

№959	Напиток кофейный с молоком	200/20	200/20	2,8	3,2	19,6	114,8			21		61	25,6		1,2
				29	20,54	102,06	514,05								
	Обед														
№23	Салат из сол огурцов	100	100	1,13	6,19	4,72	79,1	0,37	0,14	18,95	4,63	52,23	41,81	112,28	1,75
№208	Суп картофельный рыбный	200	250	6,64/8,3	4,88/ 6,10	17,86/ 22,32	192,4/ 240,5	-	0,18/ 0,23	4,65/ 5,81	1,94/ 2,423	30,46/ 38,08	28,24/ 35,3	69,74/ 87,17	1,62/ 2,03
№601	Плов	50/200	50/200	17,51/ 23,35	13,3/ 17,7	29,46/ 39,28	214,34 / 285,79	0,55/ 0,73	0,15/ 0,2	0,67/0, 89	1,88/2, 5	22,61/ 30,15	36,88/4 9,17	205,26 /273,6 8	2,33/3, 11
	Сок яблочный	200	200	1	0	18,2	72,25								
№11	Хлеб ржаной	50	50	13,78	12,64	60,11	124	0,15	0,17	-	5,45	215,99	42,91	217,0	1,74
				43,07/ 50,57	38,84/4 4,46	136,58/ 150,86/	801,92 / 921,47								
3 день	Завтрак														
№3	Яйцо отварное	60	60	5,1	4,6	0,3	63		0,03	0		22			1,0
№ 9	Бутерброд с сыром	50/20	50/20	16	1	70	335,49	0,01	0,20	-	5,99	250	50	250	2
№943	Чай с сахаром	200/15	200/15			3,62	60,15			21		61	25,6		1,2
				22,79	25,15	65,97	610,75								
	Обед														
№53	Огурец соленый	100	100	1,42	6,4	14,6	65	-	0,27	18,95	5,81	74,81	42,79	121,45	3,48
№187	Борщ с капустой и картофелем	200	250	6,64/8,3	4,88/ 6,10	17,86/ 22,32	192,4/ 240,5	-	0,18/ 0,23	4,65/ 5,81	1,94/ 2,423	30,46/ 38,08	28,24/ 35,3	69,74/ 87,17	1,62/ 2,03
№302	Картофельное пюре	150/5	200/5	6,75/ 9	9,6/ 12,8	32,85 /43,8	205,6/ 274,2		3,6/ 4,8	-		12,9/ 17,2			2,65/ 3,09
№486	Рыба тушеная с овощами	80	100	9,84	8,02	7,16	139,13	0,04	0,81	0,81		27,03			0,86
№26	Компот сухофрукты	200	200	0,48 4,06	0 4,48	23,8	90		0,05/ 0,06	0,89/ 1,19		14,1/ 18,82			0,33/ 0,44
№11	Хлеб ржаной	50	50	13,78	12,64	60,11	124	0,15	0,17	-	5,45	215,99	42,91	217,0	1,74
				41,48/ 46,4	44,9/ 50,44	136,78/ 153,59	894,13 /								

№22	Помидор сол	100	100	0,48	0,05	1,5	8,4	-	0,27	18,95	5,81	74,81	42,79	121,45	3,48
№38	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	5,16/6,45	4,13/5,16	17,54/21,92	119,1/148,87	-	0,17/0,21	4,84/6,05		28,5/35,62			1,032/1,29
№601	Плов	50/200	50/200	17,51/23,35	13,3/17,7	29,46/39,28	214,34 / 285,79	0,55/0,73	0,15/0,2	0,67/0,89	1,88/2,5	22,61/30,15	36,88/49,17	205,26 / 273,68	2,33/3,11
№26	Компот из сухофруктов	200	200	0,48	-	23,8	90	-	-	21	-	61	25,6	-	1,2
	Хлеб ржаной	50	50	13,78	12,64	60,11	124	0,15	0,17	-	5,45	215,99	42,91	217,0	1,74
				36,08/39,99	38,15/43,64	146,85/182,6	550,50/923,06								
6 день	Завтрак														
№405	Булочка	60	60	7,11	3,88	45,96	141,45	0,01	0,20		5,99	250,0	50,0	250,0	2,0
№1	Гречка отварная рассыпчатая с маслом	20	20	7	18	68	230	0,15	0,17		5,45	215,99	42,91	217,0	1/1,52
№864	Кисель	200/15	200/15	0,54	-	27,85	107,7			21		61	25,6		1,2
				17,65/29,88	12,08/11,92	84,61/116,71	362,65/594,49								
	Обед														
№3	Салат из сол огурцов	100	100	1,42	6,4	14,6	187,24	0,27	0,27	18,95	5,81	74,81	42,79	121,45	3,48
№187	Щи из свежей капусты с картофелем	200	250	0,32/0,40	0,056/0,07	2,4/3,02	142,56 / 178,2	-	0,008/0,01	3,04/3,80	0,032/0,04	24,06/30,07	4,07/5,88	10,95/13,69	0,31/0,39
№413	Макаронны отварные с маслом сливочным	150/25	200/25	8,76/11,01	9,76/12,96	38,28/49,23	244,8/313,4		3,64/4,84	-	0,35	59,37/63,67			4/4,44
№536	Гуляш	50	50	3,49	10	19,88	247,15	0,04	0,81	0,81		27,03			0,86
	Йогурт порционный	200	200	3,05/4,06	3,36/4,48	4,2/5,6	168/224		0,05/0,06	0,89/1,19		14,1/18,82			0,33/0,44
№11	Хлеб ржаной	50	50	13,78	12,64	60,11	124	0,15	0,17	-	5,45	215,99	42,91	217,0	1,74
				30,82/34,16	42,216/46,55	139,47/152,44	1113,75/1273,99								

7 день	Завтрак														
№117	Творожная запеканка со сгущ.молоком	150/20	150/20	19,6	16,7	43,1	475,3		0,1	0,54		299,5			1
	Хлеб пшеничный	80	80	6,6	0,64	39,36	224								
	Напиток кофейный с молоком	200/20	200/20	2,8	3,2	19,6	114,8			21		61	25,6		1,2
				29	20,54	102,06	814,1								
	Обед														
№53	Салат из сол. огурцов	100	100	4,14	8,02	10,95	198,93	0,37	0,14	18,95	4,63	52,23	41,81	112,28	1,75
№197	Борщ	200	250	2,0/2,5	5,0/ 6,25	16,23/ 20,29	172/ 202,5	-	0,1/ 0,12	7,54/ 9,42	2,96/ 3,7	25/ 31,25	26,4/ 33,0	63,3/ 79,12	0,93/ 1,16
№486	Рыба тушеная с овощами	75/75	75/75	7,88	10,6	2,4	184,8	1,52	0,054	1,026		69,912		129,61	0,66
№943	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,13	0,01	1,81	60,15			21		61	25,6		1,2
	Хлеб ржаной	50	50	13,78	12,64	60,11	124	0,15	0,17	-	5,45	215,99	42,91	217,0	1,74
№413	Макароны отварные с маслом	150	200	12,75	10,33/ /17	7,16/ 9,54	164,16 / 218,88		0,08/ 0,1	10,77/ 14,36		57,5/ 76,66			1,3/ 1,74
				40,68/ 45,43	46,6/ 51,28	98,66/ 105,1	904,04 / 989,26								
8 день	Завтрак														
№110	Омлет	150	200	9,01	12,51	2,24	156,25		0,05	0,49		79,98			1,2
№8	Хлеб пшеничный со сл/м	50/15	50/15	13,78	12,64	60,11	394,35	0,15	0,17	-	5,45	215,99	42,91	217,0	1,74
№959	Чай с сахаром	200/15	200/15			3,62	60,15			21		61	25,6		1,2
				22,79	25,79	65,97	610,75								
	Обед														
№53	Салат из св. капусты до 01.03.	100	100	1,42	6,4	14,6	187,24	0,27	0,27	18,95	5,81	74,81	42,79	121,45	3,48
№208	Суп картофельный гороховый	200	250	1,6/ 2,01	0,13/0, 16	4,4/5,4 3	152,8/ 191	-	0,032/ 0,04	0,97/ 1,21	0,14/ 0,35	37,18/ 46,47	9,41/ 11,76	41,4/5 1,75	1,08/ 1,35
№152	Гуляш	70/50	70/50	6,97/ 10,89	5,49/ 8,58	1,77/ 2,76	84/ 131,25	9,60/ 15	0,02/ 0,03	0,32/ 0,5	0,31/ 0,48	15,48/ 24,18	14,42/ 22,53	65,83/ 102,86	0,61/ 0,95
№304	Рис отварной	150	200	4,63/ 8,4/9,2	30,72/ 254,4/			-	0,05/ 7,14/			5,8/7,7			1,02/

				6,17		40,96	339,2		0,07	9,52					1,36
№26	Компот из сух. фруктов	200/20	200/20	2,8	3,2	19,6	114,8			21		61	25,6		1,2
№11	Хлеб ржаной	50	50	13,78	12,64	60,11	124	0,15	0,17	-	5,45	215,99	42,91	217,0	1,74
				31,2/ 37,07	35,9/ 39,82	131,2/ 143,46	917,24 /1087, 49								
9 день	Завтрак														
№304	Каша рисовая молочная вязкая	200	200	4,37/ 5,82	5,45/ 7,27	22,31/ 29,75	155,78 /207,7 1		0,06/ 0,08	1,56/ 2,08		147,63 /196,8 4			0,28/ 0,37
№8	Хлеб пшеничный	80	80	6,6	0,64	39,36	224								
№864	Кисель	200	200	0,54		27,85	107,7			21		61	25,6		1,2
				11,51/ 12,96	6,09/ 7,91	89,52 /96,96	487,48 / 539,41								
	Обед														
№53	Салат из отварной свёклы	100	100	1,42	6,4	14,6	187,24	0,27	0,27	18,95	5,81	74,81	42,79	121,45	3,48
№208	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	250	6,64/8,3	4,88/ 6,10	17,86/ 22,32	184,9 240,5	-	0,18/ 0,23	4,65/ 5,81	1,94/ 2,423	30,46/ 38,08	28,24/ 35,3	69,74/ 87,17	1,62/ 2,03
№302	Гречка отварная рассыпчатая с соусом	150/25	200/25	8,76/ 11,01	9,76/ 12,96	38,28 /49,23	244,8/ 313,4		3,64/ 4,84	-	0,35	59,37/ 63,67			4/4,44
№607	Котлета мясная	80	100	9,84	8,02	7,16	159,13	0,04	0,81	0,81		27,03			0,86
№26	Компот из сух фруктов	200	200	1	0	18,2	72,25								
№11	Хлеб ржаной	50	50	13,78	12,64	60,11	124	0,15	0,17	-	5,45	215,99	42,91	217,0	1,74
				41,44/ 45,35	41,7/ 46,12	156,21/ 171,62	979,82 / 1096,5 2								

10 день	Завтрак														
№413	Макароны с маслом	150/5	200/5	5,34/ 7,96	6,96/ 11,42	31,45/ 50,96	203/ 338,36		0,08/ 0,14			14,63/ 19,2			0,79/ 1,32
№3	Бутерброд со сл/м	30/10	30/10	13,78	12,64	60,11	394,35	0,15	0,17	-	5,45	215,99	42,91	217,0	1,74
№943	Чай с сахаром	200/15	200/15	0,13	0,01	3,62	60,15			21		61	25,6		1,2
				19,25 21,74	19,6/ 24,06	95,18 126,12	659,18 /794,5 4								
	Обед														
№22	Помидор сол	100	100	0,48	0,06	1,5	8,4	0,37	0,14	18,95	4,63	52,23	41,81	112,28	1,75
№187	Рассольник	200	250	1,74/ 2,175	4,89/ 6,11	8,48/ 10,6	138,08 / 172,6	-	0,04/0 ,05	2/ 2,5	2,38/ 2,98	50,16/ 62,7	18,2/ 22,75	37,2/ 46,5	1,16/ 0,82
№601	Плов	50/200	50/200	9,84	8,02	7,16	139,13	-	0,04	-		27,03			0,86
№11	Хлеб ржаной	50	50	13,78	12,64	60,11	124	0,15	0,17	-	5,45	215,99	42,91	217,0	1,74
№26	Компот из сух фруктов	200/15	200/15	0,13	0,00	1,81	60,15	0,00	0,01	1,08		6,40	0,00	3,6	0,18
				25,97 46,98	25,61 48,55	79,06 123,12	469,76 947,74								