

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ  
«Колоколенка»/ ООО «КОЛОКОЛЕНКА»  
ИНН 5017065171 КПП 501701001  
Р/С 40702810638110020093  
В ПАО СБЕРБАНК Г. МОСКВА  
К/С 3010191010000000225, БИЖ 044525225  
АДРЕС: 143512, МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ  
Г. ИСТРА, П. ОГНИКОВО, Д. 6 КОМ. 29/1 ЭТАЖ  
ТЕЛ: 8 (495) 99 46 157

ООО «Колоколенка»

Утверждаю

Родькин И.И.



**Рацион для детей в возрасте 11-18 лет**

Наименование	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод ы г	Энергетическ ая ценность ккал	Витамины				Минеральные вещества						№ ТК (Вариант сп 1)	№ ТК фк (Вариант 2)
						В 1, мг	С, мг	А, мкг	Е мг, ток. экв.	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	В2, мг	1, мкг		
<b>День 1 (понедельник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
Каша овсяная молочная	250	9,36	14,28	21,48	251,75	0,23	0,87	36,98	0,77	201,98	280,97	78,49	1,82	0,24	16,20	120209	120210
Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	25,47	150,80	2,42	0,60	15,00	0,00	141,48	114,84	30,00	1,75	0,13	17,00	160103	160103
Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
<b>Итого:</b>		<b>16,23</b>	<b>27,09</b>	<b>67,58</b>	<b>582,15</b>	<b>2,70</b>	<b>1,47</b>	<b>81,98</b>	<b>1,55</b>	<b>354,06</b>	<b>431,31</b>	<b>113,69</b>	<b>4,06</b>	<b>0,39</b>	<b>34,10</b>		
<b>Завтрак 2</b>																	
Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103	230103
Ватрушка с джемом	50	3,55	2,45	29,75	155,25	0,04	0,06	1,50	0,86	19,21	34,40	5,46	0,36	0,03	1,75	190301	190303
<b>Итого:</b>		<b>9,35</b>	<b>7,45</b>	<b>37,75</b>	<b>261,25</b>	<b>0,12</b>	<b>1,46</b>	<b>41,50</b>	<b>0,86</b>	<b>259,21</b>	<b>214,40</b>	<b>33,46</b>	<b>0,56</b>	<b>0,37</b>	<b>19,75</b>		
<b>Обед</b>																	
Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1,36	8,09	7,65	108,92	0,02	9,00	0,00	3,62	33,75	39,11	20,10	1,25	0,04	6,25	100403-1	100403-1
Щи из свежей капусты	250	3,08	3,06	7,46	68,94	0,06	19,56	7,50	1,28	153,67	46,14	20,99	0,73	0,06	4,05	110105	110106
Гуляш	100	14,40	1,60	3,30	85,20	0,05	1,47	9,00	0,40	13,81	133,32	18,52	1,94	0,11	5,27	120507	120508
Изделия макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130401	130402
Кисель абрикосовый	200	0,01	0,00	36,36	144,31	0,00	0,58	0,00	0,19	8,75	9,71	2,16	0,14	0,00	0,00	160228	160219
Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
<b>Итого:</b>		<b>32,26</b>	<b>24,95</b>	<b>143,25</b>	<b>925,69</b>	<b>0,31</b>	<b>30,60</b>	<b>30,00</b>	<b>7,31</b>	<b>334,93</b>	<b>407,31</b>	<b>85,28</b>	<b>6,64</b>	<b>0,26</b>	<b>20,72</b>		
<b>Полдник</b>																	
Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00		
Напиток молочный	200	3,00	3,20	16,90	108,80	0,02	0,60	15,00	0,00	121,00	91,00	14,00	0,10	0,13	9,00	160236	160236
<b>Итого:</b>		<b>4,50</b>	<b>5,16</b>	<b>31,78</b>	<b>192,20</b>	<b>0,04</b>	<b>0,60</b>	<b>17,00</b>	<b>0,70</b>	<b>126,80</b>	<b>109,00</b>	<b>18,00</b>	<b>0,52</b>	<b>0,14</b>	<b>9,00</b>		
<b>Ужин</b>																	
Рыба (филе) припущенная	120	23,42	0,88	0,00	101,02	0,13	1,46	14,64	1,32	514,61	747,09	44,05	0,75	0,10	197,64	120405	120405
Рис отварной	150	4,85	6,87	52,93	294,30	0,04	0,00	13,50	0,26	6,12	79,89	26,33	0,54	0,03	1,14	130301	130302
Напиток яблочный	200	0,06	0,06	21,35	86,38	0,00	1,40	0,00	0,03	2,84	1,54	1,26	0,37	0,00	0,28	160217	160230
Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
<b>Итого:</b>		<b>33,65</b>	<b>17,66</b>	<b>114,68</b>	<b>754,10</b>	<b>0,27</b>	<b>2,86</b>	<b>58,14</b>	<b>2,74</b>	<b>634,17</b>	<b>964,02</b>	<b>86,84</b>	<b>3,40</b>	<b>0,16</b>	<b>203,96</b>		
<b>Ужин 2</b>																	
Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00	210106	210106
<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,18</b>	<b>6,75</b>	<b>34,20</b>	<b>0,05</b>	<b>34,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>31,50</b>	<b>15,30</b>	<b>9,90</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>96,71</b>	<b>82,49</b>	<b>401,79</b>	<b>2749,59</b>	<b>3,48</b>	<b>71,20</b>	<b>228,62</b>	<b>13,35</b>	<b>1740,66</b>	<b>2141,34</b>	<b>347,18</b>	<b>15,28</b>	<b>1,36</b>	<b>287,53</b>		
<b>День 2 (вторник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
Сырники	100	7,00	16,00	34,00	308,00	0,16	0,42	48,00	0,51	174,71	510,73	22,94	0,69	0,25	1,08	120313	120314
Соус шоколадный	30	1,05	1,65	3,48	32,97	0,01	0,03	0,68	0,05	9,83	26,33	13,86	0,70	0,01	0,45	140209	140202
Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160107	160107
Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102

<b>Итого:</b>			<b>9,63</b>	<b>26,48</b>	<b>63,82</b>	<b>532,01</b>	<b>0,19</b>	<b>0,45</b>	<b>78,68</b>	<b>1,00</b>	<b>190,92</b>	<b>555,75</b>	<b>39,40</b>	<b>1,70</b>	<b>0,28</b>	<b>2,43</b>			
<b>Завтрак 2</b>																			
1	Биойогурт фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104	
2	Ирис	20	0,66	1,52	16,30	81,60	0,00	0,00	7,20	0,02	28,00	21,00	3,60	0,12	0,03	0,00			
<b>Итого:</b>			<b>8,86</b>	<b>4,52</b>	<b>28,10</b>	<b>195,60</b>	<b>0,06</b>	<b>1,20</b>	<b>27,20</b>	<b>0,02</b>	<b>276,00</b>	<b>211,00</b>	<b>33,60</b>	<b>0,32</b>	<b>0,33</b>	<b>18,00</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Сельдь с гарниром	100	4,04	5,76	13,89	123,76	0,11	8,50	2,01	1,99	30,50	116,98	24,15	1,00	0,10	9,25	100612	100612	
2	Солянка	250	4,33	6,03	2,88	82,36	0,05	3,43	7,50	1,32	64,22	77,68	13,18	1,06	0,07	3,79	110205	110206	
3	Котлеты рубленые из птицы	100	13,40	9,80	16,30	207,00	0,07	1,08	42,00	1,75	18,79	120,74	14,25	1,29	0,10	3,60	120613	120614	
4	Пюре картофельное	150	2,69	17,10	18,08	236,81	0,15	12,61	13,05	0,15	54,47	97,91	32,58	1,18	0,14	8,93	130101	130102	
5	Напиток вишневый	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160231	160204	
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
<b>Итого:</b>			<b>28,57</b>	<b>40,07</b>	<b>112,21</b>	<b>923,52</b>	<b>0,45</b>	<b>25,62</b>	<b>64,56</b>	<b>6,07</b>	<b>227,85</b>	<b>496,91</b>	<b>94,36</b>	<b>5,67</b>	<b>0,42</b>	<b>27,57</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Булочка	50	2,93	3,80	29,00	161,90	0,06	0,08	9,38	0,55	24,63	46,18	7,02	0,50	0,05	2,69	190102	190103	
2	Какао-напиток на молоке	200	9,40	8,50	10,83	160,46	0,02	0,54	13,50	0,01	114,50	108,10	29,60	1,02	0,13	8,10	160101	160102	
<b>Итого:</b>			<b>12,33</b>	<b>12,30</b>	<b>39,83</b>	<b>322,36</b>	<b>0,08</b>	<b>0,62</b>	<b>22,88</b>	<b>0,56</b>	<b>139,13</b>	<b>154,28</b>	<b>36,62</b>	<b>1,51</b>	<b>0,18</b>	<b>10,79</b>			
<b>Ужин</b>																			
1	Печень тушенная (говяжья)	60	10,02	4,68	4,50	100,20	0,26	28,12	4091,76	0,77	172,69	298,79	15,47	5,90	1,87	11,23	120515	120516	
2	Соус сметанный	30	0,48	1,68	1,47	22,92	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106	140107	
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,21	0,00	13,50	0,44	11,91	149,99	99,98	3,37	0,10	2,95	130309	130310	
4	Кисель фруктовый (ягодный) в ассортименте	200	0,61	0,06	38,24	154,66	0,01	1,20	0,00	0,06	12,62	11,90	2,40	0,91	0,01	0,00	160237	160237	
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
<b>Итого:</b>			<b>22,91</b>	<b>24,20</b>	<b>115,48</b>	<b>770,52</b>	<b>0,55</b>	<b>29,39</b>	<b>4157,76</b>	<b>2,35</b>	<b>375,82</b>	<b>560,08</b>	<b>130,17</b>	<b>11,37</b>	<b>2,03</b>	<b>18,51</b>			
<b>Ужин 2</b>																			
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	0,03	2,80	210110	210110	
<b>Итого:</b>			<b>0,56</b>	<b>0,56</b>	<b>13,72</b>	<b>65,80</b>	<b>0,04</b>	<b>14,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,28</b>	<b>22,40</b>	<b>15,40</b>	<b>12,60</b>	<b>3,08</b>	<b>0,03</b>	<b>2,80</b>			
<b>Итого за день</b>			<b>82,86</b>	<b>108,14</b>	<b>373,16</b>	<b>2809,81</b>	<b>1,38</b>	<b>71,27</b>	<b>4351,07</b>	<b>10,28</b>	<b>1232,12</b>	<b>1993,42</b>	<b>346,74</b>	<b>23,66</b>	<b>3,26</b>	<b>80,10</b>			
<b>День 3 (среда)</b>																			
<b>Завтрак 1</b>																			
1	Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие с молоком (см. приложение №2)	250	9,25	7,75	50,90	311,00	0,29	1,48	80,00	1,00	352,00	657,00	28,00	1,32	0,41	118,00	120215	120215	
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	5,77	0,00	0,05	0,00	0,00	160105	160105	
3	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
<b>Итого:</b>			<b>10,83</b>	<b>16,58</b>	<b>77,24</b>	<b>502,04</b>	<b>0,31</b>	<b>1,48</b>	<b>110,00</b>	<b>1,44</b>	<b>361,85</b>	<b>681,47</b>	<b>30,60</b>	<b>1,63</b>	<b>0,43</b>	<b>118,90</b>			
<b>Завтрак 2</b>																			
1	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102	230102	
2	Пирожок с клубничкой или Пирожок с клубничным джемом	50	3,50	1,20	27,50	134,80	0,05	12,67	4,01	0,51	22,26	37,34	7,07	0,50	0,04	1,72	190201 190202	190203	
<b>Итого:</b>			<b>11,30</b>	<b>6,20</b>	<b>35,90</b>	<b>242,80</b>	<b>0,05</b>	<b>13,27</b>	<b>44,01</b>	<b>0,51</b>	<b>270,26</b>	<b>221,34</b>	<b>35,07</b>	<b>0,70</b>	<b>0,30</b>	<b>1,72</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат с ветчиной	100	3,39	6,77	12,18	123,51	0,10	8,85	0,00	2,31	32,74	51,86	21,99	0,97	0,06	4,75	100510	100510	
2	Борщ сибирский с говядиной	250	6,16	4,84	7,37	96,94	0,09	13,86	7,51	2,06	153,38	127,68	34,74	2,11	0,10	8,06	110103	110104	
3	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250	23,84	38,11	50,90	531,50	0,34	0,00	37,50	1,33	40,10	159,31	26,28	1,86	0,17	1,13	120529	120529	
4	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	125,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238	160238	

5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>36,47</b>	<b>50,67</b>	<b>119,72</b>	<b>975,74</b>	<b>0,59</b>	<b>74,71</b>	<b>45,05</b>	<b>6,56</b>	<b>292,72</b>	<b>417,33</b>	<b>95,32</b>	<b>6,35</b>	<b>0,37</b>	<b>15,93</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Молоко	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105	230105
2	Гемоген обогащенный очищенным гемоглобином	20	1,20	0,60	15,14	70,80	0,01	0,00	20,00	0,00	2,00	6,60	0,40	0,12	0,04	0,00		
3	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	20	4,64	5,90	0,00	72,80	0,01	0,14	52,00	0,10	44,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102	100102
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>13,34</b>	<b>13,48</b>	<b>34,82</b>	<b>316,00</b>	<b>0,08</b>	<b>1,34</b>	<b>102,00</b>	<b>0,44</b>	<b>292,70</b>	<b>313,40</b>	<b>38,00</b>	<b>0,76</b>	<b>0,37</b>	<b>18,00</b>		
<b>Ужин</b>																		
1	Рагу из мяса птицы	250	11,50	4,13	32,00	211,13	0,24	16,95	52,50	2,66	52,70	227,67	55,60	2,82	0,24	12,14	120609	120610
2	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>18,82</b>	<b>14,18</b>	<b>92,60</b>	<b>575,53</b>	<b>0,35</b>	<b>20,95</b>	<b>82,50</b>	<b>4,00</b>	<b>177,30</b>	<b>377,17</b>	<b>78,80</b>	<b>7,36</b>	<b>0,29</b>	<b>17,04</b>		
<b>Ужин 2</b>																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	180	1,62	0,36	14,58	77,40	0,07	108,00	0,00	0,36	61,20	41,40	23,40	0,54	0,05	3,60	210102	210102
	<b>Итого:</b>		<b>1,62</b>	<b>0,36</b>	<b>14,58</b>	<b>77,40</b>	<b>0,07</b>	<b>108,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,36</b>	<b>61,20</b>	<b>41,40</b>	<b>23,40</b>	<b>0,54</b>	<b>0,05</b>	<b>3,60</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>92,38</b>	<b>101,47</b>	<b>374,86</b>	<b>2689,51</b>	<b>1,45</b>	<b>219,75</b>	<b>383,55</b>	<b>13,32</b>	<b>1456,02</b>	<b>2052,10</b>	<b>301,20</b>	<b>17,34</b>	<b>1,81</b>	<b>175,19</b>		
<b>День 4 (четверг)</b>																		
<b>Завтрак 1</b>																		
1	Каша пшенная молочная	250	7,23	12,93	33,59	279,46	0,27	0,57	29,25	0,23	134,07	226,21	62,72	1,75	0,15	11,67	120201	120202
2	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	16,10	65,20	0,00	1,60	0,00	0,01	5,55	6,65	0,48	0,07	0,00	0,00	160106	160106
3	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
	<b>Итого:</b>		<b>10,34</b>	<b>22,34</b>	<b>70,33</b>	<b>524,26</b>	<b>0,31</b>	<b>2,17</b>	<b>59,25</b>	<b>1,02</b>	<b>150,21</b>	<b>268,36</b>	<b>68,40</b>	<b>2,32</b>	<b>0,18</b>	<b>12,57</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103	230103
2	Брускетта	50	5,85	3,10	18,25	124,30	0,06	1,37	33,29	0,66	39,81	99,71	11,52	0,73	0,07	2,08	230464	190216
	<b>Итого:</b>		<b>11,65</b>	<b>8,10</b>	<b>26,25</b>	<b>230,30</b>	<b>0,14</b>	<b>2,77</b>	<b>73,29</b>	<b>0,66</b>	<b>279,81</b>	<b>279,71</b>	<b>39,52</b>	<b>0,93</b>	<b>0,41</b>	<b>20,08</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат витаминный с растительным маслом	100	1,05	15,14	10,37	183,19	0,03	16,40	0,00	6,74	91,11	23,54	13,43	0,92	0,03	2,38	100504	100504
2	Суп картофельный с рыбой	250	4,63	3,13	13,75	100,63	0,12	9,35	8,00	1,78	119,75	150,63	47,26	1,24	0,13	4,87	110314	110315
3	Бефстроганов	100	12,80	4,06	6,90	115,34	0,06	0,47	19,50	0,39	104,78	161,56	21,92	1,90	0,15	8,36	120505	120506
4	Изделия макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130401	130402
5	Кисель фруктовый (ягодный) в ассортименте	200	0,61	0,06	38,24	154,66	0,01	1,20	0,00	0,06	12,62	11,90	2,40	0,91	0,01	0,00	160237	160237
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>29,89</b>	<b>33,79</b>	<b>137,57</b>	<b>973,34</b>	<b>0,34</b>	<b>27,42</b>	<b>41,00</b>	<b>10,28</b>	<b>398,51</b>	<b>459,86</b>	<b>100,92</b>	<b>6,68</b>	<b>0,35</b>	<b>18,76</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	25,47	150,80	2,42	0,60	15,00	0,00	141,48	114,84	30,00	1,75	0,13	17,00	160103	160103
2	Булочка с цукатами или Булочка с изюмом	50	5,75	3,35	28,60	167,55	0,06	0,11	8,64	0,52	32,11	51,71	8,37	0,54	0,06	3,06	190104 190105	190106
	<b>Итого:</b>		<b>9,54</b>	<b>6,75</b>	<b>54,07</b>	<b>318,35</b>	<b>2,48</b>	<b>0,71</b>	<b>23,64</b>	<b>0,52</b>	<b>173,59</b>	<b>166,55</b>	<b>38,37</b>	<b>2,29</b>	<b>0,19</b>	<b>20,06</b>		
<b>Ужин</b>																		
1	Котлеты рубленые из фарша рыбного	100	9,60	9,28	17,50	191,92	0,09	0,82	9,10	1,83	284,57	418,56	26,50	0,63	0,08	105,50	120401	120402

2	Рис отварной	150	4,85	6,87	52,93	294,30	0,04	0,00	13,50	0,26	6,12	79,89	26,33	0,54	0,03	1,14	130301	130302	
3	Напиток смородина	200	0,14	0,02	33,48	132,00	0,00	9,60	0,00	0,10	5,76	3,84	3,36	0,17	0,00	0,00	160229	160207	
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
	<b>Итого:</b>		<b>17,29</b>	<b>25,23</b>	<b>124,15</b>	<b>791,82</b>	<b>0,17</b>	<b>10,42</b>	<b>52,60</b>	<b>2,80</b>	<b>352,35</b>	<b>570,98</b>	<b>63,79</b>	<b>2,23</b>	<b>0,13</b>	<b>109,54</b>			
<b>Ужин 2</b>																			
1	Флоды и ягоды свежие (см.приложение №1)	220	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00	210103	210103	
	<b>Итого:</b>		<b>3,30</b>	<b>1,10</b>	<b>46,20</b>	<b>211,20</b>	<b>0,09</b>	<b>22,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,88</b>	<b>17,60</b>	<b>61,60</b>	<b>92,40</b>	<b>1,32</b>	<b>0,11</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Итого за день</b>		<b>82,01</b>	<b>97,31</b>	<b>458,56</b>	<b>3049,27</b>	<b>3,53</b>	<b>65,48</b>	<b>249,79</b>	<b>16,16</b>	<b>1372,06</b>	<b>1807,06</b>	<b>403,40</b>	<b>15,76</b>	<b>1,37</b>	<b>181,01</b>			
<b>День 5 (пятница)</b>																			
<b>Завтрак 1</b>																			
1	Запеканка из творога	100	6,30	23,00	25,80	335,40	0,15	0,46	56,00	0,38	198,14	539,24	23,10	0,57	0,27	1,33	120305	120306	
2	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	20	1,44	1,70	11,10	65,60	0,01	0,20	8,40	0,04	61,40	43,80	6,80	0,04	0,08	1,80	140201	140201	
3	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160107	160107	
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
	<b>Итого:</b>		<b>9,32</b>	<b>33,53</b>	<b>63,24</b>	<b>592,04</b>	<b>0,19</b>	<b>0,66</b>	<b>94,40</b>	<b>0,86</b>	<b>265,92</b>	<b>601,74</b>	<b>32,50</b>	<b>0,92</b>	<b>0,36</b>	<b>4,03</b>			
<b>Завтрак 2</b>																			
1	Биоогурт фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104	
2	Булочка	50	2,93	3,80	29,00	161,90	0,06	0,08	9,38	0,55	24,63	46,18	7,02	0,50	0,05	2,69	190102	190103	
	<b>Итого:</b>		<b>11,13</b>	<b>6,80</b>	<b>40,80</b>	<b>275,90</b>	<b>0,12</b>	<b>1,28</b>	<b>29,38</b>	<b>0,55</b>	<b>272,63</b>	<b>236,18</b>	<b>37,02</b>	<b>0,70</b>	<b>0,35</b>	<b>20,69</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20	0,03	8,80	0,00	5,37	21,16	37,39	12,38	0,54	0,04	2,64	100507	100507	
2	Рассольник Ленинградский	250	2,36	5,68	13,40	113,35	0,11	9,28	7,50	1,32	70,70	76,50	26,59	0,99	0,08	5,38	110201	110202	
3	Тефтели с рисом	120	12,12	4,94	19,56	171,22	0,06	0,00	0,00	0,36	11,45	163,08	25,05	2,15	0,12	5,29	120521	120522	
4	Капуста тушеная	150	3,75	6,45	16,50	139,05	0,06	48,30	0,00	2,90	291,80	64,15	32,96	1,19	0,08	5,61	130201	130202	
5	Напиток морковный	200	0,87	0,08	20,93	89,14	0,04	9,00	0,00	0,26	20,08	35,30	24,10	0,50	0,05	3,20	160235	160235	
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
	<b>Итого:</b>		<b>23,93</b>	<b>30,61</b>	<b>103,03</b>	<b>784,16</b>	<b>0,36</b>	<b>75,38</b>	<b>7,50</b>	<b>11,07</b>	<b>474,59</b>	<b>460,02</b>	<b>131,28</b>	<b>6,46</b>	<b>0,37</b>	<b>24,12</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Какао-напиток на молоке	200	9,40	8,50	10,83	160,46	0,02	0,54	13,50	0,01	114,50	108,10	29,60	1,02	0,13	8,10	160101	160102	
2	Пирожок с вишней или Пирожок с вишневым джемом	50	3,90	1,95	28,00	145,15	0,05	0,06	3,75	0,45	18,30	32,60	5,59	0,34	0,03	1,45	190213 190214	190215	
	<b>Итого:</b>		<b>13,30</b>	<b>10,45</b>	<b>38,83</b>	<b>305,61</b>	<b>0,07</b>	<b>0,60</b>	<b>17,25</b>	<b>0,47</b>	<b>132,80</b>	<b>140,70</b>	<b>35,19</b>	<b>1,36</b>	<b>0,15</b>	<b>9,55</b>			
<b>Ужин</b>																			
1	Шницель рубленый куриный	100	11,90	9,00	11,50	174,60	0,07	1,71	65,26	1,38	40,26	186,86	19,63	1,72	0,20	10,35	120615	120616	
2	Соус томатный	30	0,48	0,00	2,10	16,77	0,01	3,56	3,15	0,11	2,77	7,49	4,53	0,21	0,02	0,20	140101	140102	
3	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,21	0,00	13,50	0,44	11,91	149,99	99,98	3,37	0,10	2,95	130309	130310	
4	Напиток фруктовый	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160117	160117	
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
	<b>Итого:</b>		<b>24,18</b>	<b>26,78</b>	<b>100,86</b>	<b>747,95</b>	<b>0,37</b>	<b>5,27</b>	<b>111,91</b>	<b>2,89</b>	<b>116,02</b>	<b>429,83</b>	<b>134,35</b>	<b>6,46</b>	<b>0,35</b>	<b>16,40</b>			
<b>Ужин 2</b>																			
1	Флоды и ягоды свежие (см.приложение №1)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	0,03	2,80	210110	210110	

	<b>Итого:</b>		<b>0,56</b>	<b>0,56</b>	<b>13,72</b>	<b>65,80</b>	<b>0,04</b>	<b>14,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,28</b>	<b>22,40</b>	<b>15,40</b>	<b>12,60</b>	<b>3,08</b>	<b>0,03</b>	<b>2,80</b>			
	<b>Итого за день</b>		<b>82,41</b>	<b>108,73</b>	<b>360,49</b>	<b>2771,46</b>	<b>1,14</b>	<b>97,18</b>	<b>260,45</b>	<b>16,12</b>	<b>1284,36</b>	<b>1883,87</b>	<b>382,93</b>	<b>18,98</b>	<b>1,61</b>	<b>77,59</b>			
<b>День 6 (суббота)</b>																			
<b>Завтрак 1</b>																			
1	Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие с молоком (см. приложение №2)	250	9,25	7,75	50,90	311,00	0,29	1,48	80,00	1,00	352,00	657,00	28,00	1,32	0,41	118,00	120215	120215	
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	5,77	0,00	0,05	0,00	0,00	160105	160105	
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
4	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	20	4,64	5,90	0,00	72,80	0,01	0,14	52,00	0,10	44,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102	100102	
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
	<b>Итого:</b>		<b>15,47</b>	<b>22,48</b>	<b>77,24</b>	<b>574,84</b>	<b>0,32</b>	<b>1,62</b>	<b>162,00</b>	<b>1,54</b>	<b>405,85</b>	<b>789,47</b>	<b>37,60</b>	<b>1,83</b>	<b>0,49</b>	<b>118,90</b>			
<b>Завтрак 2</b>																			
1	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102	230102	
2	Кекс столичный	50	3,55	10,50	25,65	211,30	0,05	0,00	30,05	0,57	15,87	44,37	7,12	0,72	0,06	2,97	170601	170602	
	<b>Итого:</b>		<b>11,35</b>	<b>15,50</b>	<b>34,05</b>	<b>319,30</b>	<b>0,05</b>	<b>0,60</b>	<b>70,05</b>	<b>0,57</b>	<b>263,87</b>	<b>228,37</b>	<b>35,12</b>	<b>0,92</b>	<b>0,32</b>	<b>2,97</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат из капусты, сладкого перца и растительного масла	100	1,48	7,09	4,01	95,19	0,03	32,90	0,00	3,20	137,29	30,81	14,27	0,57	0,04	2,82	100202-1	100202-1	
2	Бульон куриный	230	2,07	5,06	2,99	65,78	0,06	4,60	0,00	0,05	6,90	26,68	10,58	0,41	0,04	2,30	110501	110502	
3	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	20	2,54	2,30	0,14	31,40	0,01	0,00	0,02	0,12	14,68	39,15	2,62	0,53	0,09	4,00	120304	120304	
4	Шницель рубленый из говядины	100	12,00	10,40	6,00	165,60	0,08	0,00	0,00	2,07	14,92	171,84	20,96	2,47	0,13	5,60	120525	120526	
5	Картофель отварной	150	2,91	6,76	23,29	165,54	0,18	15,00	9,00	0,18	25,62	88,13	34,67	1,38	0,12	7,77	130103	130104	
6	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00			
7	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
8	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103	
	<b>Итого:</b>		<b>28,24</b>	<b>33,40</b>	<b>96,95</b>	<b>813,11</b>	<b>0,46</b>	<b>56,50</b>	<b>9,02</b>	<b>6,86</b>	<b>322,81</b>	<b>504,21</b>	<b>106,29</b>	<b>9,88</b>	<b>0,46</b>	<b>26,49</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	17,86	87,84	0,01	0,24	6,00	0,00	52,35	42,17	5,60	0,09	0,05	3,60	160108	160108	
2	Бутерброд с колбасой полукопченной	40	4,94	8,38	10,32	136,40	0,05	0,00	0,00	0,46	10,70	59,60	7,00	0,84	0,04	1,40	100103	100103	
3	Биоогурт фруктовый	100	4,10	1,50	5,90	57,00	0,03	0,60	10,00	0,00	124,00	95,00	15,00	0,10	0,15	9,00			
	<b>Итого:</b>		<b>10,24</b>	<b>11,16</b>	<b>34,08</b>	<b>281,24</b>	<b>0,09</b>	<b>0,84</b>	<b>16,00</b>	<b>0,46</b>	<b>187,05</b>	<b>196,77</b>	<b>27,60</b>	<b>1,03</b>	<b>0,24</b>	<b>14,00</b>			
<b>Ужин</b>																			
1	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250	23,84	38,11	50,90	531,50	0,34	0,00	37,50	1,33	40,10	159,31	26,28	1,86	0,17	1,13	120529	120529	
2	Кисель абрикосовый	200	0,01	0,00	36,36	144,31	0,00	0,58	0,00	0,19	8,75	9,71	2,16	0,14	0,00	0,00	160228	160219	
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
	<b>Итого:</b>		<b>28,05</b>	<b>47,74</b>	<b>117,78</b>	<b>901,81</b>	<b>0,41</b>	<b>0,58</b>	<b>67,50</b>	<b>2,48</b>	<b>109,45</b>	<b>254,52</b>	<b>38,64</b>	<b>3,13</b>	<b>0,21</b>	<b>4,03</b>			
<b>Ужин 2</b>																			
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00	210106	210106	
	<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,18</b>	<b>6,75</b>	<b>34,20</b>	<b>0,05</b>	<b>34,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>31,50</b>	<b>15,30</b>	<b>9,90</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Итого за день</b>		<b>94,06</b>	<b>130,47</b>	<b>366,86</b>	<b>2924,50</b>	<b>1,38</b>	<b>94,34</b>	<b>324,57</b>	<b>12,08</b>	<b>1320,52</b>	<b>1988,64</b>	<b>255,14</b>	<b>16,87</b>	<b>1,74</b>	<b>166,39</b>			
<b>День 7 (Воскресение)</b>																			
<b>Завтрак 1</b>																			
1	Каша пшеничная молочная	250	7,23	12,93	33,59	279,46	0,27	0,57	29,25	0,23	134,07	226,21	62,72	1,75	0,15	11,67	120201	120202	
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	23,66	144,43	0,02	0,72	18,00	0,00	145,68	109,20	16,80	0,17	0,16	10,80	160104	160104	

3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>12,71</b>	<b>25,60</b>	<b>67,60</b>	<b>551,09</b>	<b>0,31</b>	<b>1,29</b>	<b>77,25</b>	<b>0,67</b>	<b>285,65</b>	<b>354,11</b>	<b>82,12</b>	<b>2,17</b>	<b>0,32</b>	<b>23,37</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103	230103
2	Ватрушка с творогом	50	5,40	5,90	24,00	170,70	0,07	0,14	9,01	1,13	50,47	126,13	9,44	0,49	0,08	2,08	190304	190306
	<b>Итого:</b>		<b>11,20</b>	<b>10,90</b>	<b>32,00</b>	<b>276,70</b>	<b>0,15</b>	<b>1,54</b>	<b>49,01</b>	<b>1,13</b>	<b>290,47</b>	<b>306,13</b>	<b>37,44</b>	<b>0,69</b>	<b>0,42</b>	<b>20,08</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20	0,03	8,80	0,00	5,37	21,16	37,39	12,38	0,54	0,04	2,64	100507	100507
2	Суп картофельный с горохом	250	8,87	2,33	24,15	153,15	0,24	6,24	0,00	2,60	40,33	114,40	38,56	2,07	0,08	4,13	110307-1	110308-1
3	Котлеты рубленые из птицы	100	13,40	9,80	16,30	207,00	0,07	1,08	42,00	1,75	18,79	120,74	14,25	1,29	0,10	3,60	120613	120614
4	Овощи запеченные	150	3,49	5,19	28,17	173,70	0,21	17,66	501,20	2,16	29,34	619,50	40,03	1,59	0,14	591,64	130111	130111
5	Напиток вишневый	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160231	160204
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>29,08</b>	<b>30,20</b>	<b>121,60</b>	<b>875,24</b>	<b>0,59</b>	<b>33,78</b>	<b>543,20</b>	<b>12,39</b>	<b>164,79</b>	<b>958,82</b>	<b>112,82</b>	<b>6,39</b>	<b>0,36</b>	<b>604,01</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	22,40	92,54	0,01	5,60	0,00	0,03	6,26	3,08	1,68	0,15	0,00	0,00	160213	160213
2	Булочка с цукатами или Булочка с изюмом	50	5,75	3,35	28,60	167,55	0,06	0,11	8,64	0,52	32,11	51,71	8,37	0,54	0,06	3,06	190104 190105	190106
	<b>Итого:</b>		<b>5,88</b>	<b>3,36</b>	<b>51,00</b>	<b>260,09</b>	<b>0,06</b>	<b>5,71</b>	<b>8,64</b>	<b>0,55</b>	<b>38,37</b>	<b>54,79</b>	<b>10,05</b>	<b>0,69</b>	<b>0,06</b>	<b>3,06</b>		
<b>Ужин</b>																		
1	Печень тушеная (говяжья)	60	10,02	4,68	4,50	100,20	0,26	28,12	4091,76	0,77	172,69	298,79	15,47	5,90	1,87	11,23	120515	120516
2	Соус сметанный	30	0,48	1,68	1,47	22,92	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106	140107
3	Пюре картофельное	150	2,69	17,10	18,08	236,81	0,15	12,61	13,05	0,15	54,47	97,91	32,58	1,18	0,14	8,93	130101	130102
4	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	125,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238	160238
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>17,84</b>	<b>33,24</b>	<b>83,67</b>	<b>710,93</b>	<b>0,50</b>	<b>92,80</b>	<b>4157,35</b>	<b>2,35</b>	<b>417,56</b>	<b>507,78</b>	<b>65,08</b>	<b>8,81</b>	<b>2,08</b>	<b>24,49</b>		
<b>Ужин 2</b>																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение №1)	220	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00	210103	210103
	<b>Итого:</b>		<b>3,30</b>	<b>1,10</b>	<b>46,20</b>	<b>211,20</b>	<b>0,09</b>	<b>22,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,88</b>	<b>17,60</b>	<b>61,60</b>	<b>92,40</b>	<b>1,32</b>	<b>0,11</b>	<b>0,00</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>80,01</b>	<b>104,40</b>	<b>402,08</b>	<b>2885,25</b>	<b>1,71</b>	<b>157,11</b>	<b>4835,45</b>	<b>17,96</b>	<b>1214,44</b>	<b>2243,24</b>	<b>399,91</b>	<b>20,08</b>	<b>3,36</b>	<b>675,01</b>		
	<b>Итого за 7 дней</b>		<b>87,21</b>	<b>104,71</b>	<b>391,12</b>	<b>2839,91</b>	<b>2,01</b>	<b>110,90</b>	<b>1519,07</b>	<b>14,18</b>	<b>1374,31</b>	<b>2015,67</b>	<b>348,07</b>	<b>18,28</b>	<b>2,07</b>	<b>234,69</b>		
<b>День 8 (понедельник)</b>																		
<b>Завтрак 1</b>																		
1	Каша манная молочная	250	6,99	14,11	35,49	297,28	0,09	1,02	40,50	0,63	216,53	188,84	30,87	0,61	0,24	15,75	120205	120206
2	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160107	160107
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>8,57</b>	<b>22,94</b>	<b>61,83</b>	<b>488,32</b>	<b>0,11</b>	<b>1,02</b>	<b>70,50</b>	<b>1,07</b>	<b>222,91</b>	<b>207,54</b>	<b>33,47</b>	<b>0,91</b>	<b>0,26</b>	<b>16,65</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Биойогурт фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104
2	Булочка с шоколадом или Булочка Любимая	50	5,65	4,00	27,10	167,00	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,06	3,06	190107 190108	190109
	<b>Итого:</b>		<b>13,85</b>	<b>7,00</b>	<b>38,90</b>	<b>281,00</b>	<b>0,12</b>	<b>1,30</b>	<b>26,91</b>	<b>0,59</b>	<b>277,51</b>	<b>242,72</b>	<b>38,05</b>	<b>0,74</b>	<b>0,36</b>	<b>21,06</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из моркови с сахаром	100	1,18	7,08	9,28	106,75	0,05	4,55	0,00	3,44	24,66	50,19	34,58	0,65	0,06	4,55	100302	100302

2	Суп из овощей	250	3,63	7,13	9,93	116,78	0,12	20,30	12,50	5,71	171,01	74,75	29,71	1,09	0,10	6,55	110305	110306
3	Биточки рубленые куриные	100	12,40	6,90	10,20	152,50	0,08	1,29	48,50	1,31	42,32	146,87	17,86	1,37	0,13	5,70	120611	120612
4	Рис отварной	150	4,85	6,87	52,93	294,30	0,04	0,00	13,50	0,26	6,12	79,89	26,33	0,54	0,03	1,14	130301	130302
5	Напиток клубничный	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	20,16	0,00	0,07	2,88	2,40	1,68	0,26	0,01	0,00	160232	160205
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>26,18</b>	<b>29,36</b>	<b>143,39</b>	<b>943,93</b>	<b>0,36</b>	<b>46,30</b>	<b>74,50</b>	<b>11,65</b>	<b>306,38</b>	<b>437,69</b>	<b>120,36</b>	<b>5,02</b>	<b>0,35</b>	<b>19,94</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Напиток молочный	200	3,00	3,20	16,90	108,80	0,02	0,60	15,00	0,00	121,00	91,00	14,00	0,10	0,13	9,00	160236	160236
2	Кекс с цукатами или Кекс творожный	50	1,30	8,75	27,20	200,55	0,04	0,03	30,01	0,53	12,73	37,75	5,82	0,53	0,06	2,97	170607 170606	170603
	<b>Итого:</b>		<b>4,30</b>	<b>11,95</b>	<b>44,10</b>	<b>309,35</b>	<b>0,06</b>	<b>0,63</b>	<b>45,01</b>	<b>0,53</b>	<b>133,73</b>	<b>128,75</b>	<b>19,82</b>	<b>0,63</b>	<b>0,19</b>	<b>11,97</b>		
<b>Ужин</b>																		
1	Тефтели рубленые из говядины	120	14,82	8,64	19,74	216,00	0,08	4,03	15,66	3,28	48,73	181,73	25,22	2,40	0,14	7,97	120519	120520
2	Рагу из овощей	150	2,85	3,45	16,35	107,85	0,12	11,60	0,00	3,53	27,06	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203	130204
3	Напиток фруктовый	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160117	160117
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>22,99</b>	<b>21,94</b>	<b>92,47</b>	<b>660,09</b>	<b>0,29</b>	<b>15,63</b>	<b>45,66</b>	<b>7,95</b>	<b>186,87</b>	<b>388,18</b>	<b>73,07</b>	<b>5,27</b>	<b>0,26</b>	<b>18,44</b>		
<b>Ужин 2</b>																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	180	1,62	0,36	14,58	77,40	0,07	108,00	0,00	0,36	61,20	41,40	23,40	0,54	0,05	3,60	210102	210102
	<b>Итого:</b>		<b>1,62</b>	<b>0,36</b>	<b>14,58</b>	<b>77,40</b>	<b>0,07</b>	<b>108,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,36</b>	<b>61,20</b>	<b>41,40</b>	<b>23,40</b>	<b>0,54</b>	<b>0,05</b>	<b>3,60</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>77,50</b>	<b>93,55</b>	<b>395,28</b>	<b>2760,08</b>	<b>1,01</b>	<b>172,87</b>	<b>262,58</b>	<b>22,14</b>	<b>1188,60</b>	<b>1446,28</b>	<b>308,16</b>	<b>13,12</b>	<b>1,47</b>	<b>91,66</b>		
<b>День 9 (вторник)</b>																		
<b>Завтрак 1</b>																		
1	Омлет натуральный, запеченный	180	18,03	9,65	12,90	210,45	0,11	0,32	19,04	0,85	141,68	309,36	23,86	3,45	0,67	32,18	120301	120322
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	25,47	150,80	2,42	0,60	15,00	0,00	141,48	114,84	30,00	1,75	0,13	17,00	160103	160103
3	Изделие деликатесное из мяса (ветчина)	30	6,78	6,27	0,00	83,55	0,00	0,00	0,00	0,00	3,60	0,00	10,50	0,78	0,00	2,10	100101	100101
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>31,68</b>	<b>28,73</b>	<b>59,01</b>	<b>624,40</b>	<b>2,57</b>	<b>0,92</b>	<b>64,04</b>	<b>1,63</b>	<b>297,36</b>	<b>459,70</b>	<b>69,56</b>	<b>6,48</b>	<b>0,82</b>	<b>52,18</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102	230102
2	Мармелад	36	0,02	0,00	28,58	115,56	0,00	0,00	0,00	0,00	1,44	0,36	0,72	0,14	0,00	0,00		
	<b>Итого:</b>		<b>7,82</b>	<b>5,00</b>	<b>22,69</b>	<b>165,78</b>	<b>0,00</b>	<b>0,60</b>	<b>40,00</b>	<b>0,00</b>	<b>248,72</b>	<b>184,18</b>	<b>28,36</b>	<b>0,27</b>	<b>0,26</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из свеклы и зеленого горошка	100	1,59	10,10	8,13	129,60	0,03	9,50	0,00	4,51	47,97	43,14	20,86	1,27	0,04	6,45	100402	100402
2	Суп крестьянский с крупой	250	3,38	4,49	10,31	94,40	0,06	15,66	7,50	2,46	139,43	74,10	21,96	0,80	0,06	3,65	110322	110323
3	Гуляш из мяса птицы	100	12,35	4,00	3,40	99,00	0,04	2,10	38,00	0,06	11,75	87,80	11,36	0,91	0,08	3,27	120601	120602
4	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,21	0,00	13,50	0,44	11,91	149,99	99,98	3,37	0,10	2,95	130309	130310
5	Напиток смородина	200	0,14	0,02	33,48	132,00	0,00	9,60	0,00	0,10	5,76	3,84	3,36	0,17	0,00	0,00	160229	160207
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>30,30</b>	<b>28,36</b>	<b>136,40</b>	<b>919,34</b>	<b>0,44</b>	<b>36,86</b>	<b>59,00</b>	<b>8,61</b>	<b>326,23</b>	<b>492,47</b>	<b>172,71</b>	<b>8,23</b>	<b>0,31</b>	<b>20,32</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Брускетта	50	5,85	3,10	18,25	124,30	0,06	1,37	33,29	0,66	39,81	99,71	11,52	0,73	0,07	2,08	230464	190216
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	5,77	0,00	0,05	0,00	0,00	160105	160105
	<b>Итого:</b>		<b>5,85</b>	<b>3,10</b>	<b>34,23</b>	<b>188,14</b>	<b>0,06</b>	<b>1,37</b>	<b>33,29</b>	<b>0,66</b>	<b>43,76</b>	<b>105,47</b>	<b>11,52</b>	<b>0,77</b>	<b>0,07</b>	<b>2,08</b>		
<b>Ужин</b>																		
1	Говядина отварная	100	21,10	2,30	1,80	112,30	0,09	0,00	0,00	0,62	15,79	291,78	34,21	4,20	0,23	10,85	120509	120510



2	Соус томатный	30	0,48	0,00	2,10	16,77	0,01	3,56	3,15	0,11	2,77	7,49	4,53	0,21	0,02	0,20	140101	140102
3	Изделия макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130401	130402
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>35,96</b>	<b>22,74</b>	<b>102,77</b>	<b>767,79</b>	<b>0,28</b>	<b>7,56</b>	<b>46,65</b>	<b>2,68</b>	<b>108,71</b>	<b>444,20</b>	<b>65,27</b>	<b>9,18</b>	<b>0,32</b>	<b>15,11</b>		
<b>Ужин 2</b>																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00	210106	210106
	<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,18</b>	<b>6,75</b>	<b>34,20</b>	<b>0,05</b>	<b>34,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>31,50</b>	<b>15,30</b>	<b>9,90</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>112,33</b>	<b>88,10</b>	<b>361,86</b>	<b>2699,65</b>	<b>3,39</b>	<b>81,51</b>	<b>242,98</b>	<b>13,76</b>	<b>1056,27</b>	<b>1701,32</b>	<b>357,32</b>	<b>25,02</b>	<b>1,81</b>	<b>89,69</b>		
<b>День 10 (среда)</b>																		
<b>Завтрак 1</b>																		
1	Каша овсяная молочная	250	9,36	14,28	21,48	251,75	0,23	0,87	36,98	0,77	201,98	280,97	78,49	1,82	0,24	16,20	120209	120210
2	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	16,10	65,20	0,00	1,60	0,00	0,01	5,55	6,65	0,48	0,07	0,00	0,00	160106	160106
3	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
4	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	20	4,64	5,90	0,00	72,80	0,01	0,14	52,00	0,10	44,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102	100102
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
	<b>Итого:</b>		<b>15,62</b>	<b>29,01</b>	<b>47,94</b>	<b>516,95</b>	<b>0,26</b>	<b>2,61</b>	<b>118,98</b>	<b>1,32</b>	<b>257,42</b>	<b>414,32</b>	<b>88,57</b>	<b>2,35</b>	<b>0,32</b>	<b>17,10</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103	230103
2	Кекс с шоколадом	50	3,45	11,00	24,00	208,80	0,05	0,00	30,01	0,56	17,22	70,87	25,62	1,65	0,07	3,20	170604	170605
	<b>Итого:</b>		<b>9,25</b>	<b>16,00</b>	<b>32,00</b>	<b>314,80</b>	<b>0,13</b>	<b>1,40</b>	<b>70,01</b>	<b>0,56</b>	<b>257,22</b>	<b>250,87</b>	<b>53,62</b>	<b>1,85</b>	<b>0,41</b>	<b>21,20</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из моркови и свежих огурцов	100	1,81	7,44	11,80	121,79	0,09	7,29	0,00	3,31	23,38	61,01	26,92	0,85	0,06	4,14	100307-1	100307-1
2	Суп куриный	250	9,13	4,13	9,75	112,63	0,08	6,53	11,79	1,33	24,96	73,56	21,82	0,99	0,07	4,16	110303	110304
3	Рыба (филе) припущенная	120	23,42	0,88	0,00	101,02	0,13	1,46	14,64	1,32	514,61	747,09	44,05	0,75	0,10	197,64	120405	120405
4	Пюре картофельное	150	2,69	17,10	18,08	236,81	0,15	12,61	13,05	0,15	54,47	97,91	32,58	1,18	0,14	8,93	130101	130102
5	Напиток вишневый	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160231	160204
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>42,28</b>	<b>31,15</b>	<b>110,57</b>	<b>892,24</b>	<b>0,54</b>	<b>27,89</b>	<b>39,48</b>	<b>7,15</b>	<b>727,29</b>	<b>1113,17</b>	<b>140,57</b>	<b>5,53</b>	<b>0,40</b>	<b>218,86</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Пирожок с яблоком или Пирожок с яблочным джемом	50	3,65	1,50	27,50	138,10	0,05	0,15	4,01	0,47	22,86	37,19	7,07	0,56	0,04	1,72	190204 190205	190206
2	Молоко	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105	230105
	<b>Итого:</b>		<b>9,65</b>	<b>7,90</b>	<b>36,90</b>	<b>258,10</b>	<b>0,09</b>	<b>1,35</b>	<b>34,01</b>	<b>0,47</b>	<b>264,86</b>	<b>219,19</b>	<b>35,07</b>	<b>0,76</b>	<b>0,30</b>	<b>19,72</b>		
<b>Ужин</b>																		
1	Голубцы ленивые	250	20,00	25,00	18,25	378,00	0,11	55,15	5,00	4,40	389,67	210,48	54,91	3,12	0,18	10,41	120542	120543
2	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	125,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238	160238
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>24,66</b>	<b>34,78</b>	<b>77,88</b>	<b>729,00</b>	<b>0,20</b>	<b>107,15</b>	<b>35,04</b>	<b>5,70</b>	<b>462,07</b>	<b>307,66</b>	<b>69,83</b>	<b>4,78</b>	<b>0,24</b>	<b>13,31</b>		
<b>Ужин 2</b>																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	180	0,72	0,54	18,54	84,60	0,04	9,00	0,00	0,72	34,20	28,80	21,60	4,14	0,05	1,80	210104	210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,54</b>	<b>18,54</b>	<b>84,60</b>	<b>0,04</b>	<b>9,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,72</b>	<b>34,20</b>	<b>28,80</b>	<b>21,60</b>	<b>4,14</b>	<b>0,05</b>	<b>1,80</b>		

<b>Итого за день</b>			<b>102,18</b>	<b>119,38</b>	<b>323,82</b>	<b>2795,68</b>	<b>1,25</b>	<b>149,39</b>	<b>297,51</b>	<b>15,92</b>	<b>2003,06</b>	<b>2334,00</b>	<b>409,26</b>	<b>19,41</b>	<b>1,72</b>	<b>291,98</b>			
<b>День 11 (четверг)</b>																			
<b>Завтрак 1</b>																			
1	Сырники	100	7,00	16,00	34,00	308,00	0,16	0,42	48,00	0,51	174,71	510,73	22,94	0,69	0,25	1,08	120313	120314	
2	Соус ягодный	30	0,24	0,00	5,85	24,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	140203	140204	
3	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160107	160107	
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
<b>Итого:</b>			<b>8,82</b>	<b>24,83</b>	<b>66,19</b>	<b>523,40</b>	<b>0,18</b>	<b>0,42</b>	<b>78,00</b>	<b>0,95</b>	<b>181,59</b>	<b>529,43</b>	<b>25,54</b>	<b>1,05</b>	<b>0,27</b>	<b>1,98</b>			
<b>Завтрак 2</b>																			
1	Биоогурт фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104	
2	Гемотоген обогащенный очищенным гемоглобином	20	1,20	0,60	15,14	70,80	0,01	0,00	20,00	0,00	2,00	6,60	0,40	0,12	0,04	0,00			
<b>Итого:</b>			<b>9,40</b>	<b>3,60</b>	<b>26,94</b>	<b>184,80</b>	<b>0,07</b>	<b>1,20</b>	<b>40,00</b>	<b>0,00</b>	<b>250,00</b>	<b>196,60</b>	<b>30,40</b>	<b>0,32</b>	<b>0,34</b>	<b>18,00</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат Осенний	100	1,78	5,26	12,58	105,10	0,08	9,50	0,00	2,37	26,65	56,13	26,47	1,06	0,07	5,75	100516	100516	
2	Суп каргофельный с фрикадельками	250	7,59	3,90	19,40	143,08	0,14	11,53	0,00	1,25	25,82	129,66	33,65	1,94	0,14	7,81	110311	110312	
3	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250	23,84	38,11	50,90	531,50	0,34	0,00	37,50	1,33	40,10	159,31	26,28	1,86	0,17	1,13	120529	120529	
4	Кисель фруктовый (ягодный) в ассортименте	200	0,61	0,06	38,24	154,66	0,01	1,20	0,00	0,06	12,62	11,90	2,40	0,91	0,01	0,00	160237	160237	
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
<b>Итого:</b>			<b>36,44</b>	<b>48,13</b>	<b>141,28</b>	<b>1033,14</b>	<b>0,61</b>	<b>22,23</b>	<b>37,50</b>	<b>5,53</b>	<b>159,89</b>	<b>423,80</b>	<b>96,39</b>	<b>6,63</b>	<b>0,40</b>	<b>16,68</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Кекс столичный	50	3,55	10,50	25,65	211,30	0,05	0,00	30,05	0,57	15,87	44,37	7,12	0,72	0,06	2,97	170601	170602	
2	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	17,86	87,84	0,01	0,24	6,00	0,00	52,35	42,17	5,60	0,09	0,05	3,60	160108	160108	
<b>Итого:</b>			<b>4,75</b>	<b>11,78</b>	<b>43,51</b>	<b>299,14</b>	<b>0,06</b>	<b>0,24</b>	<b>36,05</b>	<b>0,57</b>	<b>68,22</b>	<b>86,54</b>	<b>12,72</b>	<b>0,81</b>	<b>0,11</b>	<b>6,57</b>			
<b>Ужин</b>																			
1	Рагу из мяса птицы	250	11,50	4,13	32,00	211,13	0,24	16,95	52,50	2,66	52,70	227,67	55,60	2,82	0,24	12,14	120609	120610	
2	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00			
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103	
<b>Итого:</b>			<b>18,82</b>	<b>14,18</b>	<b>92,60</b>	<b>575,53</b>	<b>0,35</b>	<b>20,95</b>	<b>82,50</b>	<b>4,00</b>	<b>177,30</b>	<b>377,17</b>	<b>78,80</b>	<b>7,36</b>	<b>0,29</b>	<b>17,04</b>			
<b>Ужин 2</b>																			
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	220	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00	210103	210103	
<b>Итого:</b>			<b>3,30</b>	<b>1,10</b>	<b>46,20</b>	<b>211,20</b>	<b>0,09</b>	<b>22,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,88</b>	<b>17,60</b>	<b>61,60</b>	<b>92,40</b>	<b>1,32</b>	<b>0,11</b>	<b>0,00</b>			
<b>Итого за день</b>			<b>81,53</b>	<b>103,62</b>	<b>416,73</b>	<b>2827,21</b>	<b>1,36</b>	<b>67,04</b>	<b>274,05</b>	<b>11,93</b>	<b>854,60</b>	<b>1675,13</b>	<b>336,24</b>	<b>17,49</b>	<b>1,52</b>	<b>60,27</b>			
<b>День 12 (пятница)</b>																			
<b>Завтрак 1</b>																			
1	Каша пшеничная молочная	250	7,23	12,93	33,59	279,46	0,27	0,57	29,25	0,23	134,07	226,21	62,72	1,75	0,15	11,67	120201	120202	
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	5,77	0,00	0,05	0,00	0,00	160105	160105	
3	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
4	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00			
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
<b>Итого:</b>			<b>10,31</b>	<b>23,72</b>	<b>74,81</b>	<b>553,90</b>	<b>0,31</b>	<b>0,57</b>	<b>61,25</b>	<b>1,37</b>	<b>149,71</b>	<b>268,68</b>	<b>69,32</b>	<b>2,47</b>	<b>0,18</b>	<b>12,57</b>			
<b>Завтрак 2</b>																			
1	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102	230102	



Полдник																		
1	Ватрушка с джемом	50	3,55	2,45	29,75	155,25	0,04	0,06	1,50	0,86	19,21	34,40	5,46	0,36	0,03	1,75	190301	190303
2	Напиток молочный	200	3,00	3,20	16,90	108,80	0,02	0,60	15,00	0,00	121,00	91,00	14,00	0,10	0,13	9,00	160236	160236
	<b>Итого:</b>		<b>6,55</b>	<b>5,65</b>	<b>46,65</b>	<b>264,05</b>	<b>0,06</b>	<b>0,66</b>	<b>16,50</b>	<b>0,86</b>	<b>140,21</b>	<b>125,40</b>	<b>19,46</b>	<b>0,46</b>	<b>0,16</b>	<b>10,75</b>		
Ужин																		
1	Шницель рубленый из говядины	100	12,00	10,40	6,00	165,60	0,08	0,00	0,00	2,07	14,92	171,84	20,96	2,47	0,13	5,60	120525	120526
2	Картофель отварной	150	2,91	6,76	23,29	165,54	0,18	15,00	9,00	0,18	25,62	88,13	34,67	1,38	0,12	7,77	130103	130104
3	Напиток смородина	200	0,14	0,02	33,48	132,00	0,00	9,60	0,00	0,10	5,76	3,84	3,36	0,17	0,00	0,00	160229	160207
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>20,37</b>	<b>27,03</b>	<b>103,17</b>	<b>735,54</b>	<b>0,34</b>	<b>24,60</b>	<b>39,00</b>	<b>3,48</b>	<b>156,90</b>	<b>399,31</b>	<b>74,19</b>	<b>5,76</b>	<b>0,29</b>	<b>18,27</b>		
Ужин 2																		
1	Флоди и ягоды свежие (см.приложение №1)	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00	210106	210106
	<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,18</b>	<b>6,75</b>	<b>34,20</b>	<b>0,05</b>	<b>34,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>31,50</b>	<b>15,30</b>	<b>9,90</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>87,76</b>	<b>97,20</b>	<b>385,14</b>	<b>2779,40</b>	<b>1,61</b>	<b>129,23</b>	<b>4358,02</b>	<b>14,91</b>	<b>1717,11</b>	<b>2277,56</b>	<b>384,66</b>	<b>22,67</b>	<b>3,56</b>	<b>205,09</b>		
День 14 (Воскресение)																		
Завтрак 1																		
1	Омлет натуральный, запеченный	180	18,03	9,65	12,90	210,45	0,11	0,32	19,04	0,85	141,68	309,36	23,86	3,45	0,67	32,18	120301	120322
2	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
3	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	20	4,64	5,90	0,00	72,80	0,01	0,14	52,00	0,10	44,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102	100102
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	17,86	87,84	0,01	0,24	6,00	0,00	52,35	42,17	5,60	0,09	0,05	3,60	160108	160108
	<b>Итого:</b>		<b>26,95</b>	<b>26,24</b>	<b>51,40</b>	<b>550,69</b>	<b>0,17</b>	<b>0,70</b>	<b>107,04</b>	<b>1,73</b>	<b>248,62</b>	<b>495,03</b>	<b>41,66</b>	<b>4,24</b>	<b>0,80</b>	<b>36,68</b>		
Завтрак 2																		
1	Биоогурт фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104
2	Булочка с цукатами или Булочка с изюмом	50	5,75	3,35	28,60	167,55	0,06	0,11	8,64	0,52	32,11	51,71	8,37	0,54	0,06	3,06	190104 190105	190106
	<b>Итого:</b>		<b>13,95</b>	<b>6,35</b>	<b>40,40</b>	<b>281,55</b>	<b>0,12</b>	<b>1,31</b>	<b>28,64</b>	<b>0,52</b>	<b>280,11</b>	<b>241,71</b>	<b>38,37</b>	<b>0,74</b>	<b>0,36</b>	<b>21,06</b>		
Обед																		
1	Салат из отварной свеклы с чесноком	100	2,59	7,22	8,73	104,74	0,02	9,45	0,01	3,18	38,73	42,08	20,99	1,33	0,04	6,65	100406	100406
2	Суп картофельный с фасолью	250	4,63	2,63	12,63	92,63	0,13	6,50	0,00	2,39	83,15	108,25	29,64	1,35	0,07	4,81	110309	110310
3	Голубцы ленивые	250	20,00	25,00	18,25	378,00	0,11	55,15	5,00	4,40	389,67	210,48	54,91	3,12	0,18	10,41	120542	120543
4	Напиток клубничный	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	20,16	0,00	0,07	2,88	2,40	1,68	0,26	0,01	0,00	160232	160205
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>32,45</b>	<b>36,44</b>	<b>110,55</b>	<b>895,36</b>	<b>0,36</b>	<b>91,25</b>	<b>5,01</b>	<b>11,08</b>	<b>623,83</b>	<b>496,81</b>	<b>122,43</b>	<b>7,78</b>	<b>0,33</b>	<b>25,87</b>		
Полдник																		
1	Молоко	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105	230105
2	Кекс с шоколадом	50	3,45	11,00	24,00	208,80	0,05	0,00	30,01	0,56	17,22	70,87	25,62	1,65	0,07	3,20	170604	170605
	<b>Итого:</b>		<b>9,45</b>	<b>17,40</b>	<b>33,40</b>	<b>328,80</b>	<b>0,09</b>	<b>1,20</b>	<b>60,01</b>	<b>0,56</b>	<b>259,22</b>	<b>252,87</b>	<b>53,62</b>	<b>1,85</b>	<b>0,33</b>	<b>21,20</b>		
Ужин																		
1	Говядина отварная	100	21,10	2,30	1,80	112,30	0,09	0,00	0,00	0,62	15,79	291,78	34,21	4,20	0,23	10,85	120509	120510
2	Овощи запеченные	150	3,49	5,19	28,17	173,70	0,21	17,66	501,20	2,16	29,34	619,50	40,03	1,59	0,14	591,64	130111	130111
3	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103



4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
	<b>Итого:</b>		<b>9,32</b>	<b>33,53</b>	<b>63,24</b>	<b>592,04</b>	<b>0,19</b>	<b>0,66</b>	<b>94,40</b>	<b>0,86</b>	<b>269,39</b>	<b>607,51</b>	<b>32,50</b>	<b>0,92</b>	<b>0,36</b>	<b>4,03</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103	230103
2	Булочка с шоколадом или Булочка Любимая	50	5,65	4,00	27,10	167,00	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,06	3,06	190107 190108	190109
	<b>Итого:</b>		<b>11,45</b>	<b>9,00</b>	<b>35,10</b>	<b>273,00</b>	<b>0,14</b>	<b>1,50</b>	<b>46,91</b>	<b>0,59</b>	<b>269,51</b>	<b>232,72</b>	<b>36,05</b>	<b>0,74</b>	<b>0,40</b>	<b>21,06</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат Мозаика	100	2,87	7,37	10,15	118,90	0,09	7,02	0,01	2,89	36,95	68,47	25,22	0,94	0,11	6,27	100515-1	100515-1
2	Суп картофельный с фрикадельками	250	7,59	3,90	19,40	143,08	0,14	11,53	0,00	1,25	25,82	129,66	33,65	1,94	0,14	7,81	110311	110312
3	Рыба (филе) припущенная	120	23,42	0,88	0,00	101,02	0,13	1,46	14,64	1,32	514,61	747,09	44,05	0,75	0,10	197,64	120405	120405
4	Пюре картофельное	150	2,69	17,10	18,08	236,81	0,15	12,61	13,05	0,15	54,47	97,91	32,58	1,18	0,14	8,93	130101	130102
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>43,81</b>	<b>31,06</b>	<b>108,14</b>	<b>889,40</b>	<b>0,62</b>	<b>36,62</b>	<b>27,70</b>	<b>6,85</b>	<b>755,24</b>	<b>1190,73</b>	<b>158,70</b>	<b>9,33</b>	<b>0,53</b>	<b>224,64</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Бутерброд сложный (колбаса п/к)	50	5,62	15,68	10,38	205,60	0,04	0,07	56,00	0,55	30,90	94,10	8,30	0,66	0,06	1,60	100104-1	100104-1
2	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160107	160107
	<b>Итого:</b>		<b>5,62</b>	<b>15,68</b>	<b>26,36</b>	<b>269,44</b>	<b>0,04</b>	<b>0,07</b>	<b>56,00</b>	<b>0,55</b>	<b>31,38</b>	<b>94,10</b>	<b>8,30</b>	<b>0,71</b>	<b>0,06</b>	<b>1,60</b>		
<b>Ужин</b>																		
1	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250	23,84	38,11	50,90	531,50	0,34	0,00	37,50	1,33	40,10	159,31	26,28	1,86	0,17	1,13	120529	120529
2	Напиток смородина	200	0,14	0,02	33,48	132,00	0,00	9,60	0,00	0,10	5,76	3,84	3,36	0,17	0,00	0,00	160229	160207
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>26,68</b>	<b>47,19</b>	<b>104,62</b>	<b>837,10</b>	<b>0,38</b>	<b>9,60</b>	<b>67,50</b>	<b>2,04</b>	<b>101,76</b>	<b>231,85</b>	<b>37,24</b>	<b>2,91</b>	<b>0,20</b>	<b>4,03</b>		
<b>Ужин 2</b>																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00	210106	210106
	<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,18</b>	<b>6,75</b>	<b>34,20</b>	<b>0,05</b>	<b>34,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>31,50</b>	<b>15,30</b>	<b>9,90</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>97,60</b>	<b>136,63</b>	<b>344,22</b>	<b>2895,18</b>	<b>1,43</b>	<b>82,64</b>	<b>292,51</b>	<b>11,08</b>	<b>1458,78</b>	<b>2372,21</b>	<b>282,68</b>	<b>14,70</b>	<b>1,57</b>	<b>255,35</b>		
<b>День 17 (среда)</b>																		
<b>Завтрак 1</b>																		
1	Омлет, смешанный с ветчиной	180	33,42	21,81	18,31	403,13	0,09	0,27	17,67	0,74	124,13	266,61	29,89	3,69	0,58	29,66	120303	120324
2	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
3	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	23,66	144,43	0,02	0,72	18,00	0,00	145,68	109,20	16,80	0,17	0,16	10,80	160104	160104
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
	<b>Итого:</b>		<b>38,90</b>	<b>34,49</b>	<b>52,33</b>	<b>674,76</b>	<b>0,14</b>	<b>0,99</b>	<b>65,67</b>	<b>1,18</b>	<b>275,71</b>	<b>394,51</b>	<b>49,29</b>	<b>4,12</b>	<b>0,75</b>	<b>41,36</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Биоогурт фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104
2	Ватрушка с джемом	50	3,55	2,45	29,75	155,25	0,04	0,06	1,50	0,86	19,21	34,40	5,46	0,36	0,03	1,75	190301	190303
	<b>Итого:</b>		<b>11,75</b>	<b>5,45</b>	<b>41,55</b>	<b>269,25</b>	<b>0,10</b>	<b>1,26</b>	<b>21,50</b>	<b>0,86</b>	<b>267,21</b>	<b>224,40</b>	<b>35,46</b>	<b>0,56</b>	<b>0,33</b>	<b>19,75</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из свеклы с солеными огурцами	100	1,36	8,09	7,65	108,92	0,02	9,00	0,00	3,62	33,75	39,11	20,10	1,25	0,04	6,25	100403-1	100403-1
2	Суп с лапшой	250	5,90	2,75	15,50	110,35	0,05	1,50	3,40	3,66	15,20	33,59	8,88	0,61	0,03	1,10	110320	110321
3	Гуляш из мяса птицы	100	12,35	4,00	3,40	99,00	0,04	2,10	38,00	0,06	11,75	87,80	11,36	0,91	0,08	3,27	120601	120602
4	Рис отварной	150	4,85	6,87	52,93	294,30	0,04	0,00	13,50	0,26	6,12	79,89	26,33	0,54	0,03	1,14	130301	130302
5	Напиток клубничный	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	20,16	0,00	0,07	2,88	2,40	1,68	0,26	0,01	0,00	160232	160205



4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>23,83</b>	<b>21,61</b>	<b>91,59</b>	<b>658,34</b>	<b>0,33</b>	<b>21,62</b>	<b>39,00</b>	<b>3,77</b>	<b>170,42</b>	<b>362,35</b>	<b>85,49</b>	<b>7,97</b>	<b>0,28</b>	<b>16,94</b>		
<b>Ужин 2</b>																		
1	Флоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	180	1,62	0,36	14,58	77,40	0,07	108,00	0,00	0,36	61,20	41,40	23,40	0,54	0,05	3,60	210102	210102
	<b>Итого:</b>		<b>1,62</b>	<b>0,36</b>	<b>14,58</b>	<b>77,40</b>	<b>0,07</b>	<b>108,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,36</b>	<b>61,20</b>	<b>41,40</b>	<b>23,40</b>	<b>0,54</b>	<b>0,05</b>	<b>3,60</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>96,38</b>	<b>92,79</b>	<b>395,57</b>	<b>2816,28</b>	<b>1,17</b>	<b>151,25</b>	<b>230,44</b>	<b>14,59</b>	<b>1152,11</b>	<b>1611,88</b>	<b>392,69</b>	<b>20,65</b>	<b>1,52</b>	<b>75,73</b>		
<b>День 19 (пятница)</b>																		
<b>Завтрак 1</b>																		
1	Каша пшеничная молочная	250	7,23	12,93	33,59	279,46	0,27	0,57	29,25	0,23	134,07	226,21	62,72	1,75	0,15	11,67	120201	120202
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	5,77	0,00	0,05	0,00	0,00	160105	160105
3	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
4	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	20	4,64	5,90	0,00	72,80	0,01	0,14	52,00	0,10	44,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102	100102
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
	<b>Итого:</b>		<b>13,45</b>	<b>27,66</b>	<b>59,93</b>	<b>543,30</b>	<b>0,30</b>	<b>0,71</b>	<b>111,25</b>	<b>0,77</b>	<b>187,91</b>	<b>358,68</b>	<b>72,32</b>	<b>2,25</b>	<b>0,23</b>	<b>12,57</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103	230103
2	Кекс столичный	50	3,55	10,50	25,65	211,30	0,05	0,00	30,05	0,57	15,87	44,37	7,12	0,72	0,06	2,97	170601	170602
	<b>Итого:</b>		<b>9,35</b>	<b>15,50</b>	<b>33,65</b>	<b>317,30</b>	<b>0,13</b>	<b>1,40</b>	<b>70,05</b>	<b>0,57</b>	<b>255,87</b>	<b>224,37</b>	<b>35,12</b>	<b>0,92</b>	<b>0,40</b>	<b>20,97</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат с ветчиной	100	3,39	6,77	12,18	123,51	0,10	8,85	0,00	2,31	32,74	51,86	21,99	0,97	0,06	4,75	100510	100510
2	Борщ с капустой и картофелем	250	2,71	4,88	10,08	94,25	0,06	14,88	7,50	1,29	112,47	53,34	24,09	1,12	0,06	5,73	110101	110102
3	Печень тушеная (говяжья)	60	10,02	4,68	4,50	100,20	0,26	28,12	4091,76	0,77	172,69	298,79	15,47	5,90	1,87	11,23	120515	120516
4	Соус сметанный	30	0,48	1,68	1,47	22,92	0,01	0,07	22,50	0,11	118,00	13,90	2,12	0,08	0,02	1,44	140106	140107
5	Изделия макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130401	130402
6	Напиток вишневый	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160231	160204
7	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>30,02</b>	<b>30,21</b>	<b>147,33</b>	<b>981,60</b>	<b>0,59</b>	<b>51,92</b>	<b>4135,26</b>	<b>6,33</b>	<b>561,33</b>	<b>596,92</b>	<b>87,18</b>	<b>10,68</b>	<b>2,06</b>	<b>28,30</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Пирожок с клубникой или Пирожок с клубничным джемом	50	3,50	1,20	27,50	134,80	0,05	12,67	4,01	0,51	22,26	37,34	7,07	0,50	0,04	1,72	190201 190202	190203
2	Напиток молочный	200	3,00	3,20	16,90	108,80	0,02	0,60	15,00	0,00	121,00	91,00	14,00	0,10	0,13	9,00	160236	160236
	<b>Итого:</b>		<b>6,50</b>	<b>4,40</b>	<b>44,40</b>	<b>243,60</b>	<b>0,07</b>	<b>13,27</b>	<b>19,01</b>	<b>0,51</b>	<b>143,26</b>	<b>128,34</b>	<b>21,07</b>	<b>0,60</b>	<b>0,17</b>	<b>10,72</b>		
<b>Ужин</b>																		
1	Плов куриный	250	14,00	1,00	54,00	281,00	0,13	6,79	61,25	5,45	34,30	252,96	55,84	2,40	0,18	7,08	120605	120606
2	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	22,40	92,54	0,01	5,60	0,00	0,03	6,26	3,08	1,68	0,15	0,00	0,00	160213	160213
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>19,45</b>	<b>10,86</b>	<b>116,80</b>	<b>645,94</b>	<b>0,23</b>	<b>12,39</b>	<b>91,25</b>	<b>6,61</b>	<b>151,16</b>	<b>391,54</b>	<b>72,72</b>	<b>4,29</b>	<b>0,22</b>	<b>11,98</b>		
<b>Ужин 2</b>																		
1	Флоды и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00	210106	210106
	<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,18</b>	<b>6,75</b>	<b>34,20</b>	<b>0,05</b>	<b>34,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>31,50</b>	<b>15,30</b>	<b>9,90</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>79,48</b>	<b>88,80</b>	<b>408,86</b>	<b>2765,94</b>	<b>1,37</b>	<b>113,89</b>	<b>4426,81</b>	<b>14,97</b>	<b>1331,03</b>	<b>1715,15</b>	<b>298,32</b>	<b>18,83</b>	<b>3,10</b>	<b>84,54</b>		
<b>День 20 (Суббота)</b>																		



Завтрак 1																		
1	Запеканка из творога	100	6,30	23,00	25,80	335,40	0,15	0,46	56,00	0,38	198,14	539,24	23,10	0,57	0,27	1,33	120305	120306
2	Соус ягодный	30	0,24	0,00	5,85	24,36	0,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	140203	140204
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	25,47	150,80	2,42	0,60	15,00	0,00	141,48	114,84	30,00	1,75	0,13	17,00	160103	160103
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
<b>Итого:</b>			<b>11,91</b>	<b>35,23</b>	<b>67,48</b>	<b>637,76</b>	<b>2,59</b>	<b>1,06</b>	<b>101,00</b>	<b>0,82</b>	<b>346,02</b>	<b>672,78</b>	<b>55,70</b>	<b>2,63</b>	<b>0,41</b>	<b>19,23</b>		
Завтрак 2																		
1	Биоюгurt фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104
2	Булочка с шоколадом или Булочка Любимая	50	5,65	4,00	27,10	167,00	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,06	3,06	190107 190108	190109
<b>Итого:</b>			<b>13,85</b>	<b>7,00</b>	<b>38,90</b>	<b>281,00</b>	<b>0,12</b>	<b>1,30</b>	<b>26,91</b>	<b>0,59</b>	<b>277,51</b>	<b>242,72</b>	<b>38,05</b>	<b>0,74</b>	<b>0,36</b>	<b>21,06</b>		
Обед																		
1	Винегрет	100	1,60	10,19	9,10	134,87	0,06	8,32	0,00	4,54	38,19	47,33	20,74	0,89	0,05	4,77	100501	100501
2	Рассольник домашний	250	3,31	4,49	10,46	94,68	0,11	15,78	7,50	1,29	107,95	69,45	28,49	1,06	0,09	6,13	110203	110204
3	Тeфтели рыбные	120	13,92	6,24	17,76	182,88	0,11	2,10	13,50	1,21	320,66	468,40	31,73	0,85	0,08	115,59	120403	120404
4	Пюре картофельное	150	2,69	17,10	18,08	236,81	0,15	12,61	13,05	0,15	54,47	97,91	32,58	1,18	0,14	8,93	130101	130102
5	Сок фруктовый ДП (см: приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00		
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
<b>Итого:</b>			<b>28,75</b>	<b>39,81</b>	<b>115,91</b>	<b>938,84</b>	<b>0,55</b>	<b>42,82</b>	<b>34,05</b>	<b>8,44</b>	<b>644,67</b>	<b>830,70</b>	<b>136,74</b>	<b>8,49</b>	<b>0,40</b>	<b>139,41</b>		
Полдник																		
1	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160107	160107
2	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00		
<b>Итого:</b>			<b>1,50</b>	<b>1,96</b>	<b>30,86</b>	<b>147,24</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>2,00</b>	<b>0,70</b>	<b>6,28</b>	<b>18,00</b>	<b>4,00</b>	<b>0,47</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>		
Ужин																		
1	Рагу из мяса птицы	250	11,50	4,13	32,00	211,13	0,24	16,95	52,50	2,66	52,70	227,67	55,60	2,82	0,24	12,14	120609	120610
2	Напиток фруктовый	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160117	160117
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
<b>Итого:</b>			<b>16,82</b>	<b>13,98</b>	<b>88,38</b>	<b>547,37</b>	<b>0,33</b>	<b>16,95</b>	<b>82,50</b>	<b>3,80</b>	<b>163,78</b>	<b>363,17</b>	<b>70,80</b>	<b>4,61</b>	<b>0,27</b>	<b>17,04</b>		
Ужин 2																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	220	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00	210103	210103
<b>Итого:</b>			<b>3,30</b>	<b>1,10</b>	<b>46,20</b>	<b>211,20</b>	<b>0,09</b>	<b>22,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,88</b>	<b>17,60</b>	<b>61,60</b>	<b>92,40</b>	<b>1,32</b>	<b>0,11</b>	<b>0,00</b>		
<b>Итого за день</b>			<b>76,14</b>	<b>99,08</b>	<b>387,73</b>	<b>2763,41</b>	<b>3,69</b>	<b>84,12</b>	<b>246,46</b>	<b>15,23</b>	<b>1455,85</b>	<b>2188,96</b>	<b>397,69</b>	<b>18,26</b>	<b>1,56</b>	<b>196,74</b>		
День 21(Воскресенье)																		
Завтрак 1																		
1	Каша манная молочная	250	6,99	14,11	35,49	297,28	0,09	1,02	40,50	0,63	216,53	188,84	30,87	0,61	0,24	15,75	120205	120206
2	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
3	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
4	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	16,10	65,20	0,00	1,60	0,00	0,01	5,55	6,65	0,48	0,07	0,00	0,00	160106	160106
<b>Итого:</b>			<b>8,60</b>	<b>22,95</b>	<b>61,95</b>	<b>489,68</b>	<b>0,11</b>	<b>2,62</b>	<b>70,50</b>	<b>1,08</b>	<b>227,97</b>	<b>214,19</b>	<b>33,95</b>	<b>0,94</b>	<b>0,26</b>	<b>16,65</b>		
Завтрак 2																		
1	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102	230102
2	Булочка с цукатами или Булочка с изюмом	50	5,75	3,35	28,60	167,55	0,06	0,11	8,64	0,52	32,11	51,71	8,37	0,54	0,06	3,06	190104 190105	190106
<b>Итого:</b>			<b>13,55</b>	<b>8,35</b>	<b>37,00</b>	<b>275,55</b>	<b>0,06</b>	<b>0,71</b>	<b>48,64</b>	<b>0,52</b>	<b>280,11</b>	<b>235,71</b>	<b>36,37</b>	<b>0,74</b>	<b>0,32</b>	<b>3,06</b>		
Обед																		
1	Салат Осенний	100	1,78	5,26	12,58	105,10	0,08	9,50	0,00	2,37	26,65	56,13	26,47	1,06	0,07	5,75	100516	100516

2	Солянка	250	4,33	6,03	2,88	82,36	0,05	3,43	7,50	1,32	64,22	77,68	13,18	1,06	0,07	3,79	110205	110206
3	Говядина тушеная с картофелем	250	17,75	4,75	17,00	181,75	0,21	16,81	0,00	4,30	36,58	206,56	48,97	3,12	0,21	11,57	120511	120512
4	Кисель фруктовый (ягодный) в ассортименте	200	0,61	0,06	38,24	154,66	0,01	1,20	0,00	0,06	12,62	11,90	2,40	0,91	0,01	0,00	160237	160237
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
7	Гемотоген обогащенный очищенным гемоглобином	20	1,20	0,60	15,14	70,80	0,01	0,00	20,00	0,00	2,00	6,60	0,40	0,12	0,04	0,00		
	<b>Итого:</b>		<b>29,79</b>	<b>18,08</b>	<b>116,27</b>	<b>745,87</b>	<b>0,43</b>	<b>30,94</b>	<b>27,50</b>	<b>8,91</b>	<b>201,48</b>	<b>442,47</b>	<b>101,62</b>	<b>7,37</b>	<b>0,41</b>	<b>23,12</b>		
<b>Подник</b>																		
1	Молоко	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105	230105
2	Ватрушка с джемом	50	3,55	2,45	29,75	155,25	0,04	0,06	1,50	0,86	19,21	34,40	5,46	0,36	0,03	1,75	190301	190303
	<b>Итого:</b>		<b>9,55</b>	<b>8,85</b>	<b>39,15</b>	<b>275,25</b>	<b>0,08</b>	<b>1,26</b>	<b>31,50</b>	<b>0,86</b>	<b>261,21</b>	<b>216,40</b>	<b>33,46</b>	<b>0,56</b>	<b>0,29</b>	<b>19,75</b>		
<b>Ужин</b>																		
1	Биточки рубленые куриные	100	12,40	6,90	10,20	152,50	0,08	1,29	48,50	1,31	42,32	146,87	17,86	1,37	0,13	5,70	120611	120612
2	Рис отварной	150	4,85	6,87	52,93	294,30	0,04	0,00	13,50	0,26	6,12	79,89	26,33	0,54	0,03	1,14	130301	130302
3	Напиток смородина	200	0,14	0,02	33,48	132,00	0,00	9,60	0,00	0,10	5,76	3,84	3,36	0,17	0,00	0,00	160229	160207
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>22,71</b>	<b>23,65</b>	<b>137,01</b>	<b>851,20</b>	<b>0,21</b>	<b>10,89</b>	<b>92,00</b>	<b>2,80</b>	<b>164,80</b>	<b>366,09</b>	<b>62,75</b>	<b>3,83</b>	<b>0,19</b>	<b>11,74</b>		
<b>Ужин 2</b>																		
1	Флоди и ягоды свежие (см.приложение №1)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	0,03	2,80	210110	210110
	<b>Итого:</b>		<b>0,56</b>	<b>0,56</b>	<b>13,72</b>	<b>65,80</b>	<b>0,04</b>	<b>14,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,28</b>	<b>22,40</b>	<b>15,40</b>	<b>12,60</b>	<b>3,08</b>	<b>0,03</b>	<b>2,80</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>84,77</b>	<b>82,43</b>	<b>405,10</b>	<b>2703,34</b>	<b>0,93</b>	<b>60,42</b>	<b>270,15</b>	<b>14,44</b>	<b>1157,96</b>	<b>1490,26</b>	<b>280,75</b>	<b>16,52</b>	<b>1,50</b>	<b>77,11</b>		
	<b>Итого за 7 дней</b>		<b>89,11</b>	<b>99,62</b>	<b>392,63</b>	<b>2819,52</b>	<b>1,82</b>	<b>95,83</b>	<b>844,13</b>	<b>15,96</b>	<b>1322,41</b>	<b>1761,29</b>	<b>325,82</b>	<b>17,78</b>	<b>1,79</b>	<b>125,84</b>		
<b>День 22 (Понедельник)</b>																		
<b>Завтрак 1</b>																		
1	Изделия колбасные вареные (сардельки) для школьного питания отварные	98	11,17	17,84	1,27	210,70	0,04	0,00	0,00	0,39	25,48	128,38	15,68	1,76	0,09	6,86	120502	120502
2	Капуста тушеная	150	3,75	6,45	16,50	139,05	0,06	48,30	0,00	2,90	291,80	64,15	32,96	1,19	0,08	5,61	130201	130202
3	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	5,77	0,00	0,05	0,00	0,00	160105	160105
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
	<b>Итого:</b>		<b>16,50</b>	<b>33,12</b>	<b>44,12</b>	<b>540,79</b>	<b>0,13</b>	<b>48,30</b>	<b>30,00</b>	<b>3,74</b>	<b>327,12</b>	<b>217,00</b>	<b>51,24</b>	<b>3,26</b>	<b>0,18</b>	<b>13,37</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103	230103
2	Брускетта	50	5,85	3,10	18,25	124,30	0,06	1,37	33,29	0,66	39,81	99,71	11,52	0,73	0,07	2,08	230464	190216
	<b>Итого:</b>		<b>11,65</b>	<b>8,10</b>	<b>26,25</b>	<b>230,30</b>	<b>0,14</b>	<b>2,77</b>	<b>73,29</b>	<b>0,66</b>	<b>279,81</b>	<b>279,71</b>	<b>39,52</b>	<b>0,93</b>	<b>0,41</b>	<b>20,08</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из капусты белокачанной и свеклы	100	1,66	7,09	5,64	93,74	0,03	23,67	0,00	3,18	142,58	33,55	17,14	0,80	0,04	3,97	100207-1	100207-1
2	Суп-пюре овощной	240	4,08	4,32	12,72	106,08	0,06	9,98	10,80	0,22	77,64	59,96	19,59	0,60	0,07	5,23	110405	110406
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,07	0,41	7,35	37,47	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601	180601
4	Говядина отварная	100	21,10	2,30	1,80	112,30	0,09	0,00	0,00	0,62	15,79	291,78	34,21	4,20	0,23	10,85	120509	120510
5	Соус томатный	30	0,48	0,00	2,10	16,77	0,01	3,56	3,15	0,11	2,77	7,49	4,53	0,21	0,02	0,20	140101	140102
6	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,21	0,00	13,50	0,44	11,91	149,99	99,98	3,37	0,10	2,95	130309	130310
7	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	125,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238	160238
8	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
9	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>41,69</b>	<b>24,03</b>	<b>139,80</b>	<b>955,70</b>	<b>0,53</b>	<b>89,21</b>	<b>27,49</b>	<b>6,19</b>	<b>375,25</b>	<b>700,05</b>	<b>197,23</b>	<b>11,61</b>	<b>0,52</b>	<b>27,20</b>		
<b>Подник</b>																		

1	Пирожок с вишней или Пирожок с вишневым джемом	50	3,90	1,95	28,00	145,15	0,05	0,06	3,75	0,45	18,30	32,60	5,59	0,34	0,03	1,45	190213	190215
2	Какао-напиток на молоке	200	9,40	8,50	10,83	160,46	0,02	0,54	13,50	0,01	114,50	108,10	29,60	1,02	0,13	8,10	190214	190215
	<b>Итого:</b>		<b>13,30</b>	<b>10,45</b>	<b>38,83</b>	<b>305,61</b>	<b>0,07</b>	<b>0,60</b>	<b>17,25</b>	<b>0,47</b>	<b>132,80</b>	<b>140,70</b>	<b>35,19</b>	<b>1,36</b>	<b>0,15</b>	<b>9,55</b>	160101	160102
<b>Ужин</b>																		
1	Котлеты рубленые из птицы	100	13,40	9,80	16,30	207,00	0,07	1,08	42,00	1,75	18,79	120,74	14,25	1,29	0,10	3,60	120613	120614
2	Изделия макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130401	130402
3	Напиток морковный	200	0,87	0,08	20,93	89,14	0,04	9,00	0,00	0,26	20,08	35,30	24,10	0,50	0,05	3,20	160235	160235
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>25,15</b>	<b>29,54</b>	<b>105,63</b>	<b>790,46</b>	<b>0,24</b>	<b>10,08</b>	<b>85,50</b>	<b>3,42</b>	<b>110,32</b>	<b>270,17</b>	<b>54,27</b>	<b>3,52</b>	<b>0,19</b>	<b>10,85</b>		
<b>Ужин 2</b>																		
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00	210106	210106
	<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,18</b>	<b>6,75</b>	<b>34,20</b>	<b>0,05</b>	<b>34,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>31,50</b>	<b>15,30</b>	<b>9,90</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>109,01</b>	<b>105,41</b>	<b>361,37</b>	<b>2857,07</b>	<b>1,15</b>	<b>185,16</b>	<b>233,54</b>	<b>14,65</b>	<b>1256,80</b>	<b>1622,93</b>	<b>387,36</b>	<b>20,76</b>	<b>1,49</b>	<b>81,06</b>		
<b>День 23 (Вторник)</b>																		
<b>Завтрак 1</b>																		
1	Сырники	100	7,00	16,00	34,00	308,00	0,16	0,42	48,00	0,51	174,71	510,73	22,94	0,69	0,25	1,08	120313	120314
2	Соус шоколадный	30	1,05	1,65	3,48	32,97	0,01	0,03	0,68	0,05	9,83	26,33	13,86	0,70	0,01	0,45	140209	140202
3	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160107	160107
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
	<b>Итого:</b>		<b>9,63</b>	<b>26,48</b>	<b>63,82</b>	<b>532,01</b>	<b>0,19</b>	<b>0,45</b>	<b>78,68</b>	<b>1,00</b>	<b>190,92</b>	<b>555,75</b>	<b>39,40</b>	<b>1,70</b>	<b>0,28</b>	<b>2,43</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Биойогурт фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104
2	Зефир	20	0,16	0,02	16,02	65,20	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00		
	<b>Итого:</b>		<b>8,36</b>	<b>3,02</b>	<b>27,82</b>	<b>179,20</b>	<b>0,06</b>	<b>1,20</b>	<b>20,00</b>	<b>0,00</b>	<b>253,00</b>	<b>192,40</b>	<b>31,20</b>	<b>0,48</b>	<b>0,30</b>	<b>18,00</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	100	1,76	7,33	13,39	126,73	0,10	9,75	0,00	3,21	19,07	52,63	21,86	0,82	0,07	4,70	100544	100544
2	Суп картофельный с фасолью	250	4,63	2,63	12,63	92,63	0,13	6,50	0,00	2,39	83,15	108,25	29,64	1,35	0,07	4,81	110309	110310
3	Шницель рубленый куриный	100	11,90	9,00	11,50	174,60	0,07	1,71	65,26	1,38	40,26	186,86	19,63	1,72	0,20	10,35	120615	120616
4	Рагу из овощей	150	2,85	3,45	16,35	107,85	0,12	11,60	0,00	3,53	27,06	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203	130204
5	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	21,35	86,38	0,00	1,40	0,00	0,03	2,84	1,54	1,26	0,37	0,00	0,28	160217	160230
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103
	<b>Итого:</b>		<b>26,43</b>	<b>24,06</b>	<b>115,54</b>	<b>785,79</b>	<b>0,52</b>	<b>30,96</b>	<b>65,26</b>	<b>11,56</b>	<b>281,78</b>	<b>553,82</b>	<b>120,24</b>	<b>7,06</b>	<b>0,46</b>	<b>29,71</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Булочка с шоколадом или Булочка Любимая	50	5,65	4,00	27,10	167,00	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,06	3,06	190107	190109
2	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	22,40	92,54	0,01	5,60	0,00	0,03	6,26	3,08	1,68	0,15	0,00	0,00	160213	160213
	<b>Итого:</b>		<b>5,78</b>	<b>4,01</b>	<b>49,50</b>	<b>259,54</b>	<b>0,07</b>	<b>5,70</b>	<b>6,91</b>	<b>0,62</b>	<b>35,77</b>	<b>55,80</b>	<b>9,73</b>	<b>0,69</b>	<b>0,06</b>	<b>3,06</b>		
<b>Ужин</b>																		
1	Бефстроганов	100	12,80	4,06	6,90	115,34	0,06	0,47	19,50	0,39	104,78	161,56	21,92	1,90	0,15	8,36	120505	120506
2	Пюре картофельное	150	2,69	17,10	18,08	236,81	0,15	12,61	13,05	0,15	54,47	97,91	32,58	1,18	0,14	8,93	130101	130102
3	Напиток фруктовый	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160117	160117
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103

<b>Итого:</b>			<b>20,81</b>	<b>31,01</b>	<b>81,36</b>	<b>688,39</b>	<b>0,30</b>	<b>13,08</b>	<b>62,55</b>	<b>1,68</b>	<b>270,33</b>	<b>394,97</b>	<b>69,70</b>	<b>4,86</b>	<b>0,32</b>	<b>22,18</b>			
<b>Ужин 2</b>																			
1	Плоди и ягоды свежие (см.приложение №1)	180	1,62	0,36	14,58	77,40	0,07	108,00	0,00	0,36	61,20	41,40	23,40	0,54	0,05	3,60	210102	210102	
<b>Итого:</b>			<b>1,62</b>	<b>0,36</b>	<b>14,58</b>	<b>77,40</b>	<b>0,07</b>	<b>108,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,36</b>	<b>61,20</b>	<b>41,40</b>	<b>23,40</b>	<b>0,54</b>	<b>0,05</b>	<b>3,60</b>			
<b>Итого за день</b>			<b>72,62</b>	<b>88,95</b>	<b>352,62</b>	<b>2522,32</b>	<b>1,21</b>	<b>159,38</b>	<b>233,40</b>	<b>15,22</b>	<b>1093,00</b>	<b>1794,15</b>	<b>293,66</b>	<b>15,33</b>	<b>1,48</b>	<b>78,98</b>			
<b>День 24 (Среда)</b>																			
<b>Завтрак 1</b>																			
1	Каша овсяная молочная	250	9,36	14,28	21,48	251,75	0,23	0,87	36,98	0,77	201,98	280,97	78,49	1,82	0,24	16,20	120209	120210	
2	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	17,86	87,84	0,01	0,24	6,00	0,00	52,35	42,17	5,60	0,09	0,05	3,60	160108	160108	
3	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
5	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	20	4,64	5,90	0,00	72,80	0,01	0,14	52,00	0,10	44,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102	100102	
<b>Итого:</b>			<b>18,28</b>	<b>30,87</b>	<b>59,98</b>	<b>591,99</b>	<b>0,29</b>	<b>1,25</b>	<b>124,98</b>	<b>1,65</b>	<b>308,92</b>	<b>466,64</b>	<b>96,29</b>	<b>2,60</b>	<b>0,37</b>	<b>20,70</b>			
<b>Завтрак 2</b>																			
1	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102	230102	
2	Кекс столичный	50	3,55	10,50	25,65	211,30	0,05	0,00	30,05	0,57	15,87	44,37	7,12	0,72	0,06	2,97	170601	170602	
<b>Итого:</b>			<b>11,35</b>	<b>15,50</b>	<b>34,05</b>	<b>319,30</b>	<b>0,05</b>	<b>0,60</b>	<b>70,05</b>	<b>0,57</b>	<b>263,87</b>	<b>228,37</b>	<b>35,12</b>	<b>0,92</b>	<b>0,32</b>	<b>2,97</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Сельдь с гарниром	100	4,04	5,76	13,89	123,76	0,11	8,50	2,01	1,99	30,50	116,98	24,15	1,00	0,10	9,25	100612	100612	
2	Борщ сибирский с говядиной	250	6,16	4,84	7,37	96,94	0,09	13,86	7,51	2,06	153,38	127,68	34,74	2,11	0,10	8,06	110103	110104	
3	Голубцы ленивые	250	20,00	25,00	18,25	378,00	0,11	55,15	5,00	4,40	389,67	210,48	54,91	3,12	0,18	10,41	120542	120543	
4	Напиток клубничный	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	20,16	0,00	0,07	2,88	2,40	1,68	0,26	0,01	0,00	160232	160205	
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103	
<b>Итого:</b>			<b>35,44</b>	<b>37,20</b>	<b>110,45</b>	<b>918,70</b>	<b>0,40</b>	<b>97,66</b>	<b>14,51</b>	<b>9,56</b>	<b>685,82</b>	<b>591,14</b>	<b>130,68</b>	<b>8,22</b>	<b>0,42</b>	<b>31,71</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Печенье	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00			
2	Напиток молочный	200	3,00	3,20	16,90	108,80	0,02	0,60	15,00	0,00	121,00	91,00	14,00	0,10	0,13	9,00	160236	160236	
<b>Итого:</b>			<b>4,50</b>	<b>5,16</b>	<b>31,78</b>	<b>192,20</b>	<b>0,04</b>	<b>0,60</b>	<b>17,00</b>	<b>0,70</b>	<b>126,80</b>	<b>109,00</b>	<b>18,00</b>	<b>0,52</b>	<b>0,14</b>	<b>9,00</b>			
<b>Ужин</b>																			
1	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250	23,84	38,11	50,90	531,50	0,34	0,00	37,50	1,33	40,10	159,31	26,28	1,86	0,17	1,13	120529	120529	
2	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00			
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
5	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
<b>Итого:</b>			<b>28,54</b>	<b>47,36</b>	<b>91,34</b>	<b>797,10</b>	<b>0,40</b>	<b>4,00</b>	<b>67,50</b>	<b>2,15</b>	<b>110,00</b>	<b>242,01</b>	<b>41,88</b>	<b>5,54</b>	<b>0,21</b>	<b>4,03</b>			
<b>Ужин 2</b>																			
1	Плоди и ягоды свежие (см.приложение №1)	220	3,30	1,10	46,20	211,20	0,09	22,00	0,00	0,88	17,60	61,60	92,40	1,32	0,11	0,00	210103	210103	
<b>Итого:</b>			<b>3,30</b>	<b>1,10</b>	<b>46,20</b>	<b>211,20</b>	<b>0,09</b>	<b>22,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,88</b>	<b>17,60</b>	<b>61,60</b>	<b>92,40</b>	<b>1,32</b>	<b>0,11</b>	<b>0,00</b>			
<b>Итого за день</b>			<b>101,41</b>	<b>137,20</b>	<b>373,80</b>	<b>3030,49</b>	<b>1,27</b>	<b>126,11</b>	<b>294,03</b>	<b>15,51</b>	<b>1513,01</b>	<b>1698,76</b>	<b>414,36</b>	<b>19,12</b>	<b>1,58</b>	<b>68,41</b>			
<b>День 25 (Четверг)</b>																			
<b>Завтрак 1</b>																			
1	Омлет, смешанный с ветчиной	180	33,42	21,81	18,31	403,13	0,09	0,27	17,67	0,74	124,13	266,61	29,89	3,69	0,58	29,66	120303	120324	
2	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	16,10	65,20	0,00	1,60	0,00	0,01	5,55	6,65	0,48	0,07	0,00	0,00	160106	160106	
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
4	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	

5	Мармелад	18	0,02	0,00	14,29	57,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	0,00			
	<b>Итого:</b>		<b>35,05</b>	<b>30,65</b>	<b>59,07</b>	<b>653,31</b>	<b>0,11</b>	<b>1,87</b>	<b>47,67</b>	<b>1,19</b>	<b>136,29</b>	<b>292,14</b>	<b>33,33</b>	<b>4,10</b>	<b>0,59</b>	<b>30,56</b>			
<b>Завтрак 2</b>																			
1	Кефир	200	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103	230103	
2	Кекс с шоколадом	50	3,45	11,00	24,00	208,80	0,05	0,00	30,01	0,56	17,22	70,87	25,62	1,65	0,07	3,20	170604	170605	
	<b>Итого:</b>		<b>9,25</b>	<b>16,00</b>	<b>32,00</b>	<b>314,80</b>	<b>0,13</b>	<b>1,40</b>	<b>70,01</b>	<b>0,56</b>	<b>257,22</b>	<b>250,87</b>	<b>53,62</b>	<b>1,85</b>	<b>0,41</b>	<b>21,20</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат из отварной свеклы с чесноком	100	2,59	7,22	8,73	104,74	0,02	9,45	0,01	3,18	38,73	42,08	20,99	1,33	0,04	6,65	100406	100406	
2	Суп с рисом и говядиной	250	3,50	1,25	10,00	65,25	0,06	4,43	0,00	2,44	17,79	83,88	22,54	1,10	0,06	3,53	110301	110302	
3	Биточки рубленые куриные	100	12,40	6,90	10,20	152,50	0,08	1,29	48,50	1,31	42,32	146,87	17,86	1,37	0,13	5,70	120611	120612	
4	Изделия макаронные отварные	150	8,18	10,61	48,15	320,72	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130401	130402	
5	Напиток морковный	200	0,87	0,08	20,93	89,14	0,04	9,00	0,00	0,26	20,08	35,30	24,10	0,50	0,05	3,20	160235	160235	
6	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
	<b>Итого:</b>		<b>30,16</b>	<b>26,85</b>	<b>118,18</b>	<b>831,15</b>	<b>0,33</b>	<b>24,16</b>	<b>62,01</b>	<b>8,50</b>	<b>189,16</b>	<b>420,36</b>	<b>101,42</b>	<b>6,01</b>	<b>0,32</b>	<b>22,24</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Булочка	50	2,93	3,80	29,00	161,90	0,06	0,08	9,38	0,55	24,63	46,18	7,02	0,50	0,05	2,69	190102	190103	
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,90	3,84	23,66	144,43	0,02	0,72	18,00	0,00	145,68	109,20	16,80	0,17	0,16	10,80	160104	160104	
	<b>Итого:</b>		<b>6,83</b>	<b>7,64</b>	<b>52,66</b>	<b>306,33</b>	<b>0,08</b>	<b>0,80</b>	<b>27,38</b>	<b>0,55</b>	<b>170,31</b>	<b>155,38</b>	<b>23,82</b>	<b>0,66</b>	<b>0,21</b>	<b>13,49</b>			
<b>Ужин</b>																			
1	Рагу из мяса птицы	250	11,50	4,13	32,00	211,13	0,24	16,95	52,50	2,66	52,70	227,67	55,60	2,82	0,24	12,14	120609	120610	
2	Напиток смородина	200	0,14	0,02	33,48	132,00	0,00	9,60	0,00	0,10	5,76	3,84	3,36	0,17	0,00	0,00	160229	160207	
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103	
	<b>Итого:</b>		<b>16,96</b>	<b>14,00</b>	<b>105,88</b>	<b>615,53</b>	<b>0,33</b>	<b>26,55</b>	<b>82,50</b>	<b>3,90</b>	<b>169,06</b>	<b>367,01</b>	<b>74,16</b>	<b>4,73</b>	<b>0,27</b>	<b>17,04</b>			
<b>Ужин 2</b>																			
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	90	0,72	0,18	6,75	34,20	0,05	34,20	0,00	0,18	31,50	15,30	9,90	0,09	0,03	0,00	210106	210106	
	<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,18</b>	<b>6,75</b>	<b>34,20</b>	<b>0,05</b>	<b>34,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,18</b>	<b>31,50</b>	<b>15,30</b>	<b>9,90</b>	<b>0,09</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>			
	<b>Итого за день</b>		<b>98,97</b>	<b>95,32</b>	<b>374,54</b>	<b>2755,31</b>	<b>1,03</b>	<b>88,98</b>	<b>289,57</b>	<b>14,87</b>	<b>953,54</b>	<b>1501,06</b>	<b>296,25</b>	<b>17,44</b>	<b>1,83</b>	<b>104,52</b>			
<b>День 26 (Пятница)</b>																			
<b>Завтрак 1</b>																			
1	Запеканка из творога	100	6,30	23,00	25,80	335,40	0,15	0,46	56,00	0,38	198,14	539,24	23,10	0,57	0,27	1,33	120305	120306	
2	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	20	1,44	1,70	11,10	65,60	0,01	0,20	8,40	0,04	61,40	43,80	6,80	0,04	0,08	1,80	140201	140201	
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
4	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	25,47	150,80	2,42	0,60	15,00	0,00	141,48	114,84	30,00	1,75	0,13	17,00	160103	160103	
	<b>Итого:</b>		<b>11,61</b>	<b>36,35</b>	<b>62,45</b>	<b>626,60</b>	<b>2,58</b>	<b>1,26</b>	<b>109,40</b>	<b>0,52</b>	<b>402,22</b>	<b>699,78</b>	<b>59,90</b>	<b>2,38</b>	<b>0,48</b>	<b>21,03</b>			
<b>Завтрак 2</b>																			
1	Биоогурт фруктовый питьевой	200	8,20	3,00	11,80	114,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104	230104	
2	Пирожок с вишней или Пирожок с вишневым джемом	50	3,90	1,95	28,00	145,15	0,05	0,06	3,75	0,45	18,30	32,60	5,59	0,34	0,03	1,45	190213 190214	190215	
	<b>Итого:</b>		<b>12,10</b>	<b>4,95</b>	<b>39,80</b>	<b>259,15</b>	<b>0,11</b>	<b>1,26</b>	<b>23,75</b>	<b>0,45</b>	<b>266,30</b>	<b>222,60</b>	<b>35,59</b>	<b>0,54</b>	<b>0,33</b>	<b>19,45</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат витаминный с растительным маслом	100	1,05	15,14	10,37	183,19	0,03	16,40	0,00	6,74	91,11	23,54	13,43	0,92	0,03	2,38	100504	100504	
2	Уха Ростовская	250	9,25	3,30	8,75	101,70	0,14	15,31	3,13	2,76	129,84	217,10	33,49	1,17	0,09	46,81	110316	110317	
3	Гуляш из мяса птицы	100	12,35	4,00	3,40	99,00	0,04	2,10	38,00	0,06	11,75	87,80	11,36	0,91	0,08	3,27	120601	120602	
4	Картофель отварной	150	2,91	6,76	23,29	165,54	0,18	15,00	9,00	0,18	25,62	88,13	34,67	1,38	0,12	7,77	130103	130104	
5	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	125,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238	160238	
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103	

<b>Итого:</b>			<b>31,26</b>	<b>30,95</b>	<b>115,23</b>	<b>872,03</b>	<b>0,50</b>	<b>100,81</b>	<b>50,17</b>	<b>11,12</b>	<b>379,52</b>	<b>561,85</b>	<b>112,85</b>	<b>6,64</b>	<b>0,38</b>	<b>64,23</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Кекс с цукатами или Кекс творожный	50	1,30	8,75	27,20	200,55	0,04	0,03	30,01	0,53	12,73	37,75	5,82	0,53	0,06	2,97	170607	170603	
2	Фиточай (см. приложение №2)	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	170606	170606	
<b>Итого:</b>			<b>1,30</b>	<b>8,75</b>	<b>43,18</b>	<b>264,39</b>	<b>0,04</b>	<b>0,03</b>	<b>30,01</b>	<b>0,53</b>	<b>13,21</b>	<b>37,75</b>	<b>5,82</b>	<b>0,58</b>	<b>0,06</b>	<b>2,97</b>	<b>160107</b>	<b>160107</b>	
<b>Ужин</b>																			
1	Азу из говядины	100	14,20	1,20	5,60	90,00	0,06	3,81	0,00	2,60	18,35	142,14	20,76	2,10	0,11	5,54	120503	120504	
2	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,60	8,15	40,76	266,74	0,21	0,00	13,50	0,44	11,91	149,99	99,98	3,37	0,10	2,95	130309	130310	
3	Кисель фруктовый (ягодный) в ассортименте	200	0,61	0,06	38,24	154,66	0,01	1,20	0,00	0,06	12,62	11,90	2,40	0,91	0,01	0,00	160237	160237	
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
<b>Итого:</b>			<b>26,61</b>	<b>19,04</b>	<b>115,11</b>	<b>737,40</b>	<b>0,35</b>	<b>5,01</b>	<b>43,50</b>	<b>4,06</b>	<b>103,48</b>	<b>389,53</b>	<b>133,34</b>	<b>7,50</b>	<b>0,25</b>	<b>11,39</b>			
<b>Ужин 2</b>																			
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение №1)	180	1,62	0,36	14,58	77,40	0,07	108,00	0,00	0,36	61,20	41,40	23,40	0,54	0,05	3,60	210102	210102	
<b>Итого:</b>			<b>1,62</b>	<b>0,36</b>	<b>14,58</b>	<b>77,40</b>	<b>0,07</b>	<b>108,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,36</b>	<b>61,20</b>	<b>41,40</b>	<b>23,40</b>	<b>0,54</b>	<b>0,05</b>	<b>3,60</b>			
<b>Итого за день</b>			<b>84,50</b>	<b>100,41</b>	<b>390,36</b>	<b>2836,97</b>	<b>3,64</b>	<b>216,37</b>	<b>256,83</b>	<b>17,05</b>	<b>1225,94</b>	<b>1952,91</b>	<b>370,90</b>	<b>18,19</b>	<b>1,55</b>	<b>122,67</b>			
<b>День 27 (Суббота)</b>																			
<b>Завтрак 1</b>																			
1	Изделия фигурные и хлопья из круп, сладкие с молоком (см. приложение №2)	250	9,25	7,75	50,90	311,00	0,29	1,48	80,00	1,00	352,00	657,00	28,00	1,32	0,41	118,00	120215	120215	
2	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	3,95	5,77	0,00	0,05	0,00	0,00	160105	160105	
3	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
<b>Итого:</b>			<b>10,83</b>	<b>16,58</b>	<b>77,24</b>	<b>502,04</b>	<b>0,31</b>	<b>1,48</b>	<b>110,00</b>	<b>1,44</b>	<b>361,85</b>	<b>681,47</b>	<b>30,60</b>	<b>1,63</b>	<b>0,43</b>	<b>118,90</b>			
<b>Завтрак 2</b>																			
1	Ацидофилин	200	5,80	6,40	7,60	118,00	0,08	1,60	40,00	0,00	240,00	196,00	30,00	0,20	0,32	18,00	230101	230101	
2	Зефир	20	0,16	0,02	16,02	65,20	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	2,40	1,20	0,28	0,00	0,00			
<b>Итого:</b>			<b>5,96</b>	<b>6,42</b>	<b>23,62</b>	<b>183,20</b>	<b>0,08</b>	<b>1,60</b>	<b>40,00</b>	<b>0,00</b>	<b>245,00</b>	<b>198,40</b>	<b>31,20</b>	<b>0,48</b>	<b>0,32</b>	<b>18,00</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	0,70	12,08	2,20	120,20	0,03	8,80	0,00	5,37	21,16	37,39	12,38	0,54	0,04	2,64	100507	100507	
2	Суп картофельный с фасолью	250	4,63	2,63	12,63	92,63	0,13	6,50	0,00	2,39	83,15	108,25	29,64	1,35	0,07	4,81	110309	110310	
3	Пельмени детские из п/ф промышленного производства с маслом сливочным	250	23,84	38,11	50,90	531,50	0,34	0,00	37,50	1,33	40,10	159,31	26,28	1,86	0,17	1,13	120529	120529	
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №4)	200	2,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	0,02	0,00			
5	Хлеб из муки пшеничной	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102	200102	
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,12	0,22	9,88	46,40	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103	200103	
<b>Итого:</b>			<b>33,79</b>	<b>53,81</b>	<b>106,09</b>	<b>935,13</b>	<b>0,56</b>	<b>19,30</b>	<b>37,50</b>	<b>9,80</b>	<b>213,11</b>	<b>385,75</b>	<b>83,89</b>	<b>7,40</b>	<b>0,31</b>	<b>10,58</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Ватрушка с творогом	50	5,40	5,90	24,00	170,70	0,07	0,14	9,01	1,13	50,47	126,13	9,44	0,49	0,08	2,08	190304	190306	
2	Молоко	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105	230105	
<b>Итого:</b>			<b>11,40</b>	<b>12,30</b>	<b>33,40</b>	<b>290,70</b>	<b>0,11</b>	<b>1,34</b>	<b>39,01</b>	<b>1,13</b>	<b>292,47</b>	<b>308,13</b>	<b>37,44</b>	<b>0,69</b>	<b>0,34</b>	<b>20,08</b>			
<b>Ужин</b>																			
1	Капуста тушеная с колбасными изделиями	250	11,00	20,93	32,25	361,33	0,15	62,66	0,00	5,75	393,04	137,89	47,63	2,20	0,15	9,38	120517	120518	
2	Напиток клубничный	200	0,00	0,00	30,62	122,40	0,00	20,16	0,00	0,07	2,88	2,40	1,68	0,26	0,01	0,00	160232	160205	
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	

5	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103	
	<b>Итого:</b>		<b>16,32</b>	<b>30,78</b>	<b>103,27</b>	<b>756,13</b>	<b>0,24</b>	<b>82,82</b>	<b>30,00</b>	<b>6,96</b>	<b>506,52</b>	<b>275,79</b>	<b>64,51</b>	<b>4,20</b>	<b>0,20</b>	<b>14,28</b>			
<b>Ужин 2</b>																			
1	Флоды и ягоды свежие (см.приложение №1)	140	0,56	0,56	13,72	65,80	0,04	14,00	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08	0,03	2,80	210110	210110	
	<b>Итого:</b>		<b>0,56</b>	<b>0,56</b>	<b>13,72</b>	<b>65,80</b>	<b>0,04</b>	<b>14,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,28</b>	<b>22,40</b>	<b>15,40</b>	<b>12,60</b>	<b>3,08</b>	<b>0,03</b>	<b>2,80</b>			
	<b>Итого за день</b>		<b>78,86</b>	<b>120,45</b>	<b>357,34</b>	<b>2732,99</b>	<b>1,35</b>	<b>120,54</b>	<b>256,51</b>	<b>19,61</b>	<b>1641,35</b>	<b>1864,95</b>	<b>260,24</b>	<b>17,49</b>	<b>1,63</b>	<b>184,63</b>			
<b>День 28 (Воскресение)</b>																			
<b>Завтрак 1</b>																			
1	Омлет натуральный, запеченный	180	18,03	9,65	12,90	210,45	0,11	0,32	19,04	0,85	141,68	309,36	23,86	3,45	0,67	32,18	120301	120322	
2	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	20	4,64	5,90	0,00	72,80	0,01	0,14	52,00	0,10	44,00	108,00	7,00	0,20	0,06	0,00	100102	100102	
3	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	17,86	87,84	0,01	0,24	6,00	0,00	52,35	42,17	5,60	0,09	0,05	3,60	160108	160108	
4	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
5	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
	<b>Итого:</b>		<b>26,95</b>	<b>26,24</b>	<b>51,40</b>	<b>550,69</b>	<b>0,17</b>	<b>0,70</b>	<b>107,04</b>	<b>1,73</b>	<b>248,62</b>	<b>495,03</b>	<b>41,66</b>	<b>4,24</b>	<b>0,80</b>	<b>36,68</b>			
<b>Завтрак 2</b>																			
1	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102	230102	
2	Булочка	50	2,93	3,80	29,00	161,90	0,06	0,08	9,38	0,55	24,63	46,18	7,02	0,50	0,05	2,69	190102	190103	
	<b>Итого:</b>		<b>10,73</b>	<b>8,80</b>	<b>37,40</b>	<b>269,90</b>	<b>0,06</b>	<b>0,68</b>	<b>49,38</b>	<b>0,55</b>	<b>272,63</b>	<b>230,18</b>	<b>35,02</b>	<b>0,70</b>	<b>0,31</b>	<b>2,69</b>			
<b>Обед</b>																			
1	Салат из моркови с сахаром	100	1,18	7,08	9,28	106,75	0,05	4,55	0,00	3,44	24,66	50,19	34,58	0,65	0,06	4,55	100302	100302	
2	Суп крестьянский с крупой	250	3,38	4,49	10,31	94,40	0,06	15,66	7,50	2,46	139,43	74,10	21,96	0,80	0,06	3,65	110322	110323	
3	Говядина тушеная с черносливом	100	13,60	4,80	7,70	128,40	0,05	2,62	0,00	2,25	20,20	124,72	27,62	2,05	0,10	4,27	120513	120514	
4	Овощи запеченные	150	3,49	5,19	28,17	173,70	0,21	17,66	501,20	2,16	29,34	619,50	40,03	1,59	0,14	591,64	130111	130111	
5	Напиток фруктовый	200	0,00	0,00	15,98	63,84	0,00	0,00	0,00	0,00	0,48	0,00	0,00	0,05	0,00	0,00	160117	160117	
6	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103	
8	Мармелад	18	0,02	0,00	14,29	57,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	0,00			
	<b>Итого:</b>		<b>26,91</b>	<b>23,16</b>	<b>126,05</b>	<b>822,47</b>	<b>0,46</b>	<b>40,48</b>	<b>508,70</b>	<b>11,36</b>	<b>324,23</b>	<b>1002,29</b>	<b>139,75</b>	<b>6,93</b>	<b>0,38</b>	<b>608,11</b>			
<b>Полдник</b>																			
1	Напиток морковный	200	0,87	0,08	20,93	89,14	0,04	9,00	0,00	0,26	20,08	35,30	24,10	0,50	0,05	3,20	160235	160235	
2	Булочка с цукатами или Булочка с изюмом	50	5,75	3,35	28,60	167,55	0,06	0,11	8,64	0,52	32,11	51,71	8,37	0,54	0,06	3,06	190104 190105	190106	
	<b>Итого:</b>		<b>6,62</b>	<b>3,43</b>	<b>49,53</b>	<b>256,69</b>	<b>0,10</b>	<b>9,11</b>	<b>8,64</b>	<b>0,78</b>	<b>52,19</b>	<b>87,01</b>	<b>32,47</b>	<b>1,04</b>	<b>0,10</b>	<b>6,26</b>			
<b>Ужин</b>																			
1	Шницель рубленый куриный	100	11,90	9,00	11,50	174,60	0,07	1,71	65,26	1,38	40,26	186,86	19,63	1,72	0,20	10,35	120615	120616	
2	Рагу из овощей	150	2,85	3,45	16,35	107,85	0,12	11,60	0,00	3,53	27,06	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203	130204	
3	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	22,40	92,54	0,01	5,60	0,00	0,03	6,26	3,08	1,68	0,15	0,00	0,00	160213	160213	
4	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140113	140112	
5	Хлеб из муки пшеничной	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,04	0,00	0,00	0,68	9,40	33,60	5,20	0,48	0,01	0,00	200102	200102	
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	92,80	0,04	0,00	0,00	0,36	100,00	100,00	10,00	1,24	0,01	4,00	200103	200103	
	<b>Итого:</b>		<b>20,20</b>	<b>22,31</b>	<b>90,65</b>	<b>647,39</b>	<b>0,28</b>	<b>18,91</b>	<b>95,26</b>	<b>6,07</b>	<b>184,18</b>	<b>396,39</b>	<b>69,16</b>	<b>4,70</b>	<b>0,32</b>	<b>20,82</b>			
<b>Ужин 2</b>																			
1	Флоды и ягоды свежие (см.приложение №1)	180	0,72	0,54	18,54	84,60	0,04	9,00	0,00	0,72	34,20	28,80	21,60	4,14	0,05	1,80	210104	210104	
	<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,54</b>	<b>18,54</b>	<b>84,60</b>	<b>0,04</b>	<b>9,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,72</b>	<b>34,20</b>	<b>28,80</b>	<b>21,60</b>	<b>4,14</b>	<b>0,05</b>	<b>1,80</b>			
	<b>Итого за день</b>		<b>92,12</b>	<b>84,48</b>	<b>373,58</b>	<b>2631,73</b>	<b>1,09</b>	<b>78,87</b>	<b>769,02</b>	<b>21,21</b>	<b>1116,05</b>	<b>2239,70</b>	<b>339,67</b>	<b>21,74</b>	<b>1,98</b>	<b>676,36</b>			
	<b>Итого за 7 дней</b>		<b>91,07</b>	<b>104,60</b>	<b>369,09</b>	<b>2766,70</b>	<b>1,54</b>	<b>139,34</b>	<b>333,27</b>	<b>16,87</b>	<b>1257,10</b>	<b>1810,63</b>	<b>337,49</b>	<b>18,58</b>	<b>1,65</b>	<b>188,09</b>			
	<b>Итого за 28 дня</b>		<b>90,80</b>	<b>102,60</b>	<b>382,40</b>	<b>2807,00</b>	<b>1,70</b>	<b>117,30</b>	<b>902,50</b>	<b>16,00</b>	<b>1336,20</b>	<b>1897,30</b>	<b>342,90</b>	<b>18,70</b>	<b>1,90</b>	<b>195,40</b>			