

			итого		770	30	30	80	703		132.95	
1	2	Итого за день:			1475	51.03	42.93	194.7	1359		229.58	
1	3	Завтрак	гор.блюдо	омлет натуральный	200	17	26	4	320	268	29.80	
			гор. напиток	чай с сахаром	200	0	0	9	38	457	1.37	
			хлеб	бутерброд с джемом или повидлом (2-й вар.)	65	3	6	33	197	73	15.39	
			хлеб	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51	
			фрукты	фрукты свежие	200	1	1	20	88	82	38.00	
			итого		700	24	34	80	715		87.07	
1	3	Обед	закуска	овощи консервированные отварные	65	2	2	3	41	157	28.38	
			1 блюдо	борщ с капустой и картофелем \ сметана	205	2	4	6	68	95\433	6.14	
			2 блюдо	плов из говядины	200	16	18	35	368	330	76.45	
			напиток	соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0	0	20	86	501	12.32	
			хлеб бел.	хлеб пшеничный формовой	35	3	0	17	82	573	3.02	
			хлеб черн.	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51	
			итого		740	25.6	25.8	95.14	717		128.82	
1	3	Итого за день:			1440	49.4	59.3	175.04	1432		215.89	
1	4	Завтрак	гор.блюдо	каша рисовая молочная жидкая	200	5	6	31	203	236	19.53	
			гор. напиток	кофейный напиток	200	1	1	11	63	464	11.96	
			хлеб	бутерброд с сыром (1 - й вариант)	65	10	13	14	215	63	34.42	
			хлеб	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51	
			фрукты	фрукты свежие	200	1	1	20	88	82	38.00	
			итого		700	20	22	90	641		106.42	
1	4	Обед	закуска	икра свекольная	60	1	2	5	43	53	4.79	
			1 блюдо	суп из овощей \ сметана	205	2	4	5	67	116\433	6.74	
			2 блюдо	котлеты, биточки или щницели из птицы припущенные	90	18	16	10	256	372	51.10	
			гарнир	пюре картофельное с морковью	150	3	6	11	111	378	18.10	
			напиток	напиток из шиповника	200	1	0	18	78	496	6.67	
			хлеб бел.	хлеб пшеничный формовой	35	3	0	17	82	573	3.02	
			хлеб черн.	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51	
				соус молочный к блюдам (1-й вариант)	20	1	1	1	19	403	3.43	
			итого		795	31	30.8	81.7	728		96.36	
1	4	Итого за день:			1495	51.4	53	171.3	1369		202.78	
1	5	Завтрак	гор.блюдо	запеканка пшениная с творогом	200	17	9	50	344	281	38.13	

			гор.напиток	чай с сахаром	200	0	0	9	38	457	1.44
			хлеб	бутерброд с маслом (3-й вариант)	40	3	4	17	115	71	9.09
			сладкое	повидло, джем или варенье (порциями)	30	0	0	20	79	86	6.40
			хлеб	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51
			фрукты	фрукты свежие	200	1	1	20	88	82	38.00
			итого		705	23	14	130	736		95.57
1	5	Обед	закуска	икра кабачковая (промышленного производства)	60	1	5	5	71	150	13.80
			1 блюдо	щи из свежей капусты с картофелем \ сметана	200	1	5	3	57	104\433	5.38
			2 блюдо	котлеты или биточки рыбные	90	12	1	9	95	307	98.79
			гарнир	каша гречневая рассыпчатая	150	9	6	38	242	211	13.78
			напиток	напиток с витаминами "Витошка"	200	0	0	17	70	507	11.61
			хлеб бел.	хлеб пшеничный формовой	35	3	0	17	82	573	3.02
			хлеб черн.	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51
				соус молочный к блюдам (1 -й вариант)	20	1	1	1	19	403	4.41
			итого		790	29.34	19.74	104	708		153.3
1	5	Итого за день:			1495	52.74	33.94	233.7	1444		248.87
2	6	Завтрак	гор.блюдо	суп молочный с макаронными изделиями	200	6	7	20	160	139	21.20
			гор. напиток	кофейный напиток	200	1	1	11	63	464	11.96
			хлеб	бутерброд с сыром (1 -й вариант)	65	10	13	14	215	63	34.42
			хлеб	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51
			фрукты	фрукты свежие	200	1	1	20	88	82	38.00
			итого		700	21	22	78	598		108.09
2	6	Обед	закуска	икра кабачковая (промышленного производства)	60	1	5	5	71	150	13.80
			1 блюдо	рассольник домашний \ сметана	205	2	5	7	82	101 \433	10.41
			2 блюдо	жаркое по - домашнему	200	19	14	26	307	328	94.02
			напиток	кисель с витаминами "Витошка" для детей	200	0	0	24	95	504	22.40
			хлеб бел.	хлеб пшеничный формовой	35	3	0	17	82	573	3.02
			хлеб черн.	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51
			итого		735	28	25	93	709		146.16
2	6	Итого за день:			1435	49	47	171.3	1307		254.25
2	7	Завтрак	гор.блюдо	запеканка рисовая с творогом	200	13	6	53	318	189	41.31
			гор. напиток	чай с сахаром	200	0	0	9	38	457	1.37
			хлеб	бутерброд с маслом (3-й вариант)	40	3	4	17	115	71	9.82
			сладкое	повидло, джем или варенье (порциями)	30	0	0	20	79	86	6.43
			хлеб	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51

			фрукты	фрукты свежие	200	1	1	20	88	82	38.00
			итого		705	20	12	132	710		99.44
2	7	Обед	закуска	икра морковная	60	1	2	4	40	54	5.05
			1 блюдо	свекольник \ сметана	205	2	5	9	83	98 \ 433	6.11
			2 блюдо	суфле рыбное	90	13	5	3	101	303	100.61
			гарнир	каша гречневая рассыпчатая	150	9	7	39	251	202	13.78
			напиток	напиток с витаминами "Витошка" для детей	200	0	0	17	70	507	11.61
			хлеб бел.	хлеб пшеничный формовой	35	3	0	17	82	573	3.02
			хлеб черн.	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51
				соус молочный к блюдам (1 -й вариант)	20	1	1	1	19	403	3.43
			итого		795	30	20.45	104.1	709		146.12
2	7	Итого за день:			1500	50	31.95	236.4	1419		245.56
2	8	Завтрак	гор.блюдо	каша "Дружба"	200	5	6	27	186	229	19.19
			гор.напиток	кофейный напиток	200	1	1	11	63	464	11.96
			хлеб	бутерброд с сыром (1 -й вариант)	65	10	13	14	215	63	34.42
			хлеб	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51
			фрукты	фрукты свежие	200	1	1	20	88	82	38.00
			итого		700	20	22	86	624		106.08
2	8	Обед	закуска	икра свекольная	60	1	2	5	43	53	4.79
			1 блюдо	суп гороховый \ сметана	205	6	3	13	106	127 \ 433	9.06
			2 блюдо	котлеты, рубленные из птицы с соусом	90	11	10	9	158	374	48.25
			гарнир	макаронные изделия отварные	150	6	5	30	185	256	12.74
			напиток	компот из яблок с лимоном	200	0	0	14	60	487	15.47
			хлеб бел.	хлеб пшеничный формовой	35	3	0	17	82	573	3.02
			хлеб черн.	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51
			итого		775	30	21.1	102	706		95.84
2	8	Итого за день:			1475	50	43	187.6	1330		201.92
2	9	Завтрак	гор.блюдо	омлет натуральный	200	17	26	4	320	268	29.80
			гор. напиток	чай с сахаром	200	0	0	9	38	457	1.37
			хлеб	бутерброд с джемом или повидлом (2-й вар.)	65	3	6	33	197	73	15.39
			хлеб	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51
			фрукты	фрукты свежие	200	1	1	20	88	82	38.00
			итого		700	24	34	80	715		87.07
2	9	Обед	закуска	икра кабачковая (промыш. производства)	60	1	5	5	71	150	13.80
			1 блюдо	суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2	3	10	78	129	4.10

			2 блюдо	котлеты из говядины	90	16	11	14	219	339	76.45
			гарнир	пюре картофельное	150	4	6	9	105	377	16.62
			напиток	напиток из шиповника	200	1	0	18	78	496	6.57
			хлеб бел.	хлеб пшеничный формовой	35	3	0	17	82	573	3.02
			хлеб черн.	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51
				соус молочный к блюдам (1 -й вариант)	20	1	1	1	19	403	3.43
			итого		790	30	28	88	724		126.5
2	9	Итого за день:			1490	54	61.5	167.6	1439		213.57
2	10	Завтрак	гор.блюдо	запеканка пшенная с творогом	200	17	9	50	344	281	38.13
			гор. напиток	чай с сахаром	200	0	0	9	38	457	1.37
			хлеб	бутерброд с маслом (3-й вариант)	35	3	4	17	115	71	9.82
			напиток	соус молочный сладкий	30	0	1	2	25	406	3.62
			хлеб	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51
			фрукты	фрукты свежие	200	1	1	20	88	82	38.00
			итого		700	24	16	112	682		93.45
2	10	Обед	закуска	овощи консервированные отварные	65	2	2	3	41	157	28.38
			1 блюдо	суп с крупой и фрикадельками	200	7	7	8	122	126	40.68
			2 блюдо	птица в соусе с томатом	90	9	10	2	132	367	49.58
			гарнир	каша рассыпчатая с овощами	150	3	3	34	177	211	9.68
			напиток	соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0	0	20	86	501	12.32
			хлеб белый	хлеб пшеничный формовой	35	3	0	17	82	573	3.02
			хлеб черный	хлеб ржаной	35	3	1	14	72	574	2.51
			итого		775	27	24	98	712		146.17
2	10	Итого за день:			1475	51	39.5	209.6	1394		239.62
		Среднее значение за период:			1476	50.857	45.912	191.62	1379.4		230.358