Согласовано:

Директор МУП "Новосергиевка-Аква"

_____ Ю.П.Бурцев

Подпись

24.08.2020г.

Согласовано.

директор Максютов З.Я.

МОБУ. Кутуевская сош

(наименование ОО)

_____ Максютов З.Я.

Подпись Ф.И.О.

24.08.2020г.

Примерное 12-дневное меню
для организации питания учащихся 7-11лет
образовательных организаций 2020-2021учебный год
весенний период

Согласовано:

Директор МУП "Новосергиевка-Аква"

_____Ю.П.Бурцев

Подпись

24.08.2020г.

Согласовано:

директор_____

_____

(наименование ОО)

_____

Подпись Ф.И.О.

Средняя цена за 2 недели:

1 неделя	7-11лет
1 день	53,28
2 день	53,28
3 день	53,28
4 день	53,28
5 день	53,28
Средняя стоимость за 5 дней	53,28
6 день	53,28
Средняя стоимость за 6 дней	53,28

2 неделя	7-11лет
7 день	53,28
8 день	53,28
9 день	53,28
10 день	53,28
11 день	53,28
12 день	53,28
Средняя стоимость за 5 дней	53,28
6 день	53,28
Средняя стоимость за 6 дней	53,28
ИТОГО средняя стоимость за 2 недели	53,28

Примерное 12-ти девное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд для горячих завтраков и обедов в ОУ Новосергиевского района

/весенний период/

на 2020-2021 учебный год.

День\ № р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
7-11лет							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
1 день	Завтрак													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	7,35	10,15	13,62	166,50	0,10	0,050	0,04	0,50	168,50	8,60	286,50	0,35
№ 253	Каша рисовая вязкая	200	6,28	11,82	26,00	254,50	0,06	0,10	0,04	0,90	189,50	45,50	224,10	0,45
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0	0	0,5	0,5	4,9	22,75	0,2
			16,41	**22,25**	**68,88**	**551,89**	**0,24**	**0,15**	**0,08**	**1,90**	**375,00**	**62,00**	**545,95**	**3,00**
	Обед													
№16	Салат из свежих огурцов	60	0,44	6,05	1,8	62,16	0	3,3	0,04	2,6	160	37,5	240	0,32
№ 78	Борщ с фасолью и картофелем и мясом	250/25	10,53	6,73	10,88	210,50	0,10	6,10	0,30	0,00	54,60	26,30	186,50	0,60
№ 292	Картофель тушенный с курицей	200	4,55	10,01	19,7	272,2	0,08	3,5	0	1,2	48,8	16,24	68,9	0,5
№639	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	25,4	54	0,03	25,5	0	0	54,6	21	45,3	0,7
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,072	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	36,8	121,5								
			23,98	**25,95**	**114,26**	**814,36**	**0,28**	**38,40**	**0,34**	**3,80**	**336,20**	**106,64**	**555,30**	**4,52**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	4,30	15,50	100,00	0,18	1,10	0,03	0,00	3,00	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	27,14	135,00	0,06	0,07	0,02	1,10	16,80	6,35	48,60	0,35
			9,24	**6,80**	**42,64**	**235,00**	**0,24**	**1,17**	**0,05**	**1,10**	**19,80**	**6,36**	**48,60**	**0,35**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**49,63**	**55,00**	**225,78**	**1601,25**	**0,75**	**39,72**	**0,47**	**6,80**	**731,00**	**175,00**	**1149,85**	**7,87**

День\ № р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
2 день	**Завтрак**													
ттк№ 13	Салат: "Фантазия"	60	1,14	5,31	5,5	78,89	0,02	3,5	0	2,5	25,6	8,5	32,6	0,2
№ 181	Жаркое по-домашнему	180	6,3	11,2	16,2	273,34	0,1	4,35	0,02	1,2	25,6	25,4	220,5	0,3
№ 283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	25,4	54	0,03	25,5	0	0	54,6	21	45,3	0,7
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	57	0,01	0	0	0	4	2,8	2,56	0,5
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,5	0,24	6,4	15,1	0,03	0	0	0	15,6	6,1	35,4	0,2
			11,1	**16,9**	**63,3**	**478,3**	**0,2**	**33,4**	**0,0**	**3,7**	**125,4**	**63,8**	**336,4**	**1,9**
	Обед													
№32	Салат из картофеля с солеными огурцами	60	1,16	3,78	9,12	94,05	0,08	3,38	0,01	1,08	109,61	9,18	65,36	0,5
№ 95	Суп из овощей с мясом и сметаной	250	1,98	3,60	10,60	115,30	0,06	2,00	0,10	0,10	45,20	15,50	54,60	0,20
№228	Рыба отварная	80	12,50	1,50	1,60	155,20	0,10	0,50	0,20	1,00	121,20	32,30	290,50	0,30
№587	Соус томатный	50	1,3	1,5	4,2	25	0,05	0,04	0,09	0,1	15,2	3	5,32	0,2
№119	Гороховое пюре	150	11,4	8,6	15,2	148,4	0,09	0	0,05	0	86,6	26,8	342,9	2,5
№ 376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	45	0	0,03	0	0	20,4	1,5	6,5	0,1
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	64	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	4,3	4,38	69,68	145,1								
			35,8	**23,7**	**145,1**	**792,1**	**0,4**	**6,0**	**0,5**	**2,3**	**416,4**	**93,9**	**779,8**	**6,2**
	Полдник													
	Печенье "Курабье"	50	1,5	12,5	17,3	118,81	0,2	0,02	0,01	0,5	56,4	0,1	0,07	0,1
№ 294	Сок фруктовый	200	0,8	0,2	5,8	116,19	0,03	0,04	0	0	64,2	16,5	25	0,1
			2,3	**12,7**	**23,1**	**235**	**0,23**	**0,06**	**0,01**	**0,5**	**120,6**	**16,6**	**35,2**	**0,2**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**49,1**	**53,3**	**231,5**	**1505,4**	**0,81**	**39,4**	**0,48**	**6,5**	**662,4**	**174,3**	**1151,3**	**8,3**

День\ № р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
3 день	**Завтрак**													
ттк № 14	Салат: "Калейдоскоп"	60	1,10	4,10	4,60	54,60	0,010	12,78	0,00	2,00	15,40	13,40	30,60	0,50
№ 405	Курица в соусе с томатом	80	6,2	4,5	1,5	84,2	0,01	1,53	0,01	0,33	45,5	10,2	60	0,5
№ 516	Макаронные изделия отварные	150	4,5	6,1	25,4	124,1	0,05	0	0,02	0,99	15,2	18,5	85,2	1,1
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
108	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0	0	0,5	0,5	4,9	22,75	0,2
			14,66	**14,98**	**74,32**	**477,15**	**0,16**	**24,31**	**0,04**	**4,02**	**113,10**	**57,20**	**229,15**	**3,80**
	Обед													
№52	Винегрет овощной	60	1,5	9,5	6,2	85,4	0,05	7,5	0	0	145,6	10,3	36,5	0,1
№110	Суп пшенный с мясом «Кулеш»	250/30	2,8	3,5	10,8	65,3	0,01	0,6	0	0,3	45,5	15,9	60,8	0,1
№278	Тефтели из мяса птицы	80	12,60	8,60	6,30	125,60	0,00	0,50	0,00	0,00	15,80	2,50	15,40	0,10
№587	Соус томатный	50	1,3	2,4	4,2	34	0,08	0,04	0,02	0,15	9,9	3	8,3	0,2
№ 241	Картофельное пюре	200	5,4	5,2	26,4	184,5	0,05	0	0,4	0	105,6	45,6	230,6	0,6
№377	Чай с сахаром и лимоном	200/15/7	0,1	0,8	10,5	54,2	0	3,2	0	0	26,8	1,5	8,4	0,3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№321	Слойка с повидлом	100	6,5	6,5	25,5	123,4								
			33,24	**36,82**	**109,58**	**766,4**	**0,2**	**11,84**	**0,42**	**0,45**	**367,4**	**84,4**	**374,6**	**3,8**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	4,30	1,50	15,20	118,81	0,25	0,50	0,01	1,40	65,40	16,50	200,50	0,30
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	0,7	0	26,8	116,19	0,15	0	0,02	1,09	126,3	14,3	186,5	0,4
			5,00	**1,50**	**42,00**	**235,00**	**0,40**	**0,50**	**0,03**	**2,49**	**191,70**	**30,80**	**387,00**	**0,70**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,90**	**53,30**	**225,90**	**1478,55**	**0,76**	**36,65**	**0,49**	**6,96**	**672,20**	**172,40**	**990,75**	**8,30**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
4 день	**Завтрак**													
№ 55	Винегрет овощной	60	0,6	2,5	3,5	45,3	0,02	4,2	0,01	2,7	15,5	8,6	95,3	0,5
ттк № 7	Шницель детский	80	6,5	4,4	10,5	154,7	0,072	6,5	0,02	0,4	148	25,4	95,6	0,8
ттк №8	Рис припущенный с овощами	150	2,4	1,6	24,4	178,8	0,043	1,5	0,05	0,28	125,6	65,5	85,4	0,3
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,01	0	0	0	4	2,8	2,56	0,5
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,1	0,1	4,2	36,2	0,036	0	0	0	10,5	2,1	94,2	0,4
			14,62	**8,76**	**68,04**	**584**	**0,181**	**12,2**	**0,08**	**3,38**	**304,6**	**104,4**	**373,06**	**2,6**
	Обед													
№ 22	Салат из свежих помидор	50	0,50	5,08	2,30	56,60	0,00	7,21	0,00	0,42	25,20	10,29	17,64	0,84
№ 113	Суп-лапша по-домашнему	250	4,50	4,50	15,60	144,30	0,10	0,60	0,30	0,90	85,50	6,60	192,60	0,80
№ 205	Сосиска отварная	100	10,4	12,5	0	165,5	0,095	0	0	0,2	20,6	10	105,6	0,2
№131	Капуста тушеная	150	3,5	6,5	11,5	85,6	0	16,5	0,01	0,9	60,4	15,6	95,6	0,6
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№ 327	Оладьи с повидлом	165	3,5	3,2	36,6	126,3								
			26,94	**34,60**	**97,18**	**717,50**	**0,24**	**24,81**	**0,32**	**2,43**	**355,40**	**58,49**	**571,64**	**5,24**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	3,50	4,40	30,50	118,81	0,20	0,50	0,02	0,00	5,40	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	2,20	1,60	14,60	116,19	0,10	0,50	0,01	0,20	10,50	4,60	90,60	0,10
			5,70	**6,00**	**45,10**	**235,00**	**0,30**	**1,00**	**0,03**	**0,20**	**15,90**	**4,61**	**90,60**	**0,10**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**47,26**	**49,36**	**210,32**	**1536,50**	**0,72**	**38,01**	**0,43**	**6,01**	**675,90**	**167,50**	**1035,30**	**7,94**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
5 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	5,30	6,20	13,62	187,27	0,20	0,050	0,01	1,50	156,70	6,50	256,30	0,20
№10	Мандарин	150	0,00	0,30	11,25	57,00	0,01	15,60	0,09	1,50	85,40	15,40	10,30	0,10
№ 461	Тефтели (1 вариант)	90	6,50	8,60	11,22	184,50	0,05	1,50	0,04	0,40	45,20	12,60	41,30	0,60
№ 294	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	15,31	61,62	0,04	1,5	0	0,5	18,6	1,5	15,3	0,2
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,01	0	0	0	4	2,8	2,56	0,5
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,1	0,1	4,2	36,2	0,036	0	0	0	10,5	2,1	94,2	0,4
			15,47	**15,37**	**65,44**	**573,59**	**0,35**	**18,65**	**0,14**	**3,90**	**320,40**	**40,90**	**419,96**	**2,00**
	Обед													
№16	Салат из свежих огурцов	60	0,44	6,05	1,8	62,16	0	9,3	0	0,6	36	14,7	25,2	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	6,20	21,28	156,60	0,16	1,00	0,09	2,00	65,20	15,60	105,60	0,60
№ 291	Плов из мяса птицы	200	21,6	16,5	21,2	147,6	0,1	4,1	0,19	0	82,6	62,5	254,1	0,8
№639	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	15,4	124,5	0,01	8,2	0	0	53,4	12,3	65,2	0,6
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	3,5	1,5	46,8	137,4	0,001	0,002	0	0	64,33	0,02	44,9	
			32,78	**30,57**	**126,16**	**722,26**	**0,28**	**22,60**	**0,28**	**2,60**	**319,73**	**110,72**	**509,60**	**5,60**
	полдник													
№92	Печенье "Курабье"	50	2,5	6,4	10,1	100,00	0,1	0,02	0,01	0,1	41,5	0,001	25,6	0,02
№ 294	Сок фруктовый	200	1,6	0,2	3,8	135,00	0,01	0,04	0	0	15,3	21	45,6	0,7
			4,1	**6,6**	**13,9**	**235**	**0,11**	**0,06**	**0,01**	**0,1**	**56,8**	**21,001**	**71,2**	**0,72**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,35**	**52,54**	**205,50**	**1530,85**	**0,74**	**41,31**	**0,43**	**6,60**	**696,93**	**172,62**	**1000,76**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
6 день	**Завтрак**													
№119	Икра свекольная или морковная	60	0,80	4,20	4,20	49,20	0,02	3,50	0,00	2,10	65,60	15,00	34,80	0,10
№ 205	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	80	3,50	10,40	1,50	125,40	0,10	0,00	0,02	0,50	55,80	12,40	94,10	0,20
№ 219	Ккаша гречневая пассыпчатая	150	4,4	3,2	25,8	184,6	0,02	0	0,03	0,5	15	25,4	120,1	0,5
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1	0	10,4	36,4	0,01	0	0	0	8,8	3	3,45	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
			11,8	**18,1**	**61,6**	**489,6**	**0,2**	**3,5**	**0,0**	**3,1**	**163,4**	**61,4**	**267,1**	**3,3**
	Обед													
№ 30	Салат из солёных огурцов с луком	60	0,51	3,05	2	36,9	0,034	5	0,31	0,82	28,1	16,04	37,38	0,06
№ 105	Суп с макаронными изделиями и мясом	250/50	12,6	10,5	10,4	136,4	0	0,1	0,01	1,8	45,8	8,1	95,2	0,2
№278	Тефтели из мяса птицы	80	10,30	10,20	6,10	124,60	0,00	0,40	0,00	0,00	25,90	2,50	10,20	0,40
№92	Рагу из овощей	150	2,4	8,1	25,6	124,5	0,2	0,4	0,04	0,1	201,5	52,3	186,4	0,2
№587	Соус томатный	50	0,6	1,3	4,2	25,1	0,05	0,04	0,01	0,1	25,4	3	15,32	0,48
№340	Компот из урюка	200	0,6	0	15,3	68,4	0,01	31,5	0	0	62,8	11,1	35,6	0,1
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	6,6	2,3	51,2	164,2								
			36,7	**35,8**	**134,5**	**774,1**	**0,3**	**37,4**	**0,4**	**2,8**	**407,7**	**98,6**	**394,7**	**3,8**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,30	1,10	14,20	118,81	0,20	0,81	0,03	0,40	25,80	8,10	187,50	0,56
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	0,6	0	15,6	116,19	0,1	0	0,04	0,5	68,7	4,35	160,2	0,5
			2,90	**1,10**	**29,80**	**235,00**	**0,30**	**0,81**	**0,07**	**0,90**	**94,50**	**12,45**	**347,70**	**1,06**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**51,4**	**55,0**	**225,9**	**1498,7**	**0,8**	**41,8**	**0,49**	**6,8**	**665,6**	**172,5**	**1009,5**	**8,2**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
7 день	**Завтрак**													
№189	Бутерброд горячий с колбасой	50	6,67	3,48	14,98	151,00	0,09	0,25	0,01	0,00	25,80	21,10	52,30	0,10
№ 260	Каша "Дружба"	200	5,26	6,6	15,3	168,9	0,08	1,32	0,2	0,2	165,2	15,3	140,4	0,5
№ 283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	15,8	113,79	0,03	1,22	0,01	1,5	82,5	15,2	44,53	0,8
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
			15,53	**10,40**	**65,76**	**527,69**	**0,21**	**2,79**	**0,22**	**1,70**	**291,70**	**57,20**	**251,83**	**3,80**
	Обед													
№52	Винегрет овощной	50	1,4	8,81	6,45	121,6	0,19	5,4	0	0	22,4	10,8	20,5	0,6
№96	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/20	3,30	6,50	21,20	84,20	0,01	6,40	0,09	0,10	65,80	15,80	56,73	0,09
№309	Рагу из мяса птицы	200	10,21	10,80	13,50	156,80	0,08	25,40	0,10	5,00	201,50	48,60	635,40	0,25
№ 376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	15,9	1,4	2,8	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№321	Слойка с повидлом	100	7,49	10,8	62,53	240,4	0,001	0	0,02	0,06	30,65	23,9	0,005	0,03
			25,51	**37,25**	**138,36**	**757,00**	**0,29**	**37,23**	**0,21**	**5,16**	**354,45**	**106,10**	**730,04**	**3,57**
	полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	1,50	10,70	135,00	0,05	0,07	0,02	0,14	15,80	6,35	30,60	0,15
			9,24	**4,60**	**26,50**	**235,00**	**0,25**	**1,17**	**0,05**	**0,14**	**21,60**	**6,36**	**30,60**	**0,15**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**50,28**	**52,25**	**230,62**	**1519,69**	**0,75**	**41,19**	**0,48**	**7,00**	**667,75**	**169,66**	**1012,47**	**7,52**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
8 день	**Завтрак**													
ттк№ 16	Салат "Солнечный"	60	1,12	3,3	6,49	28,6	0,05	6,12	0	1,86	54,7	20,4	91,5	0,05
№ 454	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски	80	10,50	6,50	6,80	154,60	0,07	1,07	0,07	0,53	65,20	15,60	205,90	0,10
№ 516	Макаронные изделия отварные	150	5,1	6,4	6,5	121,3	0,09	0	0,03	0,99	68,9	20,7	99,8	0,01
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,3	0,24	4,4	36,2	0,01	0	0	0	61,1	9,4	61,3	0,01
			21,26	**16,76**	**69,47**	**566,7**	**0,28**	**17,19**	**0,11**	**3,58**	**304,6**	**81,9**	**503,7**	**4,07**
	Обед													
№ 22	Салат из свежих помидор	50	0,50	5,08	2,30	56,60	0,00	7,21	0,00	0,42	25,20	10,29	17,64	0,34
№ 95	Суп из овощей с мясом и сметаной	250/25/20	1,98	3,50	6,90	105,40	0,08	7,50	0,20	0,09	101,10	21,10	84,50	0,10
№283	Тефтели из говядины в томатном соусе	80	8,2	10,1	5,33	181,1	0,02	0,24	0,01	0,55	34,2	6,3	109,9	0,08
№ 227	Макароныые изделия отварные	200	2,1	2,5	6,1	89,8	0,08	7,73	0,1	1,05	85,1	12,5	98,8	0,05
№ 294	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	15,31	61,62	0,04	1,5	0	0,5	18,6	1,5	15,3	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№ 327	Оладьи с повидлом	165	9,35	8,63	81,39	200,3	0,003	0	0,04	0,05	94,8	11,5	98,97	0,11
			25,22	**30,14**	**137,01**	**788,82**	**0,23**	**24,18**	**0,35**	**2,66**	**377,20**	**68,79**	**439,71**	**3,28**
	Полдник													
№92	Печенье "Курабье"	50	1,5	7,3	7,3	100,00	0,27	0,02	0,01	0,05	16,2	0,001	29,8	0,01
№ 294	Сок фруктовый	200	1,6	0,2	3,8	135,00	0,01	0,04	0	0	15,3	21	45,6	0,7
			3,1	**7,5**	**11,1**	**235**	**0,28**	**0,06**	**0,01**	**0,05**	**31,5**	**21,001**	**75,4**	**0,71**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**49,58**	**54,40**	**217,58**	**1590,52**	**0,79**	**41,43**	**0,47**	**6,29**	**713,30**	**171,69**	**1018,81**	**8,06**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
7 день	**Завтрак**													
№189	Бутерброд горячий с колбасой	50	6,67	3,48	14,98	151,00	0,09	0,25	0,01	0,00	25,80	21,10	52,30	0,10
№ 260	Каша "Дружба"	200	5,26	6,6	15,3	168,9	0,08	1,32	0,2	0,2	165,2	15,3	140,4	0,5
№ 283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	15,8	113,79	0,03	1,22	0,01	1,5	82,5	15,2	44,53	0,8
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
			15,53	**10,40**	**65,76**	**527,69**	**0,21**	**2,79**	**0,22**	**1,70**	**291,70**	**57,20**	**251,83**	**3,80**
	Обед													
№52	Винегрет овощной	50	1,4	8,81	6,45	121,6	0,19	5,4	0	0	22,4	10,8	20,5	0,6
№96	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/20	3,30	6,50	21,20	84,20	0,01	6,40	0,09	0,10	65,80	15,80	56,73	0,09
№309	Рагу из мяса птицы	200	10,21	10,80	13,50	156,80	0,08	25,40	0,10	5,00	201,50	48,60	635,40	0,25
№ 376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	15,9	1,4	2,8	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№321	Слойка с повидлом	100	7,49	10,8	62,53	240,4	0,001	0	0,02	0,06	30,65	23,9	0,005	0,03
			25,51	**37,25**	**138,36**	**757,00**	**0,29**	**37,23**	**0,21**	**5,16**	**354,45**	**106,10**	**730,04**	**3,57**
	полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	1,50	10,70	135,00	0,05	0,07	0,02	0,14	15,80	6,35	30,60	0,15
			9,24	**4,60**	**26,50**	**235,00**	**0,25**	**1,17**	**0,05**	**0,14**	**21,60**	**6,36**	**30,60**	**0,15**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**50,28**	**52,25**	**230,62**	**1519,69**	**0,75**	**41,19**	**0,48**	**7,00**	**667,75**	**169,66**	**1012,47**	**7,52**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
8 день	**Завтрак**													
ттк№ 16	Салат "Солнечный"	60	1,12	3,3	6,49	28,6	0,05	6,12	0	1,86	54,7	20,4	91,5	0,05
№ 454	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски	80	10,50	6,50	6,80	154,60	0,07	1,07	0,07	0,53	65,20	15,60	205,90	0,10
№ 516	Макаронные изделия отварные	150	5,1	6,4	6,5	121,3	0,09	0	0,03	0,99	68,9	20,7	99,8	0,01
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,3	0,24	4,4	36,2	0,01	0	0	0	61,1	9,4	61,3	0,01
			21,26	**16,76**	**69,47**	**566,7**	**0,28**	**17,19**	**0,11**	**3,58**	**304,6**	**81,9**	**503,7**	**4,07**
	Обед													
№ 22	Салат из свежих помидор	50	0,50	5,08	2,30	56,60	0,00	7,21	0,00	0,42	25,20	10,29	17,64	0,34
№ 95	Суп из овощей с мясом и сметаной	250/25/20	1,98	3,50	6,90	105,40	0,08	7,50	0,20	0,09	101,10	21,10	84,50	0,10
№283	Тефтели из говядины в томатном соусе	80	8,2	10,1	5,33	181,1	0,02	0,24	0,01	0,55	34,2	6,3	109,9	0,08
№ 227	Макароныые изделия отварные	200	2,1	2,5	6,1	89,8	0,08	7,73	0,1	1,05	85,1	12,5	98,8	0,05
№ 294	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	15,31	61,62	0,04	1,5	0	0,5	18,6	1,5	15,3	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№ 327	Оладьи с повидлом	165	9,35	8,63	81,39	200,3	0,003	0	0,04	0,05	94,8	11,5	98,97	0,11
			25,22	**30,14**	**137,01**	**788,82**	**0,23**	**24,18**	**0,35**	**2,66**	**377,20**	**68,79**	**439,71**	**3,28**
	Полдник													
№92	Печенье "Курабье"	50	1,5	7,3	7,3	100,00	0,27	0,02	0,01	0,05	16,2	0,001	29,8	0,01
№ 294	Сок фруктовый	200	1,6	0,2	3,8	135,00	0,01	0,04	0	0	15,3	21	45,6	0,7
			3,1	**7,5**	**11,1**	**235**	**0,28**	**0,06**	**0,01**	**0,05**	**31,5**	**21,001**	**75,4**	**0,71**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**49,58**	**54,40**	**217,58**	**1590,52**	**0,79**	**41,43**	**0,47**	**6,29**	**713,30**	**171,69**	**1018,81**	**8,06**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
7 день	**Завтрак**													
№189	Бутерброд горячий с колбасой	50	6,67	3,48	14,98	151,00	0,09	0,25	0,01	0,00	25,80	21,10	52,30	0,10
№ 260	Каша "Дружба"	200	5,26	6,6	15,3	168,9	0,08	1,32	0,2	0,2	165,2	15,3	140,4	0,5
№ 283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	15,8	113,79	0,03	1,22	0,01	1,5	82,5	15,2	44,53	0,8
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
			15,53	**10,40**	**65,76**	**527,69**	**0,21**	**2,79**	**0,22**	**1,70**	**291,70**	**57,20**	**251,83**	**3,80**
	Обед													
№52	Винегрет овощной	50	1,4	8,81	6,45	121,6	0,19	5,4	0	0	22,4	10,8	20,5	0,6
№96	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/20	3,30	6,50	21,20	84,20	0,01	6,40	0,09	0,10	65,80	15,80	56,73	0,09
№309	Рагу из мяса птицы	200	10,21	10,80	13,50	156,80	0,08	25,40	0,10	5,00	201,50	48,60	635,40	0,25
№ 376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	15,9	1,4	2,8	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№321	Слойка с повидлом	100	7,49	10,8	62,53	240,4	0,001	0	0,02	0,06	30,65	23,9	0,005	0,03
			25,51	**37,25**	**138,36**	**757,00**	**0,29**	**37,23**	**0,21**	**5,16**	**354,45**	**106,10**	**730,04**	**3,57**
	полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	1,50	10,70	135,00	0,05	0,07	0,02	0,14	15,80	6,35	30,60	0,15
			9,24	**4,60**	**26,50**	**235,00**	**0,25**	**1,17**	**0,05**	**0,14**	**21,60**	**6,36**	**30,60**	**0,15**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**50,28**	**52,25**	**230,62**	**1519,69**	**0,75**	**41,19**	**0,48**	**7,00**	**667,75**	**169,66**	**1012,47**	**7,52**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
8 день	**Завтрак**													
ттк№ 16	Салат "Солнечный"	60	1,12	3,3	6,49	28,6	0,05	6,12	0	1,86	54,7	20,4	91,5	0,05
№ 454	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски	80	10,50	6,50	6,80	154,60	0,07	1,07	0,07	0,53	65,20	15,60	205,90	0,10
№ 516	Макаронные изделия отварные	150	5,1	6,4	6,5	121,3	0,09	0	0,03	0,99	68,9	20,7	99,8	0,01
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,3	0,24	4,4	36,2	0,01	0	0	0	61,1	9,4	61,3	0,01
			21,26	**16,76**	**69,47**	**566,7**	**0,28**	**17,19**	**0,11**	**3,58**	**304,6**	**81,9**	**503,7**	**4,07**
	Обед													
№ 22	Салат из свежих помидор	50	0,50	5,08	2,30	56,60	0,00	7,21	0,00	0,42	25,20	10,29	17,64	0,34
№ 95	Суп из овощей с мясом и сметаной	250/25/20	1,98	3,50	6,90	105,40	0,08	7,50	0,20	0,09	101,10	21,10	84,50	0,10
№283	Тефтели из говядины в томатном соусе	80	8,2	10,1	5,33	181,1	0,02	0,24	0,01	0,55	34,2	6,3	109,9	0,08
№ 227	Макароныые изделия отварные	200	2,1	2,5	6,1	89,8	0,08	7,73	0,1	1,05	85,1	12,5	98,8	0,05
№ 294	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	15,31	61,62	0,04	1,5	0	0,5	18,6	1,5	15,3	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№ 327	Оладьи с повидлом	165	9,35	8,63	81,39	200,3	0,003	0	0,04	0,05	94,8	11,5	98,97	0,11
			25,22	**30,14**	**137,01**	**788,82**	**0,23**	**24,18**	**0,35**	**2,66**	**377,20**	**68,79**	**439,71**	**3,28**
	Полдник													
№92	Печенье "Курабье"	50	1,5	7,3	7,3	100,00	0,27	0,02	0,01	0,05	16,2	0,001	29,8	0,01
№ 294	Сок фруктовый	200	1,6	0,2	3,8	135,00	0,01	0,04	0	0	15,3	21	45,6	0,7
			3,1	**7,5**	**11,1**	**235**	**0,28**	**0,06**	**0,01**	**0,05**	**31,5**	**21,001**	**75,4**	**0,71**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**49,58**	**54,40**	**217,58**	**1590,52**	**0,79**	**41,43**	**0,47**	**6,29**	**713,30**	**171,69**	**1018,81**	**8,06**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
7 день	**Завтрак**													
№189	Бутерброд горячий с колбасой	50	6,67	3,48	14,98	151,00	0,09	0,25	0,01	0,00	25,80	21,10	52,30	0,10
№ 260	Каша "Дружба"	200	5,26	6,6	15,3	168,9	0,08	1,32	0,2	0,2	165,2	15,3	140,4	0,5
№ 283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	15,8	113,79	0,03	1,22	0,01	1,5	82,5	15,2	44,53	0,8
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
			15,53	**10,40**	**65,76**	**527,69**	**0,21**	**2,79**	**0,22**	**1,70**	**291,70**	**57,20**	**251,83**	**3,80**
	Обед													
№52	Винегрет овощной	50	1,4	8,81	6,45	121,6	0,19	5,4	0	0	22,4	10,8	20,5	0,6
№96	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/20	3,30	6,50	21,20	84,20	0,01	6,40	0,09	0,10	65,80	15,80	56,73	0,09
№309	Рагу из мяса птицы	200	10,21	10,80	13,50	156,80	0,08	25,40	0,10	5,00	201,50	48,60	635,40	0,25
№ 376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	15,9	1,4	2,8	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№321	Слойка с повидлом	100	7,49	10,8	62,53	240,4	0,001	0	0,02	0,06	30,65	23,9	0,005	0,03
			25,51	**37,25**	**138,36**	**757,00**	**0,29**	**37,23**	**0,21**	**5,16**	**354,45**	**106,10**	**730,04**	**3,57**
	полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	1,50	10,70	135,00	0,05	0,07	0,02	0,14	15,80	6,35	30,60	0,15
			9,24	**4,60**	**26,50**	**235,00**	**0,25**	**1,17**	**0,05**	**0,14**	**21,60**	**6,36**	**30,60**	**0,15**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**50,28**	**52,25**	**230,62**	**1519,69**	**0,75**	**41,19**	**0,48**	**7,00**	**667,75**	**169,66**	**1012,47**	**7,52**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
8 день	**Завтрак**													
ттк№ 16	Салат "Солнечный"	60	1,12	3,3	6,49	28,6	0,05	6,12	0	1,86	54,7	20,4	91,5	0,05
№ 454	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски	80	10,50	6,50	6,80	154,60	0,07	1,07	0,07	0,53	65,20	15,60	205,90	0,10
№ 516	Макаронные изделия отварные	150	5,1	6,4	6,5	121,3	0,09	0	0,03	0,99	68,9	20,7	99,8	0,01
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,3	0,24	4,4	36,2	0,01	0	0	0	61,1	9,4	61,3	0,01
			21,26	**16,76**	**69,47**	**566,7**	**0,28**	**17,19**	**0,11**	**3,58**	**304,6**	**81,9**	**503,7**	**4,07**
	Обед													
№ 22	Салат из свежих помидор	50	0,50	5,08	2,30	56,60	0,00	7,21	0,00	0,42	25,20	10,29	17,64	0,34
№ 95	Суп из овощей с мясом и сметаной	250/25/20	1,98	3,50	6,90	105,40	0,08	7,50	0,20	0,09	101,10	21,10	84,50	0,10
№283	Тефтели из говядины в томатном соусе	80	8,2	10,1	5,33	181,1	0,02	0,24	0,01	0,55	34,2	6,3	109,9	0,08
№ 227	Макароныые изделия отварные	200	2,1	2,5	6,1	89,8	0,08	7,73	0,1	1,05	85,1	12,5	98,8	0,05
№ 294	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	15,31	61,62	0,04	1,5	0	0,5	18,6	1,5	15,3	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№ 327	Оладьи с повидлом	165	9,35	8,63	81,39	200,3	0,003	0	0,04	0,05	94,8	11,5	98,97	0,11
			25,22	**30,14**	**137,01**	**788,82**	**0,23**	**24,18**	**0,35**	**2,66**	**377,20**	**68,79**	**439,71**	**3,28**
	Полдник													
№92	Печенье "Курабье"	50	1,5	7,3	7,3	100,00	0,27	0,02	0,01	0,05	16,2	0,001	29,8	0,01
№ 294	Сок фруктовый	200	1,6	0,2	3,8	135,00	0,01	0,04	0	0	15,3	21	45,6	0,7
			3,1	**7,5**	**11,1**	**235**	**0,28**	**0,06**	**0,01**	**0,05**	**31,5**	**21,001**	**75,4**	**0,71**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**49,58**	**54,40**	**217,58**	**1590,52**	**0,79**	**41,43**	**0,47**	**6,29**	**713,30**	**171,69**	**1018,81**	**8,06**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
6 день	**Завтрак**													
№119	Икра свекольная или морковная	60	0,80	4,20	4,20	49,20	0,02	3,50	0,00	2,10	65,60	15,00	34,80	0,10
№ 205	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	80	3,50	10,40	1,50	125,40	0,10	0,00	0,02	0,50	55,80	12,40	94,10	0,20
№ 219	Ккаша гречневая пассыпчатая	150	4,4	3,2	25,8	184,6	0,02	0	0,03	0,5	15	25,4	120,1	0,5
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1	0	10,4	36,4	0,01	0	0	0	8,8	3	3,45	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
			11,8	**18,1**	**61,6**	**489,6**	**0,2**	**3,5**	**0,0**	**3,1**	**163,4**	**61,4**	**267,1**	**3,3**
	Обед													
№ 30	Салат из солёных огурцов с луком	60	0,51	3,05	2	36,9	0,034	5	0,31	0,82	28,1	16,04	37,38	0,06
№ 105	Суп с макаронными изделиями и мясом	250/50	12,6	10,5	10,4	136,4	0	0,1	0,01	1,8	45,8	8,1	95,2	0,2
№278	Тефтели из мяса птицы	80	10,30	10,20	6,10	124,60	0,00	0,40	0,00	0,00	25,90	2,50	10,20	0,40
№92	Рагу из овощей	150	2,4	8,1	25,6	124,5	0,2	0,4	0,04	0,1	201,5	52,3	186,4	0,2
№587	Соус томатный	50	0,6	1,3	4,2	25,1	0,05	0,04	0,01	0,1	25,4	3	15,32	0,48
№340	Компот из урюка	200	0,6	0	15,3	68,4	0,01	31,5	0	0	62,8	11,1	35,6	0,1
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	6,6	2,3	51,2	164,2								
			36,7	**35,8**	**134,5**	**774,1**	**0,3**	**37,4**	**0,4**	**2,8**	**407,7**	**98,6**	**394,7**	**3,8**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,30	1,10	14,20	118,81	0,20	0,81	0,03	0,40	25,80	8,10	187,50	0,56
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	0,6	0	15,6	116,19	0,1	0	0,04	0,5	68,7	4,35	160,2	0,5
			2,90	**1,10**	**29,80**	**235,00**	**0,30**	**0,81**	**0,07**	**0,90**	**94,50**	**12,45**	**347,70**	**1,06**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**51,4**	**55,0**	**225,9**	**1498,7**	**0,8**	**41,8**	**0,49**	**6,8**	**665,6**	**172,5**	**1009,5**	**8,2**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
7 день	**Завтрак**													
№189	Бутерброд горячий с колбасой	50	6,67	3,48	14,98	151,00	0,09	0,25	0,01	0,00	25,80	21,10	52,30	0,10
№ 260	Каша "Дружба"	200	5,26	6,6	15,3	168,9	0,08	1,32	0,2	0,2	165,2	15,3	140,4	0,5
№ 283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	15,8	113,79	0,03	1,22	0,01	1,5	82,5	15,2	44,53	0,8
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
			15,53	**10,40**	**65,76**	**527,69**	**0,21**	**2,79**	**0,22**	**1,70**	**291,70**	**57,20**	**251,83**	**3,80**
	Обед													
№52	Винегрет овощной	50	1,4	8,81	6,45	121,6	0,19	5,4	0	0	22,4	10,8	20,5	0,6
№96	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/20	3,30	6,50	21,20	84,20	0,01	6,40	0,09	0,10	65,80	15,80	56,73	0,09
№309	Рагу из мяса птицы	200	10,21	10,80	13,50	156,80	0,08	25,40	0,10	5,00	201,50	48,60	635,40	0,25
№ 376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	15,9	1,4	2,8	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№321	Слойка с повидлом	100	7,49	10,8	62,53	240,4	0,001	0	0,02	0,06	30,65	23,9	0,005	0,03
			25,51	**37,25**	**138,36**	**757,00**	**0,29**	**37,23**	**0,21**	**5,16**	**354,45**	**106,10**	**730,04**	**3,57**
	полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	1,50	10,70	135,00	0,05	0,07	0,02	0,14	15,80	6,35	30,60	0,15
			9,24	**4,60**	**26,50**	**235,00**	**0,25**	**1,17**	**0,05**	**0,14**	**21,60**	**6,36**	**30,60**	**0,15**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**50,28**	**52,25**	**230,62**	**1519,69**	**0,75**	**41,19**	**0,48**	**7,00**	**667,75**	**169,66**	**1012,47**	**7,52**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
8 день	**Завтрак**													
ттк№ 16	Салат "Солнечный"	60	1,12	3,3	6,49	28,6	0,05	6,12	0	1,86	54,7	20,4	91,5	0,05
№ 454	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски	80	10,50	6,50	6,80	154,60	0,07	1,07	0,07	0,53	65,20	15,60	205,90	0,10
№ 516	Макаронные изделия отварные	150	5,1	6,4	6,5	121,3	0,09	0	0,03	0,99	68,9	20,7	99,8	0,01
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,3	0,24	4,4	36,2	0,01	0	0	0	61,1	9,4	61,3	0,01
			21,26	**16,76**	**69,47**	**566,7**	**0,28**	**17,19**	**0,11**	**3,58**	**304,6**	**81,9**	**503,7**	**4,07**
	Обед													
№ 22	Салат из свежих помидор	50	0,50	5,08	2,30	56,60	0,00	7,21	0,00	0,42	25,20	10,29	17,64	0,34
№ 95	Суп из овощей с мясом и сметаной	250/25/20	1,98	3,50	6,90	105,40	0,08	7,50	0,20	0,09	101,10	21,10	84,50	0,10
№283	Тефтели из говядины в томатном соусе	80	8,2	10,1	5,33	181,1	0,02	0,24	0,01	0,55	34,2	6,3	109,9	0,08
№ 227	Макароныые изделия отварные	200	2,1	2,5	6,1	89,8	0,08	7,73	0,1	1,05	85,1	12,5	98,8	0,05
№ 294	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	15,31	61,62	0,04	1,5	0	0,5	18,6	1,5	15,3	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№ 327	Оладьи с повидлом	165	9,35	8,63	81,39	200,3	0,003	0	0,04	0,05	94,8	11,5	98,97	0,11
			25,22	**30,14**	**137,01**	**788,82**	**0,23**	**24,18**	**0,35**	**2,66**	**377,20**	**68,79**	**439,71**	**3,28**
	Полдник													
№92	Печенье "Курабье"	50	1,5	7,3	7,3	100,00	0,27	0,02	0,01	0,05	16,2	0,001	29,8	0,01
№ 294	Сок фруктовый	200	1,6	0,2	3,8	135,00	0,01	0,04	0	0	15,3	21	45,6	0,7
			3,1	**7,5**	**11,1**	**235**	**0,28**	**0,06**	**0,01**	**0,05**	**31,5**	**21,001**	**75,4**	**0,71**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**49,58**	**54,40**	**217,58**	**1590,52**	**0,79**	**41,43**	**0,47**	**6,29**	**713,30**	**171,69**	**1018,81**	**8,06**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
7 день	**Завтрак**													
№189	Бутерброд горячий с колбасой	50	6,67	3,48	14,98	151,00	0,09	0,25	0,01	0,00	25,80	21,10	52,30	0,10
№ 260	Каша "Дружба"	200	5,26	6,6	15,3	168,9	0,08	1,32	0,2	0,2	165,2	15,3	140,4	0,5
№ 283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	15,8	113,79	0,03	1,22	0,01	1,5	82,5	15,2	44,53	0,8
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
			15,53	**10,40**	**65,76**	**527,69**	**0,21**	**2,79**	**0,22**	**1,70**	**291,70**	**57,20**	**251,83**	**3,80**
	Обед													
№52	Винегрет овощной	50	1,4	8,81	6,45	121,6	0,19	5,4	0	0	22,4	10,8	20,5	0,6
№96	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/20	3,30	6,50	21,20	84,20	0,01	6,40	0,09	0,10	65,80	15,80	56,73	0,09
№309	Рагу из мяса птицы	200	10,21	10,80	13,50	156,80	0,08	25,40	0,10	5,00	201,50	48,60	635,40	0,25
№ 376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	15,9	1,4	2,8	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№321	Слойка с повидлом	100	7,49	10,8	62,53	240,4	0,001	0	0,02	0,06	30,65	23,9	0,005	0,03
			25,51	**37,25**	**138,36**	**757,00**	**0,29**	**37,23**	**0,21**	**5,16**	**354,45**	**106,10**	**730,04**	**3,57**
	полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	1,50	10,70	135,00	0,05	0,07	0,02	0,14	15,80	6,35	30,60	0,15
			9,24	**4,60**	**26,50**	**235,00**	**0,25**	**1,17**	**0,05**	**0,14**	**21,60**	**6,36**	**30,60**	**0,15**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**50,28**	**52,25**	**230,62**	**1519,69**	**0,75**	**41,19**	**0,48**	**7,00**	**667,75**	**169,66**	**1012,47**	**7,52**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
8 день	**Завтрак**													
ттк№ 16	Салат "Солнечный"	60	1,12	3,3	6,49	28,6	0,05	6,12	0	1,86	54,7	20,4	91,5	0,05
№ 454	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски	80	10,50	6,50	6,80	154,60	0,07	1,07	0,07	0,53	65,20	15,60	205,90	0,10
№ 516	Макаронные изделия отварные	150	5,1	6,4	6,5	121,3	0,09	0	0,03	0,99	68,9	20,7	99,8	0,01
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,3	0,24	4,4	36,2	0,01	0	0	0	61,1	9,4	61,3	0,01
			21,26	**16,76**	**69,47**	**566,7**	**0,28**	**17,19**	**0,11**	**3,58**	**304,6**	**81,9**	**503,7**	**4,07**
	Обед													
№ 22	Салат из свежих помидор	50	0,50	5,08	2,30	56,60	0,00	7,21	0,00	0,42	25,20	10,29	17,64	0,34
№ 95	Суп из овощей с мясом и сметаной	250/25/20	1,98	3,50	6,90	105,40	0,08	7,50	0,20	0,09	101,10	21,10	84,50	0,10
№283	Тефтели из говядины в томатном соусе	80	8,2	10,1	5,33	181,1	0,02	0,24	0,01	0,55	34,2	6,3	109,9	0,08
№ 227	Макароныые изделия отварные	200	2,1	2,5	6,1	89,8	0,08	7,73	0,1	1,05	85,1	12,5	98,8	0,05
№ 294	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	15,31	61,62	0,04	1,5	0	0,5	18,6	1,5	15,3	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№ 327	Оладьи с повидлом	165	9,35	8,63	81,39	200,3	0,003	0	0,04	0,05	94,8	11,5	98,97	0,11
			25,22	**30,14**	**137,01**	**788,82**	**0,23**	**24,18**	**0,35**	**2,66**	**377,20**	**68,79**	**439,71**	**3,28**
	Полдник													
№92	Печенье "Курабье"	50	1,5	7,3	7,3	100,00	0,27	0,02	0,01	0,05	16,2	0,001	29,8	0,01
№ 294	Сок фруктовый	200	1,6	0,2	3,8	135,00	0,01	0,04	0	0	15,3	21	45,6	0,7
			3,1	**7,5**	**11,1**	**235**	**0,28**	**0,06**	**0,01**	**0,05**	**31,5**	**21,001**	**75,4**	**0,71**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**49,58**	**54,40**	**217,58**	**1590,52**	**0,79**	**41,43**	**0,47**	**6,29**	**713,30**	**171,69**	**1018,81**	**8,06**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
7 день	**Завтрак**													
№189	Бутерброд горячий с колбасой	50	6,67	3,48	14,98	151,00	0,09	0,25	0,01	0,00	25,80	21,10	52,30	0,10
№ 260	Каша "Дружба"	200	5,26	6,6	15,3	168,9	0,08	1,32	0,2	0,2	165,2	15,3	140,4	0,5
№ 283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	15,8	113,79	0,03	1,22	0,01	1,5	82,5	15,2	44,53	0,8
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
			15,53	**10,40**	**65,76**	**527,69**	**0,21**	**2,79**	**0,22**	**1,70**	**291,70**	**57,20**	**251,83**	**3,80**
	Обед													
№52	Винегрет овощной	50	1,4	8,81	6,45	121,6	0,19	5,4	0	0	22,4	10,8	20,5	0,6
№96	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/20	3,30	6,50	21,20	84,20	0,01	6,40	0,09	0,10	65,80	15,80	56,73	0,09
№309	Рагу из мяса птицы	200	10,21	10,80	13,50	156,80	0,08	25,40	0,10	5,00	201,50	48,60	635,40	0,25
№ 376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	15,9	1,4	2,8	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№321	Слойка с повидлом	100	7,49	10,8	62,53	240,4	0,001	0	0,02	0,06	30,65	23,9	0,005	0,03
			25,51	**37,25**	**138,36**	**757,00**	**0,29**	**37,23**	**0,21**	**5,16**	**354,45**	**106,10**	**730,04**	**3,57**
	полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	1,50	10,70	135,00	0,05	0,07	0,02	0,14	15,80	6,35	30,60	0,15
			9,24	**4,60**	**26,50**	**235,00**	**0,25**	**1,17**	**0,05**	**0,14**	**21,60**	**6,36**	**30,60**	**0,15**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**50,28**	**52,25**	**230,62**	**1519,69**	**0,75**	**41,19**	**0,48**	**7,00**	**667,75**	**169,66**	**1012,47**	**7,52**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
8 день	**Завтрак**													
ттк№ 16	Салат "Солнечный"	60	1,12	3,3	6,49	28,6	0,05	6,12	0	1,86	54,7	20,4	91,5	0,05
№ 454	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски	80	10,50	6,50	6,80	154,60	0,07	1,07	0,07	0,53	65,20	15,60	205,90	0,10
№ 516	Макаронные изделия отварные	150	5,1	6,4	6,5	121,3	0,09	0	0,03	0,99	68,9	20,7	99,8	0,01
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,3	0,24	4,4	36,2	0,01	0	0	0	61,1	9,4	61,3	0,01
			21,26	**16,76**	**69,47**	**566,7**	**0,28**	**17,19**	**0,11**	**3,58**	**304,6**	**81,9**	**503,7**	**4,07**
	Обед													
№ 22	Салат из свежих помидор	50	0,50	5,08	2,30	56,60	0,00	7,21	0,00	0,42	25,20	10,29	17,64	0,34
№ 95	Суп из овощей с мясом и сметаной	250/25/20	1,98	3,50	6,90	105,40	0,08	7,50	0,20	0,09	101,10	21,10	84,50	0,10
№283	Тефтели из говядины в томатном соусе	80	8,2	10,1	5,33	181,1	0,02	0,24	0,01	0,55	34,2	6,3	109,9	0,08
№ 227	Макароныые изделия отварные	200	2,1	2,5	6,1	89,8	0,08	7,73	0,1	1,05	85,1	12,5	98,8	0,05
№ 294	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	15,31	61,62	0,04	1,5	0	0,5	18,6	1,5	15,3	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№ 327	Оладьи с повидлом	165	9,35	8,63	81,39	200,3	0,003	0	0,04	0,05	94,8	11,5	98,97	0,11
			25,22	**30,14**	**137,01**	**788,82**	**0,23**	**24,18**	**0,35**	**2,66**	**377,20**	**68,79**	**439,71**	**3,28**
	Полдник													
№92	Печенье "Курабье"	50	1,5	7,3	7,3	100,00	0,27	0,02	0,01	0,05	16,2	0,001	29,8	0,01
№ 294	Сок фруктовый	200	1,6	0,2	3,8	135,00	0,01	0,04	0	0	15,3	21	45,6	0,7
			3,1	**7,5**	**11,1**	**235**	**0,28**	**0,06**	**0,01**	**0,05**	**31,5**	**21,001**	**75,4**	**0,71**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**49,58**	**54,40**	**217,58**	**1590,52**	**0,79**	**41,43**	**0,47**	**6,29**	**713,30**	**171,69**	**1018,81**	**8,06**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
7 день	**Завтрак**													
№189	Бутерброд горячий с колбасой	50	6,67	3,48	14,98	151,00	0,09	0,25	0,01	0,00	25,80	21,10	52,30	0,10
№ 260	Каша "Дружба"	200	5,26	6,6	15,3	168,9	0,08	1,32	0,2	0,2	165,2	15,3	140,4	0,5
№ 283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,56	0	15,8	113,79	0,03	1,22	0,01	1,5	82,5	15,2	44,53	0,8
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
			15,53	**10,40**	**65,76**	**527,69**	**0,21**	**2,79**	**0,22**	**1,70**	**291,70**	**57,20**	**251,83**	**3,80**
	Обед													
№52	Винегрет овощной	50	1,4	8,81	6,45	121,6	0,19	5,4	0	0	22,4	10,8	20,5	0,6
№96	Рассольник «Ленинградский» со сметаной	250/20	3,30	6,50	21,20	84,20	0,01	6,40	0,09	0,10	65,80	15,80	56,73	0,09
№309	Рагу из мяса птицы	200	10,21	10,80	13,50	156,80	0,08	25,40	0,10	5,00	201,50	48,60	635,40	0,25
№ 376	Чай с сахаром	200/15	0,07	0,02	15	60	0	0,03	0	0	15,9	1,4	2,8	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№321	Слойка с повидлом	100	7,49	10,8	62,53	240,4	0,001	0	0,02	0,06	30,65	23,9	0,005	0,03
			25,51	**37,25**	**138,36**	**757,00**	**0,29**	**37,23**	**0,21**	**5,16**	**354,45**	**106,10**	**730,04**	**3,57**
	полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	1,50	10,70	135,00	0,05	0,07	0,02	0,14	15,80	6,35	30,60	0,15
			9,24	**4,60**	**26,50**	**235,00**	**0,25**	**1,17**	**0,05**	**0,14**	**21,60**	**6,36**	**30,60**	**0,15**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**50,28**	**52,25**	**230,62**	**1519,69**	**0,75**	**41,19**	**0,48**	**7,00**	**667,75**	**169,66**	**1012,47**	**7,52**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
8 день	**Завтрак**													
ттк№ 16	Салат "Солнечный"	60	1,12	3,3	6,49	28,6	0,05	6,12	0	1,86	54,7	20,4	91,5	0,05
№ 454	Котлета мясо-картофельная по-хлыновски	80	10,50	6,50	6,80	154,60	0,07	1,07	0,07	0,53	65,20	15,60	205,90	0,10
№ 516	Макаронные изделия отварные	150	5,1	6,4	6,5	121,3	0,09	0	0,03	0,99	68,9	20,7	99,8	0,01
631	Компот из свежих плодов	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,3	0,24	4,4	36,2	0,01	0	0	0	61,1	9,4	61,3	0,01
			21,26	**16,76**	**69,47**	**566,7**	**0,28**	**17,19**	**0,11**	**3,58**	**304,6**	**81,9**	**503,7**	**4,07**
	Обед													
№ 22	Салат из свежих помидор	50	0,50	5,08	2,30	56,60	0,00	7,21	0,00	0,42	25,20	10,29	17,64	0,34
№ 95	Суп из овощей с мясом и сметаной	250/25/20	1,98	3,50	6,90	105,40	0,08	7,50	0,20	0,09	101,10	21,10	84,50	0,10
№283	Тефтели из говядины в томатном соусе	80	8,2	10,1	5,33	181,1	0,02	0,24	0,01	0,55	34,2	6,3	109,9	0,08
№ 227	Макароныые изделия отварные	200	2,1	2,5	6,1	89,8	0,08	7,73	0,1	1,05	85,1	12,5	98,8	0,05
№ 294	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	15,31	61,62	0,04	1,5	0	0,5	18,6	1,5	15,3	0,2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№ 327	Оладьи с повидлом	165	9,35	8,63	81,39	200,3	0,003	0	0,04	0,05	94,8	11,5	98,97	0,11
			25,22	**30,14**	**137,01**	**788,82**	**0,23**	**24,18**	**0,35**	**2,66**	**377,20**	**68,79**	**439,71**	**3,28**
	Полдник													
№92	Печенье "Курабье"	50	1,5	7,3	7,3	100,00	0,27	0,02	0,01	0,05	16,2	0,001	29,8	0,01
№ 294	Сок фруктовый	200	1,6	0,2	3,8	135,00	0,01	0,04	0	0	15,3	21	45,6	0,7
			3,1	**7,5**	**11,1**	**235**	**0,28**	**0,06**	**0,01**	**0,05**	**31,5**	**21,001**	**75,4**	**0,71**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**49,58**	**54,40**	**217,58**	**1590,52**	**0,79**	**41,43**	**0,47**	**6,29**	**713,30**	**171,69**	**1018,81**	**8,06**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
9 день	**Завтрак**													
ттк № 20	Салат "Радуга"	60	0,62	5,31	6,29	55,60	0,15	13,48	0,00	1,10	84,40	10,47	69,80	0,01
ттк № 9	Плов из филе птицы	180	13,71	13,63	12,4	184,4	0,12	1,11	0,12	2,5	99,1	26,57	168,8	0,5
503	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,036	0	0	0	24,4	9,4	31,6	0,02
			21,19	**19,50**	**60,37**	**492,20**	**0,32**	**14,59**	**0,12**	**3,60**	**227,10**	**52,04**	**284,80**	**3,03**
	Обед													
№ 53	Салат из свеклы с чесноком	50	4,4	8,8	6,9	120,5	0	3,3	31,5	1,82	144,1	2,2	98,3	1,2
№72	Суп картофельный с рыбными консервами	250	3,60	4,30	11,80	94,10	0,15	8,25	0,06	0,08	84,60	22,78	145,60	0,05
№ 204	Фрикадельки из говядины тушёные в соусе	100	6,6	6,3	9,16	114,2	0	0,1	0	0,5	99,8	35,8	139,8	0,03
№ 185	Рис отварной	200	5,18	6,78	23,1	116,8								
№342	Компот из свежих яблок	200	0,2	0	25,6	132	0,05	10	0,01	0,2	36,5	10,2	30,6	1,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№338	Шанежка с яблоками	100	4,82	2,84	46,8	137,8	0,01	4,89	16,23	0	60,87	18,2	122,97	
			27,84	**29,34**	**143,04**	**809,40**	**0,22**	**26,54**	**47,80**	**2,60**	**444,07**	**94,78**	**551,87**	**5,18**
	Полдник													
№174	Ватрушка с творогом	50	2,10	2,19	14,10	113,00	0,30	0,85	0,03	0,80	18,75	28,10	187,50	0,01
№ 226	Кисель плодовоягоднай	200	1,5	0	15,6	122	0	0	0	0	1	0	0	0,1
			3,60	**2,19**	**29,70**	**235,00**	**0,30**	**0,85**	**0,03**	**0,80**	**19,75**	**28,10**	**187,50**	**0,11**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**52,63**	**51,03**	**233,11**	**1536,60**	**0,84**	**41,98**	**47,95**	**7,00**	**690,92**	**174,92**	**1024,17**	**8,32**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\ № р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
11 день	**Завтрак**													
№ 377	Бутерброды с сыром	35	4,97	6,5	7,56	52,1	0,04	2,5	0,01	1,5	148,96	14,58	138,9	0,5
ттк № 12	Бифштекс " Нежность"	80	5,50	5,50	9,87	175,76	0,06	10,50	0,01	0,50	59,90	24,00	155,60	0,50
№ 241	Картофельное пюре	200	5,4	5,2	26,4	184,5	0,05	0	0,4	0	105,6	45,6	230,6	0,6
№ 294	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	15,31	61,62	0,04	1,5	0	0,5	18,6	1,5	15,3	0,2
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,01	0	0	0	4	2,8	2,56	0,5
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,5	0,24	6,4	15,1	0,03	0	0	0	15,6	6,1	35,4	0,2
			18,94	**17,61**	**75,38**	**536,08**	**0,226**	**14,5**	**0,42**	**2,5**	**352,66**	**94,58**	**578,36**	**2,5**
	Обед													
№16	Салат из свежих огурцов	60	0,44	6,05	1,8	62,16	0	10,3	0	0,6	36	14,7	25,2	1,2
№ 119	Суп гороховый	250	6,60	5,30	17,10	74,10	0,20	4,80	0,01	1,50	66,40	13,10	94,60	0,50
№ 123	Макаронник с мясом птицы	200	10,5	8,3	25,5	181,1	0	4,6	0	0	36,5	1,9	74,8	0,01
№ 341	Компот из кураги	200	0,78	0,05	14,7	114,8	0,2	0,6	0,03	1,6	62,5	7,51	68,9	0,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№321	Слойка с повидлом	100	7,49	6,9	51,1	181,2	0,06	6,81	0,02	0,7	99,8	14,8	129,8	0,29
			28,85	**26,92**	**129,88**	**707,36**	**0,47**	**27,11**	**0,06**	**4,40**	**319,40**	**57,61**	**407,90**	**4,90**
	Полдник													
№92	Печенье "Курабье"	50	2,5	6,4	10,1	100,00	0,1	0,02	0,01	0,1	41,5	0,001	25,6	0,02
№ 294	Сок фруктовый	200	1,6	0,2	3,8	135,00	0,01	0,04	0	0	15,3	21	45,6	0,7
			4,1	**6,6**	**13,9**	**235**	**0,11**	**0,06**	**0,01**	**0,1**	**56,8**	**21,001**	**71,2**	**0,72**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**51,89**	**51,13**	**219,16**	**1478,44**	**0,81**	**41,67**	**0,49**	**7,00**	**728,86**	**173,19**	**1057,46**	**8,12**

День\№ р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
10 день	**Завтрак**													
№10	Бутерброд горячий с сыром	50	3,60	5,50	13,62	87,50	0,01	0,055	0,01	1,50	126,76	8,60	187,80	0,01
№ 10	Яблоко	150	0,60	0,60	14,70	70,50	0,02	15,00	0,01	0,50	24,00	13,50	0,03	0,05
№141	Запеканка из творога	150	8,50	4,40	20,94	120,20	0,02	2,50	0,02	0,50	83,10	33,31	338,98	0,05
№ 481	Молоко сгущённое	20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,01	0,2	0,01	0,5	61,4	6,8	43,8	0,01
№ 300	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,12	0	12,04	48,64	0,04	0	0	0	16,5	3	12,6	2,0
108	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	2,32	0,24	6,4	36,2	0,03	0	0	0	7	9,4	31,6	0,05
			19,62	**12,76**	**98,48**	**522,64**	**0,14**	**17,76**	**0,05**	**3,00**	**336,96**	**80,21**	**629,41**	**4,57**
	Обед													
№42	Салат из картофеля с солеными огурца и зеленым горошком	25	2,74	7,08	9,58	112,93	0,08	3,38	0,15	0,08	19,61	24,18	65,36	0,9
№ 62	Щи из свежей капусты	250	3,23	4,4	4,5	84,1	0,01	0,4	0,01	0,2	82,1	13,6	87,6	0,01
№587	Соус томатный	50	0,27	1,83	2,62	28,08	0,1	2,5	0,1	0,5	7,9	3	5,32	0,01
№ 289	Биточки из говядины	100	6,10	6,50	5,74	84,80	0,00	1,50	0,00	0,00	11,20	10,60	85,50	0,05
№335	Картофельное пюре	200	2,2	8,4	11,5	124,1	0,15	7,73	0,1	1,5	27,6	10,5	64,73	0,09
№378	Чай с сахаром и молоком	200	1,5	2,5	11,5	45,2	0,03	0,5	0,01	0,01	145,5	10,4	145,6	0,4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	5,5	4,38	31,5	185,1	0,06	7,03	0	0,21	21,23	3,03	11,34	0,87
			24,58	**35,41**	**96,62**	**758,31**	**0,44**	**23,04**	**0,37**	**2,5**	**333,34**	**80,91**	**480,05**	**3,73**
	Полдник													
№189	Йогурт	200	5,00	3,10	15,80	100,00	0,20	1,10	0,03	0,00	5,80	0,01	0,00	0,00
№306	Булочка "Алтайская"	50	4,24	2,50	21,10	135,00	0,06	0,07	0,02	1,50	7,04	6,35	30,60	0,08
			9,24	**5,60**	**36,90**	**235,00**	**0,26**	**1,17**	**0,05**	**1,50**	**12,84**	**6,36**	**30,60**	**0,08**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**53,44**	**53,77**	**232,00**	**1515,95**	**0,83**	**41,96**	**0,47**	**7,00**	**683,14**	**167,48**	**1140,06**	**8,38**

День\ № р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
11 день	**Завтрак**													
№ 377	Бутерброды с сыром	35	4,97	6,5	7,56	52,1	0,04	2,5	0,01	1,5	148,96	14,58	138,9	0,5
ттк № 12	Бифштекс " Нежность"	80	5,50	5,50	9,87	175,76	0,06	10,50	0,01	0,50	59,90	24,00	155,60	0,50
№ 241	Картофельное пюре	200	5,4	5,2	26,4	184,5	0,05	0	0,4	0	105,6	45,6	230,6	0,6
№ 294	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	15,31	61,62	0,04	1,5	0	0,5	18,6	1,5	15,3	0,2
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,01	0	0	0	4	2,8	2,56	0,5
110	Хлеб столовый (ржано-пшеничный)	20	1,5	0,24	6,4	15,1	0,03	0	0	0	15,6	6,1	35,4	0,2
			18,94	**17,61**	**75,38**	**536,08**	**0,226**	**14,5**	**0,42**	**2,5**	**352,66**	**94,58**	**578,36**	**2,5**
	Обед													
№16	Салат из свежих огурцов	60	0,44	6,05	1,8	62,16	0	10,3	0	0,6	36	14,7	25,2	1,2
№ 119	Суп гороховый	250	6,60	5,30	17,10	74,10	0,20	4,80	0,01	1,50	66,40	13,10	94,60	0,50
№ 123	Макаронник с мясом птицы	200	10,5	8,3	25,5	181,1	0	4,6	0	0	36,5	1,9	74,8	0,01
№ 341	Компот из кураги	200	0,78	0,05	14,7	114,8	0,2	0,6	0,03	1,6	62,5	7,51	68,9	0,5
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,6	14,6	2,4
№321	Слойка с повидлом	100	7,49	6,9	51,1	181,2	0,06	6,81	0,02	0,7	99,8	14,8	129,8	0,29
			28,85	**26,92**	**129,88**	**707,36**	**0,47**	**27,11**	**0,06**	**4,40**	**319,40**	**57,61**	**407,90**	**4,90**
	Полдник													
№92	Печенье "Курабье"	50	2,5	6,4	10,1	100,00	0,1	0,02	0,01	0,1	41,5	0,001	25,6	0,02
№ 294	Сок фруктовый	200	1,6	0,2	3,8	135,00	0,01	0,04	0	0	15,3	21	45,6	0,7
			4,1	**6,6**	**13,9**	**235**	**0,11**	**0,06**	**0,01**	**0,1**	**56,8**	**21,001**	**71,2**	**0,72**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**51,89**	**51,13**	**219,16**	**1478,44**	**0,81**	**41,67**	**0,49**	**7,00**	**728,86**	**173,19**	**1057,46**	**8,12**

День\ № р-ры	Наименование блюд	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калл	Витамины				Минеральные вещества			
							B1	C	A	E	Ca	Mg	P	Fe
12 день	**Завтрак**													
ттк№ 13	Салат: "Фантазия"	60	1,14	5,31	5,5	78,89	0,02	3,5	0	2,5	25,6	8,5	32,6	0,2
№ 181	Жаркое по-домашнему	180	6,3	11,2	16,2	273,34	0,1	4,35	0,02	1,2	25,6	25,4	220,5	0,3
№ 283	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	25,4	64	0,03	24,4	0	0	54,6	21	45,3	0,7
108	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	0,01	0	0	0	4	2,8	2,56	0,5
110	Хлеб столовый (ржано-	20	1,5	0,24	6,4	15,1	0,03	0	0	0	15,6	6,1	35,4	0,2
			11,1	**16,9**	**63,3**	**478,3**	**0,2**	**32,3**	**0,0**	**3,7**	**125,4**	**63,8**	**336,4**	**1,9**
	Обед													
№ 22	Салат из свежих помидор	50	0,50	5,08	2,30	56,60	0,00	7,21	0,00	0,42	25,20	10,29	17,64	0,84
№ 95	Суп из овощей с мясом и сметаной	250	1,98	3,60	10,60	105,30	0,06	1,00	0,10	0,10	45,20	15,50	54,60	0,20
№228	Рыба отварная	80	12,50	1,50	1,60	155,20	0,10	0,50	0,20	1,00	121,20	32,30	290,50	0,30
№587	Соус томатный	50	1,3	1,5	4,2	25	0,05	0,04	0,09	0,1	15,2	3	5,32	0,2
№119	Гороховое пюре	150	11,4	8,6	15,2	165,6	0,09	0	0,05	0	86,6	26,8	342,9	2,5
№ 376	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15	45	0	0,03	0	0	20,4	1,5	6,5	0,1
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94	0,01	0	0	0	18,2	5,2	14,6	1,4
№330	Ватрушка со сгущёнкой	100	4,3	4,38	69,68	165,5	0,11	0,5	0,02	1,2	122	0	47,9	0,6
			35,1	**25,0**	**138,3**	**812,2**	**0,4**	**9,3**	**0,5**	**2,8**	**454,0**	**94,6**	**780,0**	**6,1**
	Полдник													
	Печенье "Курабье"	50	1,5	12,5	17,3	118,81	0,2	0,01	0,01	0,5	56,4	0,1	0,07	0,1
№ 294	Сок фруктовый	200	0,8	0,2	5,8	116,19	0,03	0,02	0	0	64,2	16,5	25	0,1
			2,3	**12,7**	**23,1**	**235**	**0,23**	**0,03**	**0,01**	**0,5**	**120,6**	**16,6**	**35,2**	**0,2**
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		**48,5**	**54,6**	**224,7**	**1525,5**	**0,84**	**41,6**	**0,49**	**7,0**	**700,0**	**175,0**	**1151,5**	**8,2**