







			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0	0
2	1	Обед	закуска	салат из свежей капусты с яблоками	100	2	0	11	48	46	5,2
			1 блюдо								
			2 блюдо	Грудка куриная отварная	100	6	7	4	244	643	22
			гарнир	каша гречневая рассыпчатая	200	7	6	36	230	679	6,19
			напиток	чай с сахаром, лимоном	200	5	1	8	115	377	2,89
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	ржано-пшеничный	30	2	0	13	61	56	1,4
			3 блюдо	сок фруктовый	200	0	0	10	45	97	27
			сладкое	печенье овсяное	50	3	7	35	212	124	15,3
			<i>итого</i>		880	25	21	117	955		79,98
2	1	<b>Итого за день:</b>			880	25	21	117	955		79,98
2	2	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0	0
2	2	Обед	закуска	салат из свеклы с зеленым горошком	100	12	8	30	235	53	9,74
			1 блюдо								
			2 блюдо	Тефтели	100	16	12	16	229	268	30,7
			гарнир	макаронные изделия отварные	200	6	5	26	168	688	6,47
			напиток	сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	0	0	10	45	97	28
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	ржано-пшеничный	30	2	0	13	61	56	1,4
			напиток	чай с сахаром, лимоном	200	5	1	8	115	377	2,89
			<i>итого</i>		830	41	26	103	853		79,2

2	2	<b>Итого за день:</b>			830	41	26	103	853		79,2
2	3	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	3	Обед	закуска	огурец свежий	100	0	0	3	14	103	12,6
			1 блюдо	щи из свежей капусты с картофелем	200	0	0	6	127	88	5,25
			2 блюдо	плов	220	21	18	21	428	265	38,5
			гарнир								
			напиток	компот из сухофруктов	200	0	0	26	100	349	4,98
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	ржано-пшеничный	30	2	0	13	61	56	1,4
			сладкое	зефир	30	0	0	23	95	123	17,04
			<i>итого</i>		780	23	18	92	825		79,77
2	3	<b>Итого за день:</b>			780	23	18	92	825		79,77
2	4	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	4	Обед	закуска	салат из свежих помидоров с луком	100	1	6	5	79	14	17,68
			1 блюдо								
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему	280	27	23	34	356	590	30
			гарнир								
			напиток	кисель	200	0	0	22	44	360	3,54
			хлеб бел.								
			хлеб черн.	ржано-пшеничный	30	2	0	13	61	56	1,4
			фрукты	бананы	260	1	0	90	122		27

			<i>итого</i>			870	31	29	164	662	79,62	
2	4	<b>Итого за день:</b>				870	31	29	164	662	79,62	
2	5	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0	0	0
2	5	Обед	закуска	огурец свежий		100	0	0	3	14	103	12,6
			1 блюдо	рассольник		200	0	1	4	18	96	5,22
			2 блюдо	рыба тушенная в томате с овощами		120	18	10	8	295	486	44,67
			гарнир	макаронные изделия отварные		200	6	5	26	168	688	6,47
			напиток	компот из свежих яблок		200	1	0	40	159	348	4
			хлеб бел.									
			хлеб черн.	ржано-пшеничный		30	2	0	13	61	56	1,4
			<i>итого</i>			850	27	16	94	715		74,36
2	5	<b>Итого за день:</b>				850	27	16	94	715	74,36	
		<b>Среднее значение за период:</b>				741	27,3	21,4	100,7	739,3	78,063	

