

№ 122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	9,9	0	0	2,52	0,14	0	0
№ 123	Хлеб ржаной	30	2,64	0,48	0,48	52,2	14	0	0	165,6	0,072	0	0
	Итого за обед:	750	23,22	27,1	108	710,33	261,5	297,78	158,8	177	0,342	52,71	68,71
	День № 4												
№ 102	Винегрет	100	7,6	17,5	26,76	132,26	21,01	95,87	25,93	1,18	0,1	6,7	0
№ 591	Гуляш	100	10,49	16,5	35,29	223	24,36	194,69	26,01	2,32	0,17	1,28	0
№ 679	Макаронные изделия отварные	150	3	4,52	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,11	0,06	0	21
№ 377	Чай с лимоном	200	4,51	1,14	7,71	114,66	112,55	185,54	99,08	18,42	0,01	3,67	0
№ 122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	9,9	0	0	2,52	0,14	0	0
№ 123	Хлеб ржаной	30	2,64	0,48	0,48	52,2	14	0	0	165,6	0,072	0	0
	Итого за обед	600	29,76	40,14	106,5	737,57	186,68	497,22	188,19	191,2	0,552	11,65	21
	День № 5												
№ 82	Салат морковный	100	7,6	17,5	26,76	132,26	21,01	95,87	25,93	1,18	0,1	6,7	0
№ 291	Плов	250	12,4	17	54,61	377	45,1	199,3	47,5	2,19	0,06	1,01	60
№ 389	Компот из смеси сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,2	6,4	3,6	0	0,18	0,01	1,08	0
№ 122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	9,9	0	0	2,52	0,14	0	0
№ 123	Хлеб ржаной	30	2,64	0,48	0,48	52,2	14	0	0	165,6	0,072	0	0
	Итого за обед:	750	24,2	35	116,5	702,66	96,41	298,77	73,43	172	0,382	8,79	60
	Неделя 2												
№ 202	Овощи (огурец)	100	7,6	17,5	26,76	132,26	21,01	95,87	25,93	1,18	0,1	6,7	0
№ 336	Голубцы ленивые	150	7,2	9,8	23,08	138,3	36,08	38	159,44	1,75	0,05	0,81	38,4
№ 688	Картофельное пюре	150	6,6	6,86	37,88	229,5	16,64	134,43	47,34	1,55	0,17	0	21
№ 389	Какао с молоком	200	3,8	3	23	130,8	117,5	104,6	28,9	0,9	0	0,5	17,7
№ 122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	9,9	0	0	2,52	0,14	0	0
№ 123	Хлеб ржаной	30	2,64	0,48	0,48	52,2	14	0	0	165,6	0,072	0	0
	Итого за обед	650	29,36	37,6	121	730,06	215,1	372,9	261,61	174	0,532	8,01	77,1
	День № 7												
№ 202	Салат "Витаминный"	100	7,6	17,5	26,76	132,26	21,01	95,87	25,93	1,18	0,1	6,7	0
№ 591	Гуляш	150	14,45	17,5	25,29	297	24,36	194,69	26,01	2,32	0,17	1,28	0
№ 688	Макаронные изделия отварные	150	3	4,32	26,45	168,45	4,86	21,12	37,17	1,11	0,06	0	21
№ 122	Кисель	200	0	0	19,6	80	9	0	0	0	0,6	30	0
№ 122	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	47	9,9	0	0	2,52	0,14	0	0
№ 123	Хлеб ржаной	30	2,64	0,48	0,48	52,2	14	0	0	165,6	0,072	0	0
	Итого за обед:	650	29,21	39,8	108,4	776,91	83,13	311,68	89,11	172,7	25,532	23,39	21
	День № 8												
№ 82	Салат из свеклы с р/м	100	7,6	17,5	26,76	132,26	21,01	95,87	25,93	1,18	0,1	6,7	43
№ 410	Птица тушеная в том. соусе	150	7,6	8,38	39,27	298,71	1,22	162	0,03	2,43	0,11	0	0,02
№ 679	Каша рассыпчатая (пшеничная)	150	1,8	3	23	130,8	117,5	104,6	28,9	0,9	0	0,5	17,7
№ 693	Какао с молоком	200	1,52	0,16	9,84	47	9,9	0	0	2,52	0,14	0	0
№ 122	Хлеб пшеничный	20	2,64	0,48	0,48	52,2	14	0	0	165,6	0,072	0	0
№ 123	Хлеб ржаной	30	2,64	0,48	0,48	52,2	14	0	0	165,6	0,072	0	0

Итого за обед:		650	21,16	29,36	99,35	660,97	163,63	362,47	54,86	172,6	0,422	7,2	60,72
	День №9												
№82	Салат " Витаминный"	100	7,6	17,5	26,76	132,26	21,01	95,87	25,93	1,18	0,1	6,7	0,01
№ 265	Плов из говядины	250	1,8	4,32	19,6	80	9	0	0	0	0,6	30	0
№ 122	Кисель	200	1,52	0	9,84	47	9,9	0	0	2,52	0,14	0	0
№ 122	Хлеб пшеничный	20	2,64	0,16	0,48	52,2	14	0	0	165,6	0,072	0	0
№ 123	Хлеб ржаной	30	2,64	0,48	0,48	52,2	14	0	0	165,6	0,072	0	0
	Итого за обед:	600	13,56	22,3	56,68	311,46	46,9	0	0	334	0,884	30	0
	День № 10												
№ 82	Овощи (огурец)	100	7,6	17,5	26,76	132,26	21,01	95,87	25,93	1,18	0,1	6,7	0,01
№ 128	Рыба тушеная	150	11,34	16,82	29,18	291	58,32	0	38,36	1,44	0	24,92	0
№ 389	Картофельное пюре	200	0,04	0	24,76	134,2	6,4	3,6	0	0,18	0,01	1,08	0
№ 122	Компот из смеси сухофруктов	200	1,52	0,16	9,84	47	9,9	0	0	2,52	0,14	0	0
№ 123	Хлеб пшеничный	20	2,64	0,48	0,48	52,2	14	0	0	165,6	0,072	0	0
№ 123	Хлеб ржаной	30	2,64	0,48	0,48	52,2	14	0	0	165,6	0,072	0	0
	Итого за обед:	700	23,14	34,8	91,02	656,66	109,63	99,47	64,29	170,9	0,322	32,7	0,01