





4 день						
Завтрак						
1.	Каша рисовая со сливочным маслом	250/5	5,93	7,04	43,97	252
2.	Бутерброд с сыром	20/15	5.16	8.67	7.76	129.05
5.№627	Чай сладкий	200/15	0,2	-	15,04	57,19
4	Шоколад	50	4	16.5	28	275
	<b>ИТОГО</b>		15,29	32,21	94,77	<b>713,24</b>
Обед						
1. №39	Помидоры свежие	50	0,55	9,99	3,82	107,19
2. №120	Щи из свежей капусты с мясным бульоном, сметаной	250/10/5	8,06	7,64	10,9	142,3
3. №423	Тефтели	80/50	9,74	13,07	13,17	206,6
4. №472	Картофельное пюре	200	4,4	6,3	35,2	205,6
5	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2
4. №585	Компот из смеси сухофруктов	200/15	0,48	-	33,54	128,09
7	Печенье	75	4.7	2	31.3	199
	<b>ИТОГО</b>		29,02	39,21	137,8	<b>1033,05</b>
<b>ИТОГО</b>						<b>1766,29</b>
5 день						
Завтрак						
1.№284	Омлет натуральный	110	11,14	17,42	2,07	209,1
3	Хлеб пшеничный	30	1,5	0,2	10,3	52,4
4.№591	Кисель витаминный	200	0,1	0	21,48	64,2
5	Печенье	75	4,7	2,0	31,3	179
	<b>ИТОГО</b>		17,44	19.62	65.15	<b>504,7</b>
Обед						
1. №36	Огурцы свежие	50	0,73	9,99	2,73	103,55
2. №148	Суп вермишелевый с курицей	250	12,13	13,57	17,22	235,4
3. №416	Котлета мясная	80	13,8	19,1	14,2	280,4
4. №463	Греча отварная с маслом	200	10.3	7.2	55	313
5.	Хлеб ржаной	30	2	0,4	11,9	59,4
6.№627	Чай сладкий	200/15	0,2	-	15,04	57,19
7.	Фрукты	100	0,35	-	9,96	40,48
	<b>ИТОГО</b>		34,41	50,06	126.75	<b>1089,42</b>

## 6 день

## Завтрак

1. №297	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/20	26,7	20	39,6	443,04
2. №762	Кофейный напиток	200/20	2,51	2,75	22,53	121,64
3. №3	Бутерброд с сыром	20/15/5	5,2	8,7	7,8	129,05
	<b>ИТОГО</b>		34,41	31,45	69,93	<b>693,73</b>

## Обед

1. №39	Помидоры свежие	50	0,55	9,9	3,8	107,1
2. №129	Рассольник с костным бульоном, сметаной	250/5	8,6	7,7	20,08	179,6
3. №324	Котлета рыбная	100	14,8	17	16,6	280
4. №472	Картофельное пюре	200	4,4	6,3	35,2	205,6
5	Хлеб ржаной	30	1,4	0,2	14,94	64,2
6. №646	Напиток лимонный	200	0,14	-	24,53	94,72
7	Фрукты	100	0,8	-	24,3	56,6
	<b>ИТОГО</b>		36,09	38,14	127,35	<b>987,82</b>
	<b>ИТОГО</b>					<b>1627,2</b>

**2 неделя****1 день****Завтрак**

1. т.4 стр.149	Каша пшеничная с маслом	250/5	8,76	8,15	44,2	274,43
2. №1	Бутерброд с маслом	20/10	1,2	8,7	15,04	112,3
3. №627	Чай сладкий	200/15	0,2	0	15,2	57,19
4	Фрукты	100	0,35	-	9,96	40,48
	<b>ИТОГО</b>		13,06	24,85	91,04	<b>484,40</b>
<b>Обед</b>						
1. №39	Помидоры свежие	50	0,55	9,9	3,8	107,1
2. №114	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	8,19	7,3	21,84	183,06
3. №423	Тефтели	80/50	9,74	13,07	13,17	206,06
4. №472	Картофельное пюре	200	4,4	6,3	35,2	205,6
5. №585	Компот из свежих яблок с вит.С	200	0,16	-	28,5	108,16
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2
	<b>ИТОГО</b>		34,41	43,71	138,28	<b>938,27</b>
	<b>ИТОГО</b>					<b>1422,67</b>

**2 день****Завтрак**

1. т.4 стр.149	Каша «Дружба»	250/5	7,62	7,72	44,44	266,82
2 №1	Бутерброд с маслом	20/10	1,17	8,69	7,8	112,3
3. №627	Чай сладкий	200/15	0,2	-	15,04	57,2
	<b>ИТОГО</b>		8,95	16,41	68,84	<b>487,28</b>
<b>Обед</b>						
1. №39	Помидоры свежие	50	0,55	9,99	3,82	107,19
2. №120	Щи из свежей капусты с мясом, сметаной	250/10/5	8,06	7,64	10,9	142,3
3. №445	Курица в соусе с томатом	115	25,25	32,39	7,24	420,58
4. №469	Макаронные отварные	200	7,2	5,7	51,2	272,03
5	Хлеб ржаной	30	1,41	0,2	14,94	64,2
6. №585	Компот из свежих яблок с витамином С	200	0,16	-	28,47	108,16
7	Фрукты	100	0,63	-	5,88	26,6
	<b>ИТОГО</b>		40,46	56,52	106,45	<b>1141,06</b>
	<b>ИТОГО</b>					<b>1628,34</b>

## 3 день

Завтрак						
1.№284	Омлет	110	11,14	17,42	2,07	209,1
3	Хлеб пшеничный	20	1,11	0,44	7,71	37,5
4	Сок персиковый	200	0,5	0,1	31,5	131
5	Печенье	75	4,7	2,0	31,3	179
	<b>ИТОГО</b>		19,97	19,96	72,58	<b>556,6</b>
Обед						
1. №36	Огурцы свежие	50	0,73	9,99	2,73	103,55
2. №131	Суп картофельный с рыбой	250	7,35	2,46	19,02	162,7
3. №416	Котлета мясная	80	13,8	19,08	14	267,8
4. №469	Греча отварная с маслом	200	10,3	7,2	55	313
5	Хлеб ржаной	30	1,41	0,2	14,94	64,2
6. №627	Чай сладкий	200/15	0,2	-	15,04	57,2
7	Фрукты	100	0,35	-	9,96	40,48
	<b>ИТОГО</b>		28,17	40,08	103,29	<b>1008,95</b>
	<b>ИТОГО</b>					<b>1565,55</b>

## 4 день

Завтрак						
1. №273	Вермишель отварная в молоке	200/10	4,06	0,35	20,33	236,33
2. №642	Какао	200/20	3,77	3,9	25,78	147,72
3	Фрукты	100	2,0	-	15,68	78
4	Бутерброд с сыром	20/15	5,2	8,7	7,8	129,05
	<b>ИТОГО</b>		17,87	22,1	111,18	<b>591,10</b>
Обед						
1. №36	Огурцы свежие	50	0,73	9,9	2,73	103,55
2. №110	Борщ из свежей капусты с костным бульоном, сметаной	250/5	8,04	4,36	14,81	156,98
3. №403	Плов с курицей	200	16	20	42,4	412
5	Хлеб ржаной	30	1,41	0,2	14,94	64,2
6 №585	Компот из свежих фруктов с вит.С	200	0,16	-	28,47	108,16
	<b>ИТОГО</b>		26,34	34,46	103,35	<b>844,89</b>
	<b>ИТОГО</b>					<b>1435,99</b>

5 день						
Завтрак						
1. №294	Сырники со сгущённым молоком (сметаной)	200/30	33,9	25,2	42,5	527,6
2. №627	Чай	200/15	0,2	-	15,04	57,19
3	Фрукты	100	2,0	-	15,68	78
4. №1	Бутерброд с маслом	20/10	1,2	8,7	7,8	112,3
	<b>ИТОГО</b>		37,3	33,9	81,02	<b>775,09</b>
Обед						
1. №36	Огурцы свежие	50	0,7	9,9	2,7	103,6
2. №148	Суп гороховый с мясным бульоном	250	8	7,4	14,8	156,98
3. №401	Гуляш	125	15,84	14,9	5,4	217
4. №465	Макароны отварные с маслом	200	7,2	5,7	51,2	272,03
5	Хлеб ржаной	30	1,4	0,2	14,94	64,2
6	Кисель витаминный	200	0,1	0	21,48	64,2
	<b>ИТОГО</b>		31,34	39,4	58,24	878,01
	<b>ИТОГО</b>					<b>1653,10</b>