

			хлеб черн.	Хлеб ржаной	40	200	7	1	29	902
				Фрукты свежие	200	94	1	1	19	338
				<i>итого</i>						
1	6		Итого за день:		670	960	31	24	149	
2	1	Обед	закуска		670	960	31	24	149	
			1 блюдо	Щи из свежей капусты со сметаной	200/10	86	2	5	10	88
			2 блюдо	Гуляш из куриного филе	100 (70/30)	223	10	11	10	489
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	200	266	9	7	32	171
			напиток	Чай с сахаром	200/15	61	0	0	18	375
			хлеб бел.	Бутерброд с сыром	50/15	231	5,1	0,7	59,7	2
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	40	200	7	1	29	902
				<i>итого</i>						
2	1		Итого за день:		240	1067	28	24	99	
2	2	Обед	закуска		240	1067	28	24	99	
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми (гороховый)	200	9	7	5	29	102
			2 блюдо	Цыплята запеченные	100	221	11	12	1	494
			гарнир	Рис отварной рассыпчатый	180	257	6	10	72	304
			напиток	Компот из плодов или ягод сушеных	200	112	0	0	25	342
			хлеб бел.							
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	40	200	7	1	29	902
				Фрукты свежие	200	94	1	1	19	338
				<i>итого</i>						
2	2		Итого за день:		920	893	32	29	175	
2	3	Обед	закуска		920	893	32	29	175	
			1 блюдо	Рассольник "Ленинградский"	200	108	2	4	18	96
			2 блюдо	Котлеты мясные	90	228	12	13	17	608
			гарнир	Пюре картофельное	180	164	2	5	28	312
			напиток	Чай с сахаром	200/15	61	0	0	18	375
			хлеб бел.	Бутерброд с сыром	50/15	231	5,1	0,7	59,7	2
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	40	200	7	1	29	902
				<i>итого</i>						
2	3		Итого за день:		510	992	23	23	110	
2	4	Обед	закуска		510	992	23	23	110	
			1 блюдо	Суп рыбный с картофелем	250	103	7	4	8	142
			2 блюдо	Котлеты куриные	90	228	12	14	18	271
			гарнир	Макароны отварные с маслом	180	234	7	5	52	203
			напиток	Чай с сахаром	200/15	61	0	0	18	375
			хлеб бел.							
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	40	200	7	1	29	902
				Фрукты свежие	200	94	1	1	19	338
				<i>итого</i>						
2	4		Итого за день:		760	920	34	25	144	
2	4	Обед	закуска		760	920	34	25	144	
			1 блюдо	Борщ	250	171	6	11	12	82
			2 блюдо	Куры отварные	100	206	11	12		63
			гарнир	Рис отварной рассыпчатый	180	247	7	10	75	304
			напиток	Какао с молоком	200	145	4	4	38	382
			хлеб бел.	Бутерброд с сыром	50/15	231	5,1	0,7	59,7	2
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	40	200	7	1	29	902
				<i>итого</i>						
2	4		Итого за день:		770	1200	35	38	154	
2	4	Обед	закуска		770	1200	35	38	154	
			1 блюдо	Суп вермишелевый	250	131	5	6	30	111
			2 блюдо	Гуляш из куриного филе	100 (70/30)	253	11	16	10	489
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	180	221	7	26	43	171
			напиток	Чай с сахаром	200/15	61	0	0	18	375
			хлеб бел.							
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	40	200	7	1	29	902
				Фрукты свежие	200	94	1	1	19	338

			<i>итого</i>						
2	4	Итого за день:		670	960	31	24	149	
		Среднее значение за период:		630	990,4	30	26,4	135,9	