

54-21г	Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8
54-10р	Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)	70	11.4	7.9	4.4	134.3
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	2.9	11.2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
Пром.	Вафли с фруктовыми начинками	100	2.8	3.3	77.3	350.1
	Итого за Завтрак	570	36.4	15.8	151.3	892.4
	Обед					
54-3с	Рассольник Ленинградский	200	4.8	5.8	13.6	125.5
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0.3	0.1	1.7	9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
	Итого за Обед	450	8.9	6.3	39.9	251.7
	Итого за день	1020	45.3	22.1	191.2	1144.1
	Неделя 1 Пятница					
	Завтрак					
54-13з	Салат из свеклы отварной	60	0.8	2.7	4.6	45.7
54-28м	Жаркое по-домашнему из курицы	200	24.8	6.2	17.6	225.6
54-23хн	Кисель из смородины	200	0.2	0.1	12.2	50.6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
	Итого за Завтрак	510	29.6	9.4	59	439.1
	Обед					
54-24с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	4.8	2.2	15.5	100.9
54-22гн	Какао с молоком сгущенным	200	3.5	3.4	22.3	133.4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
	Итого за Обед	450	12.1	6	62.4	351.5
	Итого за день	960	41.7	15.4	121.4	790.6
	Неделя 2 Понедельник					
	Завтрак					
54-6с	Суп картофельный с клецками	200	4.6	3.3	11.4	93.6
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	2.9	11.2	86
Пром.	Йогурт 1.5%	100	4.1	1.5	5.9	53.5
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
	Итого за Завтрак	550	16.4	8.1	53.1	350.3
	Обед					
54-21к	Каша вязкая молочная ячневая	200	7.2	9.3	34.1	249
54-25хн	Кисель из клюквы	200	0.1	0	14	56.8
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
	Итого за Обед	450	11.1	9.7	72.7	423
	Итого за день	1000	27.5	17.8	125.8	773.3
	Неделя 2 Вторник					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5
54-2к	Каша вязкая молочная кукурузная	200	7.2	9.2	44	287.8
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	2.9	11.2	86
Пром.	Яблоко	150	0.6	0.6	14.7	66.6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
	Итого за Завтрак	630	22.5	22	94.5	665.1
	Обед					

54-13с - для детей с целиакией	Щи из свежей капусты вегетарианские	200	1.3	3.1	5.9	57.1
54-2 гн	Какао с молоком	200	4.7	3.5	12.5	100.4
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
	Итого за Обед	450	9.8	7	43	274.7
	Итого за день	1080	32.3	29	137.5	939.8
	Неделя 2 Среда					
	Завтрак					
54-6о	Яйцо вареное	65	7.8	6.6	0.4	91.9
54-1г	Макароны отварные	150	5.3	4.9	32.8	196.8
54-4м	Котлета из говядины	75	13.7	13	12.3	221.4
54-32хн	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.1	9.9	41.6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
	Итого за Завтрак	540	30.8	25	80	668.9
	Обед					
54-9с	Суп фасолевый	200	6.8	4.6	14.4	125.9
54-1гн	Чай без сахара	200	0.2	0	0.1	1.4
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7.6	0.8	49.2	234.4
	Итого за Обед	500	14.6	5.4	63.7	361.7
	Итого за день	1040	45.4	30.4	143.7	1030.6
	Неделя 2 Четверг					
	Завтрак					
54-5з	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1	5.1	3.1	62.4
54-11м	Плов из отварной говядины	200	15.3	14.7	38.6	348.2
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7.6	0.8	49.2	234.4
Пром.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
	Итого за Завтрак	600	24.9	20.8	111.1	731.6
	Обед					
54-12с	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	7.9	3.8	12.4	115.7
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7.6	0.8	49.2	234.4
	Итого за Обед	500	15.7	4.7	68.2	378
	Итого за день	1100	40.6	25.5	179.3	1109.6
	Неделя 2 Пятница					
	Завтрак					
54-3г	Макароны отварные с сыром	150	7.9	6.8	28.7	207.7
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3.9	2.9	11.2	86
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7.6	0.8	49.2	234.4
Пром.	Мучное кондитерское изделие в потребительской упаковке	30	2.6	4.6	24.5	149.7
	Итого за Завтрак	480	22	15.1	113.6	677.8
	Обед					
54-4с	Рассольник домашний	200	4.6	5.7	11.6	116.1
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	8.6	50.9
Пром.	Хлеб пшеничный	100	7.6	0.8	49.2	234.4
	Итого за Обед	500	13.8	7.6	69.4	401.4
	Итого за день	980	35.8	22.7	183	1079.2