Меню_____

День 1

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
№311	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным и сахаром	200/2	7,719	7,849	26,953	211,01
№ 685	Чай с сахаром	200/9			8,982	35,91
	Хлеб пшеничный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Итого за завтрак		**10,719**	**9,009**	**56,495**	**351,72**
	2-ой завтрак					
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:				**4,2**	**15,1**
	Обед					
№43	Салат из св. капусты	60	0,981	3,054	2,877	43,56
№ 135	Суп из овощей и куриной грудки	15/235	5,332	6,624	10,767	126,66
№ 451	Котлета мясная	70	11,6505	14,423	11,0555	220,61
№ 516	Макароны отварные	154	5,815	4,205	37,0775	210,5
№582	Соус белый основной	30	0,194	1,0925	1,158	15,715
№ 642	Кисель из свежих яблок	200	0,12825	0,12	18,3735	75,8325
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**26,602**	**30,01725**	**94,1823**	**760,7525**
	Полдник					
№ 726	Блины с повидлом	150/20	11,296	12,665	65,337	422,19
	Сок натуральный	190	0,95	0,2375	49,248	87,4
	Печенье	45	3,375	4,41	33,48	187,65
	Итого за полдник:		**15,621**	**17,3125**	**148,065**	**697,24**
	Итого за день		**52,942**	**56,33875**	**302,9423**	**1824,8125**

Меню_____

День 2

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
№ 3	Б-д с сыром	10/40	5,32	4,11	20,56	141,2
	Вермишель молочная с маслом сливочным	180/2	6,161	6,57	18,884	160,91
№ 692	Кофейный напиток	200	1,74	1,92	11,802	71,91
	Итого за завтрак:		**13,221**	**12,6**	**51,246**	**374,02**
	2-ой завтрак					
	Груша	73	0,212	0,159	5,459	24,91
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,212**	**0,159**	**9,659**	**40,01**
	Обед					
№ 109	Борщ с куриной грудкой	15/235	4,832	6,088	5,403	99,26
№ 400 №597(II)	Суфле рыбное с соусом молочным	185	61,3541	17,8105	5,8226	471,917
№ 642	Компот из свежих фруктов	200	0,148	0,148	12,608	53,3
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**68,83535**	**24,54525**	**36,7074**	**692,352**
	Полдник					
№738	Пирожок печеный с яблоком	70	4,09359	5,69883	30,37018	190,2802
№ 685	Чай с сахаром	200/9			8,982	35,91
	Итого за полдник:		**4,09359**	**5,69883**	**39,35218**	**226,1902**
	Итого за день:		**86,36194**	**43,00308**	**136,9646**	**1332,5722**

Меню_____

День 3

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
№ 1	Б-д с маслом сливочным	8/40	3,064	6,88	20,664	157,68
	Каша манная молочная с маслом сливочным и сахаром	200/2	6,879	7,554	19,693	176,03
№ 685	Чай с сахаром	200/9			8,982	35,91
	Итого за завтрак:		**9,943**	**14,434**	**49,339**	**369,62**
	2-ой завтрак					
	Банан	90	0,825	0,275	11,55	52,8
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,825**	**0,275**	**15,75**	**67,9**
	Обед					
	Помидор свежий порционный	64	0,704	0,128	2,432	15,36
№ 139	Суп гороховый с мясом и гренками	15/225/10	11,054	7,63	24,475	213,28
№ 269	Запеканка овощная с куриной грудкой и сметаной	150/15/30	10,6501	19,6425	28,8455	340,787
№ 639	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,01	14,882	61,21
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**25,12935**	**27,90925**	**83,5083**	**698,512**
	Полдник					
№ 766	Сдоба обыкновенная	70	6,403	4,0355	40,8845	226,215
	Кисломолочный продукт	184	4,968	4,6	19,872	145,36
	Йогурт	125	4,8	1,8	34,3	108
	Итого за полдник:		**16,171**	**10,4355**	**95,0565**	**479,575**
	Итого за день:		**52,06835**	**53,05375**	**243,6538**	**1615,607**

Меню_____

День 4

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
№ 3	Б-д с сыром	10/40	5,32	4,11	20,56	141,2
№ 311	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес", сахаром	200/2	8,427	8,868	25,122	215,61
№ 692	Кофейный напиток	200	1,74	1,92	11,802	71,91
	Итого за завтрак:		**15,487**	**14,898**	**57,484**	**428,72**
	2-ой завтрак					
	Яблоко	90	0,252	0,252	6,174	29,61
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,252**	**0,252**	**10,374**	**44,71**
	Обед					
	Огурец свежий порционный	60	0,42	0,06	1,14	6,6
№ 133	Суп картофельный с рыбными консервами	25/225	6,757	8,32	17,1485	173,035
№ 431 № 600 (I)	Печень по-строгановски в сметанном соусе	80/30	22,19375	14,85925	8,59625	257,9475
№ 511	Рис отварной	140	3,54	4,125	37,065	199,55
№ 685	Чай с сахаром	200/9			8,982	35,91
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**35,412**	**27,863**	**85,80555**	**740,9175**
	Полдник					
№ 71	Винегрет овощной с сельдью	100/20	4,705	8,584	6,273	107,97
№ 642	Кисель из свежих яблок	200	0,12825	0,12	18,3735	75,8325
	Печенье	45	3,375	4,41	33,48	187,65
	Хлеб пшеничный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Итого за полдник:		**11,20825**	**14,274**	**78,6865**	**476,2525**
	Итого за день:		**46,87225**	**42,389**	**174,8661**	**1261,88**

Меню

День 5

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
№ 366	Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/17	23,4825	14,2975	61,4645	352,865
№ 693	Какао с молоком	200	3,44675	3,5375	13,9115	102,4125
	Йогурт	125	4,8	1,8	34,3	108
	Итого за завтрак:		**31,72925**	**19,635**	**109,676**	**563,2775**
	2-ой завтрак					
	Апельсин	90	0,54	0,12	4,86	25,8
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,54**	**0,12**	**9,06**	**40,9**
	Обед					
№45	Салат из кв. капусты	60	1,008	3,064	2,573	44,38
№ 130	Рассольник с куриной грудкой	15/235	4,087	5,485	12,844	119,87
№ 436	Жаркое по-домашнему	30/140	11,47	11,571	19,567	232,11
№ 639	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,01	14,882	61,21
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**19,28625**	**20,62875**	**62,7398**	**525,445**
	Полдник					
№ 340	Омлет натуральный	165	17,238	20,874	3,084	269,4
№ 685	Чай с сахаром	200/9			8,982	35,91
	Хлеб пшеничный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Итого за полдник:		**20,238**	**22,034**	**32,626**	**410,11**
	Итого за день:		**71,7935**	**62,41775**	**214,1018**	**1539,7325**

Меню_____

День 6

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
№ 3	Б-д с сыром	10/40	5,32	4,11	20,56	141,2
	Каша молочная гречневая с сахаром и сливочным маслом	200/2	10,073	8,286	13,675	244,21
№ 692	Кофейный напиток	200	1,74	1,92	11,802	71,91
	Итого за завтрак:		**17,133**	**14,316**	**46,037**	**457,32**
	2-ой завтрак					
	Банан	90	0,825	0,275	11,55	52,8
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,825**	**0,275**	**15,75**	**67,9**
	Обед					
№124	Щи из свежей капусты с куриной грудкой	15/235	3,952	5,383	7,712	97,64
№388	Котлета рыбная (Треска)	70	9,072	3,868	10,098	117,36
№ 520	Пюре картофельное	150	3,286	4,18	22,044	139,36
№ 639	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,01	14,882	61,21
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**19,03125**	**13,93975**	**67,6098**	**483,445**
	Полдник:					
№738	Пирожок печеный с яблоком	70	4,09256	5,69872	30,36312	190,2468
	Кисломолочный продукт	184	4,968	4,6	19,872	145,36
	Итого за полдник:		**9,06056**	**10,29872**	**50,23512**	**335,6068**
	Итого за день:		**28,91681**	**24,51347**	**133,5949**	**886,9518**

Меню_____

День 7

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
№ 1	Б-д с маслом сливочным	8/40	3,064	6,88	20,664	157,68
	Каша пшенная молочная с маслом сливочным и сахаром	200/2	8,198	8,111	26,25	212,51
№ 685	Чай с сахаром	200/9			8,982	35,91
	Итого за завтрак:		**11,262**	**14,991**	**55,896**	**406,1**
	2-ой завтрак					
	Яблоко	90	0,252	0,252	6,174	29,61
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,252**	**0,252**	**10,374**	**44,71**
	Обед					
	Огурец свежий порционный	61	0,48	0,06	1,5	8,4
№ 133	Суп картофельный с куриной грудкой	15/235	5,855	6,09	18,1315	153,465
№ 482 № 600 (II)	Запеканка из печени с рисом и сметанным соусом	210/30	33,927	29,7775	33,4495	539,82
№ 642	Кисель из свежих яблок	200	0,12825	0,12	18,3735	75,8325
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**42,8915**	**36,54625**	**84,3283**	**845,3925**
	Полдник					
№ 726	Блины с повидлом	100/20	7,561	8,6125	44,809	288,225
	Сок натуральный	190	0,95	0,2375	49,248	87,4
	Итого за полдник		**8,511**	**8,85**	**94,057**	**375,625**
	Итого за день:		**62,9165**	**60,63925**	**244,6553**	**1671,8275**

Меню_____

День 8

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
	Огурец свежий порционный	60	0,42	0,06	1,14	6,6
№ 340	Омлет натуральный	155	16,262	19,4735	2,894	252,115
№ 692	Кофейный напиток	200	1,74	1,92	11,802	71,91
	Хлеб пшеничный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Итого за завтрак:		**21,422**	**22,6135**	**36,396**	**435,425**
	2-ой завтрак					
	Апельсин	90	0,54	0,12	4,86	25,8
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,54**	**0,12**	**9,06**	**40,9**
	Обед					
№ 134	Суп крестьянский с крупой и мясом	15/235	7,275	8,175	19,396	180,75
№ 478 № 598 (II)	Запеканка картофельная с молочным соусом	150/20	14,208	17,844	28,1085	330,89
	Сок натуральный	190	0,95	0,2375	49,248	87,4
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**24,93425**	**26,75525**	**109,6263**	**666,915**
	Полдник					
№ 498	Котлета куриная	70	11,411	15,69	10,612	229,29
№ 534	Капуста тушеная	150	3,6161	3,8466	10,9368	94,883
№ 639	Компот из кураги	200	1,04	0,06	19,182	82,31
	Хлеб пшеничный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Итого за полдник:		**19,0671**	**20,7566**	**61,2908**	**511,283**
	Итого за день:		**65,96335**	**70,24535**	**216,3731**	**1654,523**

Меню_____

День 9

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
№ 3	Б-д с сыром	10/40	5,4824	4,3165	20,56	143,748
	Каша рисовая молочная с маслом сливочным и сахаром	200/2	7,044	7,504	28,078	209,66
№ 693	Какао с молоком	200	3,44675	3,5375	13,9115	102,4125
	Итого за завтрак:		**15,97315**	**15,358**	**62,5495**	**455,8205**
	2-ой завтрак					
	Банан	90	0,825	0,275	11,55	52,8
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого 2-ой завтрак:		**0,825**	**0,275**	**15,75**	**67,9**
	Обед					
	Помидор свежий	64	0,704	0,128	2,432	15,36
№110	Борщ из свежей капусты и куриной грудки	15/235	5,025	6,151	7,936	110,67
№ 489 (внесены изменения)	Рагу из куриной грудки	40/140	11,802	14,97	16,096	251,42
№ 643	Кисель из кураги	200	1,049	0,06	26,22	110,48
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**21,08125**	**21,80775**	**65,5578**	**555,805**
	Полдник:					
№ 360	Сырники с морковью со сгущенным молоком	150/17	23,2865	14,1575	62,617	363,48
	Сок натуральный	190	0,95	0,2375	49,248	87,4
	Печенье	45	3,375	4,41	33,48	187,65
	Итого за полдник:		**27,6115**	**18,805**	**145,345**	**638,53**
	Итого за день:		**49,51775**	**40,88775**	**226,6528**	**1262,235**

Меню

День 10

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
№ 1	Б-д с маслом сливочным	8/40	3,064	6,88	20,664	157,68
	Вермишель молочная с маслом сливочным	180/2	6,161	6,57	18,884	160,91
№ 692	Кофейный напиток	200	1,74	1,92	11,802	71,91
	Итого за завтрак:		**10,965**	**15,37**	**51,35**	**390,5**
	2-ой завтрак					
	Груша	90	0,26	0,195	6,695	30,55
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,26**	**0,195**	**10,895**	**45,65**
	Обед					
№43	Салат из св. капусты	60	0,981	3,054	2,877	43,56
№ 130	Рассольник с мясом	15/235	6,927	3,185	82,514	89,7892
№ 388	Котлета рыбная (Треска)	70	9,072	3,868	10,098	117,36
№ 520	Пюре картофельное	150	3,286	4,18	22,044	139,36
№ 639	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,01	14,882	61,21
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**22,98725**	**14,79575**	**145,2888**	**519,1542**
	Полдник:					
№ 71	Винегрет овощной с сельдью	100/20	4,705	8,584	6,273	107,97
№ 685	Чай с сахаром	200/9			8,982	35,91
	Хлеб пшеничный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Итого за полдник:		**7,705**	**9,744**	**35,815**	**248,68**
	Итого за день:		**41,91725**	**40,10475**	**243,3488**	**1203,9842**

Меню_____

День 11

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
№311	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным и сахаром	200/2	7,719	7,849	26,953	211,01
№ 630 (1994)	Чай с сахаром и молоком	150/55/9	1,595	1,76	11,567	68,91
	Хлеб пшеничный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Итого за завтрак		**12,314**	**10,769**	**59,08**	**384,72**
	2-ой завтрак					
	Яблоко	90	0,252	0,252	6,174	29,61
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,252**	**0,252**	**10,374**	**44,71**
	Обед					
	Огурец свежий порционный	61	0,48	0,06	1,5	8,4
№ 142 - (№141-1994)	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	25/225	6,161	2,24975	16,04525	115,9925
№ 437	Гуляш из говядины	50/20	0,3345	1,4545	1,559	21,85
№ 516	Макароны отварные	154	5,815	4,205	37,0775	210,5
	Сок натуральный	190	0,95	0,2375	49,248	87,4
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**16,24175**	**8,7055**	**118,3036**	**512,0175**
	Полдник					
№354	Вареники ленивые со сметаной	150/27	24,719	15,339	54,988	330,94
	Кисломолочный продукт	184	4,968	4,6	19,872	145,36
	Печенье	45	3,375	4,41	33,48	187,65
	Итого за полдник:		**33,062**	**24,349**	**108,34**	**663,95**
	Итого за день:		**61,86975**	**44,0755**	**296,0976**	**1605,3975**

Меню_____

День 12

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
№ 3	Б-д с сыром	10/40	5,32	4,11	20,56	141,2
	Каша пшенная молочная с маслом сливочным и сахаром	200/2	8,198	8,111	26,25	212,51
№ 692	Кофейный напиток	200	1,74	1,92	11,802	71,91
	Итого за завтрак:		**15,258**	**14,141**	**58,612**	**425,62**
	2-ой завтрак					
	Банан	90	0,825	0,275	11,55	52,8
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,825**	**0,275**	**15,75**	**67,9**
	Обед					
	Помидор свежий	64	0,704	0,128	2,432	15,36
№109 (внесены изменения)	Свекольник с грудкой куриной	15/235	8,165	3,245	72,132	100,2262
№ 492	Плов	40/150	16,097	19,438	42,016	407,56
№ 639	Компот из сухофруктов	200	0,22	0,01	14,882	61,21
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**27,68725**	**23,31975**	**144,3358**	**652,2312**
	Полдник					
№678	Шарлотка из яблок	85	3,1425	4,5625	20,902	148,6
	Кисломолочный продукт	184	4,968	4,6	19,872	145,36
	Итого за полдник:		**8,1105**	**9,1625**	**40,774**	**293,96**
	Итого за день:		**51,88075**	**46,89825**	**259,4718**	**1439,7112**

Меню

День 13

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
№ 3	Б-д с сыром	13/40	6,016	4,995	20,56	152,12
	Каша молочная гречневая с маслом сливочным и сахаром	200/2	10,073	8,286	13,675	244,21
№ 630 (1994)	Чай с сахаром и молоком	150/50/9	1,45	1,6	11,332	65,91
	Итого за завтрак:		**17,539**	**14,881**	**45,567**	**462,24**
	2-ой завтрак					
	Апельсин	90	0,54	0,12	4,86	25,8
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,54**	**0,12**	**9,06**	**40,9**
	Обед					
	Салат из моркови с изюмом	60	0,84025	0,07675	7,9665	36,8225
№ 157	Солянка домашняя с мясом	15/235	6,468	3,045	77,171	67,0892
№ 486	Голубцы ленивые с соусом	180/30	17,9465	34,084	228,228	454,66
№ 631	Компот из свежих фруктов	200	0,148	0,148	12,608	53,3
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**27,904**	**37,8525**	**338,8473**	**679,7467**
	Полдник					
№ 366	Запеканка из творога со сгущенным молоком	120/17	23,445	14,283	61,2075	613,51
	Сок натуральный	190	0,95	0,2375	49,248	87,4
	Итого за полдник:		**0,95**	**0,2375**	**49,248**	**87,4**
	Итого за день:		**46,933**	**53,091**	**442,7223**	**1270,2867**

Меню

День 14

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ, ккал
			Б	Ж	У	
	Завтрак					
№ 311	Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом сливочным и сахаром	200/2	8,427	8,868	25,122	215,61
№ 693	Какао с молоком	200	3,44675	3,5375	13,9115	102,4125
	Хлеб пшеничный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Йогурт	125	4,8	1,8	34,3	108
	Итого за завтрак:		**19,67375**	**15,3655**	**93,8935**	**530,8225**
	2-ой завтрак					
	Груша	90	0,26	0,195	6,695	30,55
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,26**	**0,195**	**10,895**	**45,65**
	Обед					
№ 29 (1994)	Салат из свеклы с чесноком	60	1,23	3,227	9,563	72,3
№ 151	Суп рисовый с мясом	15/235	5,855	6,152	81,522	128,25
№ 438	Азу	40/160	14,556	15,632	207,162	280,72
№639	Компот из изюма	200	0,22	0,01	14,882	61,21
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед:		**24,36225**	**25,51975**	**326,0028**	**610,355**
	Полдник					
№ 1	Б-д с маслом сливочным	40/7	3,056	6,165	20,651	151,07
№ 534	Капуста тушеная	43/140	15,8255	13,826	10,179	230,1
№ 685	Чай с сахаром	200/9			8,982	35,91
	Итого за полдник		**18,8815**	**19,991**	**39,812**	**417,08**
	Итого за день		**63,1775**	**61,07125**	**470,6033**	**1603,9075**

Меню_____

День 15

№ рецептуры	Наименование блюда/ состав	Масса порции	Пищевые вещества Б	Ж	У	ЭЦ, ккал
	Завтрак					
	Каша манная молочная с маслом сливочным и сахаром	200/2	6,879	7,554	19,693	176,03
№ 692	Кофейный напиток	200	1,74	1,92	11,802	71,91
	Хлеб пшеничный	40	3	1,16	20,56	104,8
	Итого за завтрак:		**11,619**	**10,634**	**52,055**	**352,74**
	2-ой завтрак					
	Апельсин	90	0,54	0,12	4,86	25,8
	Напиток витаминизированный	37,5			4,2	15,1
	Итого за 2-ой завтрак:		**0,54**	**0,12**	**9,06**	**40,9**
	Обед					
	Огурец свежий порционный	60	0,42	0,06	1,14	6,6
№109	Борщ с куриной грудкой	15/235	5,071	6,9165	8,5915	119,785
№ 383 № 600 (II)	Рыба, запеченная в сметанном соусе	60/20	12,548	5,2055	3,2425	119,985
№ 520	Пюре картофельное	150	3,286	4,18	22,044	139,36
№ 685	Чай с сахаром	200/9			8,982	35,91
	Хлеб ржаной	37,5	2,50125	0,49875	12,8738	67,875
	Итого за обед		**23,82625**	**16,86075**	**56,8738**	**489,515**
	Полдник					
№ 340	Омлет натуральный	165	17,238	20,874	3,084	269,4
	Кисломолочный продукт	184	4,968	4,6	19,872	145,36
	Хлеб пшеничный	43,5	3,2625	1,2615	22,359	113,97
	Печенье	45	3,375	4,41	33,48	187,65
	Итого за полдник:		**28,8435**	**31,1455**	**78,795**	**716,38**
	Итого за день		**64,82875**	**58,76025**	**196,7838**	**1599,535**

_____