

	Картофельное пюре	г	150	5,66	5,56	29,04	145	173
	Компот из изюма	г	200	0,5	0	27	110	508
	Хлеб ржано-пшеничный	г	30	1,98	0,36	10,2	54,3	110
	Батон нарезной	г	30	3	1,06	12,4	78,6	111
	Итого обед:		760	27,6	15,14	103,7	809,9	
	Полдник							
	Сок яблочный	г	200	1	0	0	110	518
	Печенье "курабье"	г	50	2,06	13,2	47,4	165,4	промышл
	Груша	г	100	0,8	0,2	7,5	94	112
	Итого полдник:		400	3,86	13,4	54,9	369,4	
4 день	Итого за день:			55,92	60,31	171,9	1770,4	
Четверг	Завтрак							
	Каша "Дружба"	г	150	10,7	17,65	39,4	349,3	247
	Яйцо вареное (поштучно)	г	40	5,1	4,6	0,3	63	300
	Сыр порционный	г	20	3,84	5,2	0	68,6	100
	Батон нарезной	г	20	1,5	0,58	10,28	52,4	111
	Кофейный напиток с молоком	г	200	3,2	2,7	15,9	79	501
	Итого завтрак:		430	24,34	30,73	65,88	612,3	
	Обед							
	Салат из свежих помидоров и огурцов	г	60	0,9	5,1	3,6	65,3	19
	Суп с крупой и курицей	г	200	1,6	5,08	17,05	120,3	155
	Рагу из птицы	г	240	13,8	14,4	15,9	346,5	407
	Компот из свежих плодов или ягод	г	200	0,5	0	27	110	508
	Хлеб ржано-пшеничный	г	30	1,98	0,36	10,2	54,3	110
	Батон нарезной	г	20	1,5	0,58	10,28	52,4	111
	Итого обед:		750	20,28	25,52	84,03	748,8	
	Полдник							
	Коктейль молочный	г	200	2,8	3,2	9,5	78	промышл.
	Печенье овсяное	г	50	2,06	13,2	47,4	189,3	промышл.
	Мандарин	г	100	0,8	0,2	7,5	94	112
	Итого полдник:		350	5,66	16,6	64,4	361,3	
5 день	Итого за день:			50,28	72,85	214,31	1722,4	
	Завтрак							5 день
	Кнели из кур	г	90	15,6	15,8	6,7	230,14	411
	Макаронные изделия отварные	г	150	5,66	5,56	29,04	145	291
	Масло сливочное порциями	г	15	0,2	14,6	0,2	115,6	478
	Чай с лимоном	г	200	0,1	0	15,2	61	459*
Пятница	Батон нарезной	г	30	3	1,06	12,4	78,6	111
	Итого завтрак:		485	24,56	37,02	63,54	630,34	
	Обед							
	Салат из белокочанной капусты с морковью	г	60	0,96	6,06	5,76	81,6	4
	Рассольник ленинградский с курицей и сметаной	г	200	2,31	6,75	16,6	137,5	134
	Тефтели из говядины припущенные	г	90	13,8	12,7	8,7	197,3	389
	Каша гречневая рассыпчатая	г	150	8,55	7,8	37	235,6	237
	Компот из яблок с лимоном	г	200	0,3	0,2	25,1	103	509
	Хлеб ржано-пшеничный	г	30	1,98	0,36	10,2	54,3	110
	Батон нарезной	г	20	1,5	0,58	10,28	52,4	111
	Итого обед:		750	29,4	34,45	113,64	861,7	
	Полдник							
	Сок виноградный	г	200	1	0	0	110	518
	Пряник	г	50	0,9	26,2	87,2	159,3	промышл
	Яблоко	г	100	0,8	0,2	7,5	94	112
	Итого полдник:		350	2,7	26,4	94,7	363,3	
	Итого за день:			56,66	97,87	271,88	1855,34	