14,8 265,7 54-7м 1 Соус красный основной 20 0,7 0,5 1,8 14,0 54-3cs 4 Напиток Компот из свежих яблок 200 0,2 0,1 9,9 41,6 54-32x 3 18 Итого за день: 15 1 0,2 5 25,6 Пром. 4 19 Завтрак 19 15 1 0,2 5 54-10 4 19 Завтрак										_	
3 18 Обед Закуска Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 60 2,2 5,7 8,3 93,9 54-343 1 6 людо Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200 4,7 5,7 10,1 110,4 54-2с 2 6 людо Горошница 150 14,5 1,3 33,8 204,8 54-21 Шницель из говядины 90 16,4 15,7 14,8 265,7 54-7м Соус красный основной 20 0,7 0,5 1,8 14,0 54-3см Напиток Компот из свежих яблок 200 0,2 0,1 9,9 41,6 54-32м хлеб бел. Хлеб пшеничный 30 2,3 0,2 14,8 70,3 Пром. хлеб черн. Хлеб ржаной 15 1 0,2 5 25,6 Пром.							_,.	,-	9,1	,-	
3 18 Обед Закуска Салат картофельный с морковью и зеленым горошком 60 2,2 5,7 8,3 93,9 54-343 1 6 людо Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200 4,7 5,7 10,1 110,4 54-2с 2 6 людо Горошница 150 14,5 1,3 33,8 204,8 54-21 Шницель из говядины 90 16,4 15,7 14,8 265,7 54-7м Соус красный основной 20 0,7 0,5 1,8 14,0 54-3см Напиток Компот из свежих яблок 200 0,2 0,1 9,9 41,6 54-32м хлеб бел. Хлеб пшеничный 30 2,3 0,2 14,8 70,3 Пром. хлеб черн. Хлеб ржаной 15 1 0,2 5 25,6 Пром.											
1 блюдо Борщ с капустой и картофелем со сметаной 200 4,7 5,7 10,1 110,4 54-2с			<u> </u>	итого		470	16	9	68	421,5	
Делодо Горошница 150 14,5 1,3 33,8 204,8 54-21г	3	18	Обед								54-343
Шиицель из говядины											54-2c
Соус красный основной 20				2 блюдо	* '	ļ					54-21г
Напиток Компот из свежих яблок 200 0,2 0,1 9,9 41,6 54-32хі Хлеб бел. Хлеб пшеничный 30 2,3 0,2 14,8 70,3 Пром. Хлеб черн. Хлеб ржаной 15 1 0,2 5 25,6 Пром.											
клеб бел. Хлеб пшеничный 30 2,3 0,2 14,8 70,3 Пром. клеб черн. Хлеб ржаной 15 1 0,2 5 25,6 Пром. итого за день: 765 42 29 99 826,3 3 3 18 Итого за день: 1235 58 39 167 1248 4 19 Завтрак гор.блюдо Омлет натуральный 150 12,7 18 3,2 225,5 54-10 клеб бел. Хлеб пшеничный 60 4,6 0,5 29,5 140,6 Пром. итого 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 4 19 Обед 1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9c 1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12r				112BH=2							
Xлеб черн. Хлеб ржаной 15 1 0,2 5 25,6 Пром.											
итого 18 42 29 99 826,3 3 18 Итого за день: 1235 58 39 167 1248 4 19 Завтрак гор.блюдо Омлет натуральный 150 12,7 18 3,2 225,5 54-10 гор.напиток Чай с сахаром 200 0,2 0 6,4 26,8 54-2гн хлеб бел. Хлеб пшеничный 60 4,6 0,5 29,5 140,6 Пром. хлеб черн. Хлеб ржаной 40 2 0,4 10 51,2 Пром. итого 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 4 19 Обед 1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9с 2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12г											
3 18 Итого за день: 1235 58 39 167 1248 4 19 Завтрак гор.блюдо Омлет натуральный 150 12,7 18 3,2 225,5 54-10 гор.напиток чай с сахаром хлеб бел. 200 0,2 0 6,4 26,8 54-2гн масе бел. хлеб черн. Хлеб ржаной 40 2 0,4 10 51,2 Пром. итого 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 4 19 Обед 1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9c 2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12r				лісо черн.	notes pication	13	1	0,2	,	23,0	пром.
3 18 Итого за день: 1235 58 39 167 1248 4 19 Завтрак гор.блюдо Омлет натуральный 150 12,7 18 3,2 225,5 54-10 гор.напиток чай с сахаром хлеб бел. 200 0,2 0 6,4 26,8 54-2гн хлеб черн. Хлеб ржаной 40 2 0,4 10 51,2 Пром. итого 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 4 19 Обед 1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9c 2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12r											
4 19 Завтрак пор.блюдо Омлет натуральный 150 12,7 18 3,2 225,5 54-10 гор.напиток Чай с сахаром 200 0,2 0 6,4 26,8 54-2гн хлеб бел. Хлеб пшеничный 60 4,6 0,5 29,5 140,6 Пром. хлеб черн. Хлеб ржаной 40 2 0,4 10 51,2 Пром. итого 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 4 19 Обед 1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9c 2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12r				итого		765	42	29	99	826,3	
гор.блюдо Омлет натуральный 150 12,7 18 3,2 225,5 54-10 гор.напиток Чай с сахаром 200 0,2 0 6,4 26,8 54-2гн хлеб бел. Хлеб пшеничный 60 4,6 0,5 29,5 140,6 Пром. хлеб черн. Хлеб ржаной 40 2 0,4 10 51,2 Пром. итого 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 4 19 Обед 1 блюдо Суп с рыбными консервами (горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9с 2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12г			Итого	за день:		1235	58	39	167	1248	
гор.напиток Чай с сахаром 200 0,2 0 6,4 26,8 54-2гн (ливей (горой) хлеб бел. Хлеб пшеничный 60 4,6 0,5 29,5 140,6 Пром. хлеб черн. Хлеб ржаной 40 2 0,4 10 51,2 Пром. итого 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 4 19 Обед 1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9c 2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12r	4	19	Завтрак								
хлеб бел. Хлеб пшеничный 60 4,6 0,5 29,5 140,6 Пром. хлеб черн. Хлеб ржаной 40 2 0,4 10 51,2 Пром. итого 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 4 19 Обед 1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9с 2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12г					**						54-10
хлеб черн. Хлеб ржаной 40 2 0,4 10 51,2 Пром. штого 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 4 19 Обед 1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9с 2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12г											54-2гн
итого 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 44,1 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 450,0 19,5 18,9 49,1 444,1 450,0 19,5 19,5 19,5 19,5 19,5 19,5 19,5 19,5											
4 19 Обед 1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9c 2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12г				хлео черн.	ллео ржанои	40	۷	0,4	10	51,2	пром.
4 19 Обед 1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9c 2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12г				Um020		450.0	19.5	18.9	49.1	444.1	
1 блюдо Суп с рыбными консервами(горбуша) 200 7,9 3,8 12,4 125,9 54-9с 2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12г	4	19	Обед	2111000			,*	1-,-	1,.	,.	
2 блюдо Жаркое по домашнему из курицы 250 6,4 6,5 35,5 115,7 54-12г				1 блюдо	Суп с рыбными консервами(горбуша)	200	7,9	3,8	12,4	125,9	54-9c
											54-12r
				напиток	Чай с сахаром	200	0,3	0,1	1,7	9	54-20гн

1	1	I	хлеб бел.	Хлеб пшеничный	60	3	0,3	19,7	93,8	Пром.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	60	2	0.4	10	51.2	Пром.
			жисо черн.	місо ржанов	- 00		0,1	10	31,2	пром.
					+					
			итого		770	39,1	30,0	128,4	839,7	
4	19	Manage	за день:		1220	59	49	178	1283,8	
4	20		за день:		1220	59	49	1/6	1203,0	
"	20	Завтрак		70 1	150			065	4505	
				Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	54-10r
			гор.напиток	Тефтели из говядины с рисом	60	8,7	8,8	4,9	133,1	54-16м
			хлеб	Соус молочный натуральный	20	0,7	1,5	1,9	23,8	54-5coyc
			фрукты	Витаминный напиок	200	0,2	0,1	6,6	27,9	54-3гн
				Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
				Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.
			итого		500	19	17	70	506,7	
4	20	Обед								
			1 блюдо	Рассольник Ленинградский	200	4,8	5,8	13,6	125,5	54-3c
			2 блюдо	Макароны отварные	150	5,3	4,9	32,8	196,8	54-1г
			гарнир	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	100	13,9	7,4	6,3	147,3	54-11p
			напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6.4	26,8	54-2гн
			хлеб бел.	Хлеб ржаной	45	3	0,5	15	76,9	Пром.
				хлео ржанои Хлеб пшеничный	60		0,5	29.5	140.6	-
			хлеб черн.	хлео пшеничныи	60	4,6	0,5	29,5	140,6	Пром.
					1					
			итого		755	32	19	104	713,9	
4	20	Manage	за день:		1255	52,1	35,9	176,6	1236,5	
4	20	VITOTO	за день.		1200	32,1	30,9	170,0	1230,3	
4	21	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная овсяная	200	8,6	11,3	34,3	272,8	54-9к
'		Sabipak	гор.напиток	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8	54-2гн
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3,4	0,4	22,1	105,5	Пром.
			Хлеб	Хлеб ржаной	25	1,7	0,3	8,4	42,7	Пром.
						,	,-	,		
					470	14	12	71	447,8	
<u> </u>		25			4					
4	21	Обед	фрукты	Яблоко	105			44.6	4464	Пром.
			1 блюдо	Рассольник домашний	200	4,6	5,7	11,6	116,1	54-4c
			2 блюдо	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,5	26,5	173,7	54-10r
				Тефтели из говядины с рисом	90	13 0,5	13,2 0,8	7,3 0,9	199,7	54-16м
			гор.напиток	Соус белый основной Компот из сухофуктов	200	0,5	0,8	19,4	12,5 81,3	54-2соус 54-3хн
			хлеб бел.	компот из сухофуктов Хлеб ржаной	30	2	0,2	19,4	51,2	Пром.
			хлеб черн.	хлео ржанои Хлеб пшеничный	60	4,6	0,4	29.5	140,6	Пром.
			ллео черн.	AMED HIMCHIN THINK	00	4,0	0,3	47,3	140,0	пром.
			итого		855	30	26	105	775,1	
4	21	Итого	за день:		1325	44	38	176	1222,9	