

	День второй					1719					
	Завтрак					447					
2/6	Омлет запеченный или паровой	150	7,8	10,5	1,4	131	0,04	0,24	0,11	55,16	1,35
14/10	Какао с молоком	200	3,9	3,5	22,9	135	0,03	0,13	0,52	111,76	1,10
1/13	Хлеб с маслом	40/10	3,9	7,7	23,5	181		0,01		2,40	0,02
	Второй завтрак										
	Сок	200			25,4	106			0,24		
	Обед					689					
30/2	Уха рыбацкая	200	6,8	2,1	9,8	87	0,12	0,10	13,75	67,69	1,42
4/7	Рыба тушеная с овощами	80	11,6	6,3	4,9	122	0,08	0,09	2,73	47,83	0,93
45/3	Каша рисовая рассыпчатая	150	3,7	3,4	37,1	197	0,03	0,02	0	7,82	0,43
462	Соус	30	0,77	1,01	5,46	34					
6/10	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	18,3	72	0,01	0,02	50,16	14,18	0,32
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	20,0	94,8				9,2	0,8
	Хлеб дарницкий	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1			7,2	1,6
	Полдник					583					
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,2	6,6	29,3	206	0,17	0,18	0,42	104,78	2,72
	Молоко кипяченое	200	5,6	7,0	9,0	124					
	Кондитерские изд.	20	21,63	21,78	59,33	253					

	День третий					1749					
	Завтрак					519					
14/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6,0	5,3	30,7	195	0,10	0,13	0,42	116,18	0,73
13/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,0	2,9	13,4	89	0,03	0,12	0,52	105,86	0,11
1/13	Хлеб с маслом	40/10	3,9	7,7	23,5	181		0,01		2,40	0,02
	Второй завтрак										
	Св.фрукты	100	0	0	12,0	54					
	Обед					716					
11/2	Рассольник с крупой и сметаной на мясном бульоне	200	1,8	4,5	12,5	99	0,10	0,08	14,37	71,23	1,38
			3,9	2,9	2,0	49	0,02	0,04	0,80	41,45	0,91
3/8	Мясо говядины тушёное с овощами	200	15,7	15,7	19,8	285	0,14	0,15	10,68	26,07	2,77
	Сок	200			25,4	106			0,24		
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	20,0	94,8				9,2	0,8
	Хлеб дарницкий	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1			7,2	1,6
	Полдник					514					
10/5	Запеканка из творога	150	16,8	10,1	16,2	225	0,04	0,22	0,19	139,25	0,58
11/10	Чай с лимоном	200/5	0,1	0	9,2	36	0	0	0,80	2,02	0,05
	Кондитерские изделия	20	21,63	21,78	59,33	253					

	День четвёртый					1873					
	Завтрак					440					
21/2	Суп молочный с лапшой	200	3,4	3,7	12,0	95	0,04	0,10	0,42	88,5	0,26
14/4	Какао с молоком	200	3,9	3,5	22,9	135	0,03	0,13	0,52	111,7	1,10
3/13	Хлеб с сыром	30/10	4,9	2,9	14,0	104			0,07	100,0	0,07
	Второй завтрак										
	Сок	200			25,4	106			0,24		
	Обед					903					
151/17 8	Суп картофельный с клецками на мясном бульоне	200	8,10	9,45	12,9	169	0,04	0,04	11,15	34,80	0,58
			3,9	2,9	2,0	49	0,02	0,04	0,80	41,45	0,91
11/6	Гуляш из мяса говядины	80	14,9	15,7	4,7	220	0,05	0,10	0,45	16,75	2,26
2/8	Гречневая каша вязкая	150	6,1	5,4	26,7	182	0,18	0,09	0	14,62	3,25
462	Соус	30	0,77	1,01	5,46	34					
6/1	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	18,4	72		0,01	50,08	7,44	0,18
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	20,0	94,8				9,2	0,8
	Хлеб дарницкий	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,01			7,2	1,6
	Полдник					530					
43/3	Макаронные изделия отварные	150	5,3	3,8	32,4	188	0,06	0,02	0	12,82	0,74
13/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,0	2,9	13,4	89	0,03	0,12	0,52	105,86	0,11
	Кондитерские изд.	20	21,63	21,78	59,33	253					

	День пятый					1737					
	Завтрак					480					
16/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	200	5,0	5,9	25,6	175	0,07	0,13	0,53	114,95	0,52
	Молоко кипяченое	200	5,6	7,0	9,0	124					
1/13	Хлеб с маслом	40/10	3,9	7,7	23,5	181	0	0,01	0	2,40	0,02
	Второй завтрак										
	Св. фрукты	100	0	0	12,0	54					
	Обед					1053					
2/2	Борщ на курином бульоне	200	1,8	4,3	8,6	81	0,07	0,08	19,45	89,92	1,48
			32,9	30,8	2,0	417	0,38	0,54	77,17	473,62	8,53
1/9	Мясо кур отварное(порционное без кости)	80	11,8	11,2	0,1	148	0,04	0,08	0,56	13,36	1,0
3/3	Картофельное пюре	150	3,1	4,2	20,6	135	0,12	0,10	10,74	37,12	1,09
462	Соус	30	0,77	1,01	5,46	34					
526	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,16	0,16	14,9	61					
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	20,0	94,8				9,2	0,8
	Хлеб Дарницкий	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1			7,2	1,6
	Полдник					204					
30/2	Уха рыбацкая	200	6,8	2,1	9,8	87	0,12	0,10	13,75	67,69	1,42
10/10	Чай	200			9,1	35				0,26	0,03
	Хлеб дарницкий	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1			7,2	1,6

	День седьмой					1536					
	Завтрак					325					
21/2	Суп молочный с лапшой	200	3,4	3,7	12,0	95	0,04	0,10	0,42	88,5	0,26
14/10	Какао с молоком	200	3,9	3,5	22,9	135	0,03	0,13	0,52	111,76	1,10
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	20,0	94,8				9,2	0,8
	Второй завтрак										
	Сок	200			25,4	106			0,24		
	Обед					885					
30/2	Уха рыбацкая	200	6,8	2,1	9,8	87	0,12	0,10	13,75	67,69	1,42
9/7	Биточки (котлеты) рыбные	80	11,0	1,6	6,4	84	0,07	0,11	0,51	47,31	0,62
136	Пюре гороховое с маслом	180	34,23	5,52	69,58	465	0,10	0,09	4,30	67,67	0,73
6/10	Компот из сухофруктов	200	0,5		18,3	72	0,01	0,02	50,16	14,18	0,32
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	20,0	94,8				9,2	0,8
	Хлеб Дарницкий	40	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1			7,2	1,6
	Полдник					326					
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200	6,4	7,4	27,2	202	0,14	0,13	0,42	104,71	1,24
	Молоко кипяченое	200	5,6	7,0	9,0	124					

	День восьмой					1539					
	Завтрак					422					
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,2	6,6	29,3	206	0,17	0,06	13,16	67,10	1,20
10/10	Чай	200			9,1	35				0,26	0,03
1/13	Хлеб с маслом	40/10	3,9	7,7	23,5	181		0,01		2,40	0,02
	Второй завтрак										
	Св. фрукты	100	0	0		54					
	Обед					808					
18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	200	1,7	1,1	11,4	63	0,08	0,07	16,61	81,12	1,28
			3,9	2,9	2,0	49	0,02	0,04	0,80	41,45	0,91
36/8	Запеканка картофельная фаршированная отварным мясом говядины	200	19,2	17,6	35,0	379	0,24	0,25	18,0	36,54	3,99
462	Соус	30	0,77	1,01	5,46	34					
	Сок	200			25,4	106			0,24		
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	20,0	95,0				9,2	0,8
	Хлеб дарницкий	40	2,6	0,4	17,0	82,0	0,1			7,2	1,6
	Полдник					309					
6/5	Сырники из творога	150	17,1	9,5	20,3	237	0,05	0,210	0,18	135,92	0,59
6/1	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	18,4	72	0	0,01	50,08	7,44	0,18

День девятый						1597					
Завтрак						554					
7/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,3	5,1	27,5	178	0,06	0,11	0,42	93,63	0,39
13/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,0	2,9	13,4	89	0,03	0,12	0,52	105,86	0,1
1/13	Хлеб с маслом	40/10	3,9	7,7	23,5	181	0	0,01	0	2,40	0,02
Второй завтрак											
	сок	100			25,4	106					
Обед						559					
6/2	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	200	1,6	2,6	6,6	56	0,04	0,04	11,15	34,80	0,58
			3,9	2,9	2,0	49	0,02	0,04	0,8	41,45	0,91
15/8	Биточки из мяса говядины с рисом паровые	80	11,7	11,6	4,7	171	0,03	0,08		9,00	1,59
462	Соус	30	0,77	1,01	5,46	34					
6/10	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	18,3	72	0,01	0,02	50,16	14,18	0,32
	Хлеб пшеничный	40	3,0	0,2	20,0	95,0				9,2	0,8
	Хлеб дарницкий	40	2,6	0,4	17,0	82,0	0,1			7,2	1,6
Полдник						484					
14/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6,0	5,3	30,7	195	0,10	0,13	0,42	116,18	0,73
11/10	Чай с лимоном	200	0,0		9,2	36			0,80	2,02	0,05
	Кондитерские изд.	20	21,63	21,78	59,33	253					

