

№120	Омлет натуральный					
	Хлеб пшеничный	60	3,05	3,2	5,66	63,64
№338	Плоды или ягоды свежие	20	1,64	0,54	9	49,82
№416	Какао с молоком	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого за завтрак:	200	4,92	5,32	19,86	147,08
	Завтрак 2-ой		24,01	24,06	107,81	748,9
№ 389	Сок					
		200	0	0	10,5	42
№ 406	Пирожок с яблоком печенный					
		60	4,19	4,88	20,31	141,92
	Итого за завтрак 2-ой:		4,19	4,88	30,81	183,92
	Обед					
№ 52	Свекла отварная дольками	100	1,05	0,08	10,8	48,12
№96	Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	275/15/10	10,5	10,9	25	240,1
№203	Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,8	8	45,4	280,8
ТТК						
188	Фрикассе из куриных грудок	50/60	9,76	12,8	6	178,24
	Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	1,44	16,4	89,12
№377	Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
	Итого за обед:		34,46	34,39	137,2	996,12
	Итого за 1 день:		62,66	63,33	275,82	1928,94
	День 7					
	Завтрак					
№ 181	Каша молочная манная со сливочным маслом					
		250/5/10	11	12	34,84	291,36
№15	Сыр	10	2,7	1,68		25,92
№401	Оладьи дрожжевые	100	7,64	9,63	22,8	208,43
	Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
№338	Плоды или ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
№376	Чай с сахаром	190/10	0,2	0,05	10	41,3
	Итого за завтрак:		25,22	24,84	96,64	713,65
	Завтрак 2-ой					
№ 389	Сок					
		200	0	0	10,5	42
	Кондитерское изделие	40	1,8	6,6	16,8	133,8
	Итого за завтрак 2-ой:		1,8	6,6	27,3	175,8
	Обед					
№71	Огурцы и помидоры порционно	100	1,1	0,2	3,8	21,4
№118	Пельмени с бульоном	150/140	7,82	14,5	38,1	314,18
№ 147	Картофель запеченный	200	8,2	9,3	50	316,5
№239	Тефтели "Рыбацкие" из минтая, запеченные с соусом	90/30	12,3	8,42	9,25	161,98
	Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,2	40,06
№342	Компот из свежих плодов	200	0,17	0,17	19,18	76,8
	Итого за обед:		34,19	33,89	147,73	1030,56
	Итого за 1 день:		61,21	65,33	271,67	1920,01
	День 8					
	Завтрак					
№ 173	Каша молочная гречневая со сливочным маслом					
		230/5/10	9,97	12,8	41	319,08
№3	Бутерброд с сыром	60/15	8,94	5,4	28,8	199,56
№209	Яйцо вареное	40	5	4,6	0,28	62,52
	Хлеб пшеничный	20	0,64	0,54	9,6	49,82
№338	Плоды или ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	47
№377	Чай с сахаром и урюком	180/10/7	0,43	0,09	14,4	60,1
	Итого за завтрак:		25,38	23,83	103,88	738,08
	Завтрак 2-ой					
№ 389	Сок					
		200	0	0	10,5	42
	Кондитерское изделие	40	3,6	3,8	12,6	99
	Итого за завтрак 2-ой:		3,6	3,8	23,1	141
	Обед					
№45	Салат из белокочанной капусты	100	1,62	8	10,75	121,48
№112	Суп с макаронными изделиями с курицей со сметаной	275/15/10	9	10,99	32,6	265,31
№312	Картофельное пюре	180	6,2	5,3	45,5	254,5
№260	Гуляш из говядины с соусом	50/50	10,61	8,9	5,33	143,86
	Хлеб пшеничный	40	3,28	1,08	19,2	99,64
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,44	16,4	80,12
№342	Компот из свежих яблок	200	0,17	0,17	19,18	76,8
	Итого за обед:		33,52	34,88	148,96	1041,71