













2			итоги	765	31	46	123	1038		137,3
4	Итого за день:			1280	53	84	223	1877		233,14
2	5	Завтрак	гор.блюдо	210	6,00	11,00	51,00	320,00	6	25,36
			гор.напиток	200			12,00	45,00	197	2,96
			хлеб	45	3,00		22,00	107,00	90	4,5
			фрукты							
			выпечка	150	4	14	25	246	81	32,94
			итоги	605	13	25	110	718		65,76
2	5	Обед	закуска							
			1 блюдо	250	8,00	8,00	27,00	214,00	79,01	36,5
			2 блюдо	210	6,00	11,00	51,00	320,00	6	25,36
			гарнир							
			напиток	200			12,00	45,00	197	2,96
			хлеб бел.	45	3,00		22,00	107,00	90	4,5
			хлеб черн.							
			выпечка	150	4	14	25	246	81	32,94
			итоги	855	21	33	137	932		102,26
2	5	Итого за день:		1460	34	58	247	1650		168,02
3	1	Завтрак	гор.блюдо	210	5,00	11,00	51,00	319,00	95	26,9
			гор.напиток	200			12,00	45,00	197	2,96
			хлеб	55	3,00	8,00	22,00	182,00	90/1	16,97
			фрукты							
			итоги	465	8	19	85	546		46,83
3	1	Обед	закуска							
			1 блюдо	250	8,00	8,00	27,00	214,00	79,01	36,5









4	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша "Дружба" с маслом	210	6,00	11,00	48,00	314,00	59	26,73
			гор.напиток	Чай с сахаром	200			12,00	45,00	197	2,96
			хлеб	Хлеб со сливочным маслом	55	3,00	8,00	22,00	182,00	90/1	4,5
			фрукты								
			<i>итого</i>		465	9	19	82	541		34,19
4	1	Обед	закуска								
			1 блюдо	Суп рисовый с мясом	250	7,00	7,00	17,00	160,00	77	34,4
			2 блюдо	Каша "Дружба" с маслом	210	6,00	11,00	48,00	314,00	59	26,73
			гарнир								
			напиток	Чай с сахаром	200			12,00	45,00	197	2,96
			хлеб бел.	Хлеб со сливочным маслом	55	3,00	8,00	22,00	182,00	90/1	4,5
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		715	16	26	99	701		68,59
4	1	<b>Итого за день:</b>			1180	25	45	181	1242		102,78
4	2	Завтрак	гор.блюдо	Картофельное пюре с поджаркой из мяса	230	19,00	26,00	59,00	561,00	226/170	95,59
			закуска	Салат "Здоровье"	60	2,00	20,00	7,00	215,00	15	12,73
			гор.напиток	Чай с сахаром	200			12,00	45,00	197	2,96
			хлеб	Хлеб	45	3,00		22,00	107,00	90	4,5
			фрукты								
			<i>итого</i>		535	24	46	100	928		115,78
4	2	Обед	закуска	Салат "Здоровье"	60	2,00	20,00	7,00	215,00	15	12,73

4	4	1 блюдо	Щи с мясом	250	9,00	8,00	23,00	199,00	46,01	41,85
		2 блюдо	Картофельное пюре с поджаркой из мяса	230	19,00	26,00	59,00	561,00	226/170	95,59
		гарнир								
		напиток	Чай с сахаром	200			12,00	45,00	197	2,96
		хлеб бел.	Хлеб	45	3,00		22,00	107,00	90	4,5
		хлеб черн.								
				785	33	54	123	1127		157,63
		Итого		1320	57	100	223	2055		273,41
4	2	Завтрак	Каша гречневая с мясной котлетой	240	24,00	20,00	42,00	445,00	146/34	64,56
		гор.напиток	Компот из кураги	200	1,00		31,00	123,00	211	26,28
		хлеб	Хлеб	45	3,00		22,00	107,00	90	4,5
		фрукты								
				485	28	20	95	675		95,34
		Итого								
4	3	Обед	Рассольник с мясом	250	8,00	8,00	25,00	206,00	57	39,4
		1 блюдо	Каша гречневая с мясной котлетой	240	24,00	20,00	42,00	445,00	146/34	64,56
		2 блюдо								
		гарнир								
		напиток	Компот из кураги	200	1,00		31,00	123,00	211	26,28
		хлеб бел.	Хлеб	45	3,00		22,00	107,00	90	4,5
		хлеб черн.								
				735	36	28	120	881		134,74
		Итого		1220	64	48	215	1556		230,08
4	3	Завтрак	Рис отварной с поджаркой из с/м рыбы	240	23,00	28,00	42,00	514,00	42/160	65,4
		гор.блюдо								



