



			напиток	Компот из свежемороженных ягод + С витамин	200	0.67	0.3	7.68	32	АКТ	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	30	2.43	1.02	12.66	66.6	ПР	
			итого		771	26.95	23.7	103.23	705.03		0
1	4		<b>Итого за день:</b>		1311	42.35	43.45	185.89	1284.86		0
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Жаркое из птицы	200	14.05	16.78	20.28	306.07	259	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	106	376	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			фрукты								
			закуска	Яблоко	100	0.4	4.88	9.8	47	338	
			итого		530	16.95	21.98	59.72	540.09		0
1	5	Обед	закуска	Салат из зеленого горошка консервированного	60	5.27	3.28	4.61	55.36	10	
			1 блюдо	Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью	206	1.6	4.69	9	91.18	82	
			2 блюдо	Шницель из мяса с соусом	100	6.94	13.99	10.73	196.36	268\759	
			гарнир	Рис отварной с маслом сливочным	150	3.65	5.37	36.68	209.7	304	
			напиток	Компот из кураги +С витамин	200	0.78	0.05	27.63	114.8	348	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	30	2.43	1.02	12.66	66.6	ПР	
			итого		776	23.1	28.7	115.95	815.02		0
1	5		<b>Итого за день:</b>		1306	40.05	50.68	175.67	1355.11		0
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Котлеты из мяса с соусом	100	6.94	8.1	10.73	88.61	268	
			гарнир	Макаронные изделия отварные	150	5.52	4.52	26.45	168.45	202\309	
			гор.напиток	Чай с лимоном	204	0.13	0.02	15.2	97	377	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			фрукты								
			закуски	Печенье	60	4.23	6.81	16.73	110.4	ПР	
			итого		544	19.25	19.75	83.75	545.48		0
2	1	Обед	закуска	Салат из белокачанной капусты с морковью	60	1.56	1.95	3.88	31.72	45	
			1 блюдо	Суп -лапша домашняя с ципленком ,зеленью	211	4.71	6.02	9.25	96.93	113	
			2 блюдо	Сосиски отварные с томатным соусом	100	6.15	11.23	3.89	149.4	243\759	
			гарнир	Пюре из бобовых с маслом растит.	150	11.01	6.49	33.36	184.56	199	
			напиток	Компот из свежих яблок + С витамин	200	0.16	0.16	27.88	114.6	342	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	30	2.43	1.02	12.66	66.6	ПР	
			итого		781	28.45	27.17	105.56	724.83		0
2	1		<b>Итого за день:</b>		1325	47.7	46.92	189.31	1270.31		0
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша молочная пшеничная	205	8.23	10.53	42.21	297.14	173	
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	3.17	2.68	15.95	100.6	379	
			хлеб	Хлеб пшеничный	35	2.66	0.28	17.22	82.25	ПР	
			фрукты								
			закуска	Бутерброд с сыром	60	4.64	5.18	9.69	101.12	3	
			итого		500	18.7	18.67	85.07	581.11		0
2	2	Обед	закуска	Винегрет овощной	60	0.84	6.09	4.37	75.06	67	
			1 блюдо	Суп из овощей с зеленью	201	1.43	4.75	7.53	84.34	99	
			2 блюдо	Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом	250	15	15.09	40.23	359.39	272\330	
			гарнир								
			напиток	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0	20.2	84.8	389	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3.24	0.4	19.52	118.49	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	40	3.4	1.32	19.52	110.42	ПР	
			итого		791	24.91	27.65	111.37	832.5		0
2	2		<b>Итого за день:</b>		1291	43.61	46.32	196.44	1413.61		0
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Рагу овощное из птицы	200	13.03	10.5	18.27	223.4	289	
			закуска								
			гор.напиток	Компот из изюма	200	0.35	0.08	25.18	122.2	48\Акт	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3.24	0.4	19.52	118.49	ПР	
			фрукты	Яблоко	100	0.4	4.88	9.8	47	338	
			итого		540	17.02	15.86	72.77	511.09		0
2	3	Обед	закуска	Салат из редьки	60	1.05	3.66	3.87	46.62	57	
			1 блюдо	Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью	206	1.6	4.69	9	91.18	82	

			2 блюдо	Тефтели тушеные в соусе	100	5.98	7.72	10.68	195.97	278	
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.6	6.09	38.64	210.75	302\171	
			напиток	Компот из кураги	200	0.78	0.05	27.63	114.8	348	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	30	2.43	1.02	12.66	66.6	ПР	
			<i>итого</i>		776	22.87	23.53	117.12	806.94		0
2	3		<b>Итого за день:</b>		1316	39.89	39.39	189.89	1318.03		0
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Плов с мясом	200	11	21.13	36.92	383.25	265	
			гор.напиток	Кисель	200	0	0	30.96	118.62	383 Акт	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3.24	0.4	19.52	118.49	ПР	
			фрукты								
			закуски	Саклат Степной	60	0.92	3.71	5.55	60	Акт	
			<i>итого</i>		500	15.16	25.24	92.95	680.36		0
2	4	Обед	закуска	Икра свекольная	100	2.37	0.1	22.87	185.3	75	
			1 блюдо	Суп -лапша домашняя с ципленком,зеленью	211	4.71	6.02	9.25	96.93	113	
			2 блюдо	Рыба тушеная с овощами	100	9.75	7.53	13.43	105	229	
			гарнир	Пюре картофельное с мсливочным	150	3.06	4.8	20.44	137.25	312	
			напиток	Компот из свежемороженных ягод + С витамин	200	0.67	0.3	7.68	32	АКТ	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	50	4.05	0.5	24.4	177	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	40	3.4	1.32	19.52	110.42	ПР	
			<i>итого</i>		851	28.01	20.57	117.59	843.9		0
2	4		<b>Итого за день:</b>		1351	43.17	45.81	210.54	1524.26		0
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Фрикадельки из птицы с томатным соусом	100	7.23	8.24	7.05	125.19	125.19	
			гарнир	Макаронные изделия отварные	150	5.52	4.52	26.45	168.45	202\309	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	106	376	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			фрукты								
			закуска	Салат из моркови (припущ) и кураги	60	0.92	2.72	8.71	38.45	63	
			<i>итого</i>		540	16.17	15.8	71.85	519.11		0
2	5	Обед	закуска	Салат и белокачанной капусты с морковью	60	0.79	1.95	3.76	51.49	45	
			1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной зеленью	201	2.74	4.31	17.15	90.86	96	
			2 блюдо	Жаркое по домашнему	200	14.06	33.7	18.95	437.7	259	
			гарнир								
			напиток	Компот из смеси сухофруктов +С витамин	200	0.66	0.09	32.01	132.8	349	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	30	2.43	1.02	12.66	66.6	ПР	
			<i>итого</i>		721	23.11	41.37	99.17	860.47		0
2	5		<b>Итого за день:</b>		1261	39.28	57.17	171.02	1379.58		0
			<b>Среднее значение за период:</b>		1306.3	43.253	48.733	187.96	1383.1		#DIV/0!