



			<i>итого</i>		500	20	12	78	482	
1	2	Обед	закуска							
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2	6	11	119	104
			2 блюдо	Тефтели из мяса с рисом-"ёжики"	100	7	15	10	220	350
			гарнир	Сложный гарнир	150	3	6	10	154	377;380
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0	20	67	495
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	1	20	96	Ком.тов.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	2	1	10	50	Ком.тов.
			<i>итого</i>		710	18	29	81	706	
1	2	<b>Итого за день:</b>			1210	38	41	159	1188	
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Плов с мясом(птица)	240	16	13	37	374	375
			гор.напиток	Компот из ягод замороженных	200	0	0	11	47	491
			хлеб	Хлеб пшеничный йодированный 40гр, хлеб ржаной 20гр.	60	5	2	30	146	Ком.тов.
			фрукты							
			<i>итого</i>		500	21	15	78	567	
1	3	Обед	закуска							
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2	6	10	128	116
			2 блюдо	Шницель	100	8	17	12	210	451
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	7	39	181	202
			напиток	Чай с сахаром	200	0	0	14	40	457
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	1	20	96	Ком.тов.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	2	1	10	50	Ком.тов.
			<i>итого</i>		710	24	32	105	705	
1	3	<b>Итого за день:</b>			1210	45	47	183	1272	
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Котлеты из птицы припущенные 100гр, Пюре из гороха с маслом 150гр	250	25	15	37	393	372;389

			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0	0	15	41	459
			хлеб	Хлеб пшеничный йодированный 40гр, хлеб ржаной 20гр.	60	5	2	30	146	Ком.тов.
			фрукты							
			<i>итого</i>		510	30	17	82	580	
1	4	Обед	закуска							
			1 блюдо	Рассольник "Ленинградский" (перловка)	200	5	11	32	150	100
			2 блюдо	Жаркое по-домашнему	240	21	17	25	372	328
			гарнир							
			напиток	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	15	60	484
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	1	20	96	Ком.тов.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	2	1	10	50	Ком.тов.
			<i>итого</i>		700	31	30	102	728	
1	4	<b>Итого за день:</b>			1210	61	47	184	1308	
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшенная молочная жидкая 200гр, Бутерброд с сыром 45гр	245	11	14	31	349	233;63
			гор.напиток	Компот из смеси сухофруктов 200гр	180	1	0	18	60	495
			хлеб	Хлеб ржаной 20гр	20	2	1	10	50	Ком.тов.
			фрукты	Яблоко	100	0	0	10	44	82
			<i>итого</i>		545	14	15	69	503	
1	5	Обед	закуска							
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2	7	11	128	95
			2 блюдо	Запеканка из печени	90	15	6	13	173	355
			гарнир	Макаронные изделия отварные	150	6	0	30	215	256
			напиток	Чай с лимоном	180	0	0	14	37	459
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	1	20	96	Ком.тов.

			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	2	1	10	50	Ком.тов.
			фрукты	Яблоко	100	0	0	10	44	82
			<i>итого</i>		780	28	15	108	743	
1	5	<b>Итого за день:</b>			1325	42	30	177	1246	
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Гуляш (курица)100гр,Макаронные изделия отварные 150гр	250	21	15	32	379	327;256
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0	0	15	41	459
			хлеб	Хлеб пшеничный йодированный 40гр, хлеб ржаной 20гр.	60	5	2	30	146	Ком.тов.
			фрукты							
			<i>итого</i>		510	26	17	77	566	
2	1	Обед	закуска							
			1 блюдо	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2	6	11	119	104
			2 блюдо	Тефтели из мяса с рисом-"ёжики"	100	10	10	10	220	350
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	7	39	181	202
			напиток	Чай с сахаром	200	0	0	15	40	457
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	1	20	96	Ком.тов.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	2	1	10	50	Ком.тов.
			<i>итого</i>		710	26	25	105	706	
2	1	<b>Итого за день:</b>			1220	52	42	182	1272	
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Жаркое по-домашнему	240	21	17	25	372	328
			гор.напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0	20	67	495
			хлеб	Хлеб пшеничный йодированный 40гр, хлеб ржаной 20гр.	60	5	2	30	146	Ком.тов.
			фрукты							
			<i>итого</i>		500	27	19	75	585	

2	2	Обед	закуска							
			1 блюдо	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2	6	10	128	116
			2 блюдо	Котлеты из птицы припущенные	100	14	9	8	181	372
			гарнир	Пюре из гороха с маслом	150	16	4	29	212	389
			напиток	Компот из ягод замороженных	200	0	0	11	47	491
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	1	20	96	Ком.тов.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	2	1	10	50	Ком.тов.
				<i>итого</i>		710	37	21	88	714
2	2	<b>Итого за день:</b>		1210	64	40	163	1299		
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Тефтели из мяса с рисом-"ёжики" 100гр, Сложный гарнир 150гр	250	10	21	21	374	350; 377;380
			гор.напиток	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	0	0	15	60	484
			хлеб	Хлеб пшеничный йодированный 40гр, хлеб ржаной 20гр.	60	5	2	30	146	Ком.тов.
			фрукты							
				<i>итого</i>		510	15	23	66	580
2	3	Обед	закуска							
			1 блюдо	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	2	7	11	128	95
			2 блюдо	Гуляш (курица)	100	16	14	3	164	327
			гарнир	Макаронные изделия отварные	150	6	0	30	215	256
			напиток	Напиток лимонный	200	0	0	24	62	699
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	1	20	96	Ком.тов.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	2	1	10	50	Ком.тов.
				<i>итого</i>		710	29	23	98	715
2	3	<b>Итого за день:</b>		1220	44	46	164	1295		
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Шницель 100гр.,Каша гречневая рассыпчатая 150гр.	250	17	24	50	392	451;202

			гор.напиток	Компот из ягод замороженных	200	0	0	11	47	491
			хлеб	Хлеб пшеничный йодированный 40гр, хлеб ржаной 20гр.	60	5	2	30	146	Ком.тов.
			фрукты							
			<i>итого</i>		510	22	26	91	585	
2	4	Обед	закуска							
			1 блюдо	Суп картофельный с клецками	200	2	6	10	125	155
			2 блюдо	Плов с мясом(свинина)	240	16	13	37	401	330
			гарнир							
			напиток	Кофейный напиток	200	1	1	11	63	464
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	1	20	96	Ком.тов.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	2	1	10	50	Ком.тов.
			<i>итого</i>		700	24	22	88	735	
2	4	<b>Итого за день:</b>			1210	46	48	179	1320	
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша "Дружба"200гр,Манник 80гр	280	10	10	55	359	226; 550
			гор.напиток	Напиток лимонный	200	0	0	10	62	699
			хлеб	Хлеб ржаной	20	2	1	10	50	Ком.тов.
			фрукты							
			<i>итого</i>		500	12	11	75	471	
2	5	Обед	закуска							
			1 блюдо	Суп картофельный с бобовыми	200	6	3	13	169	113
			2 блюдо	Рыба тушеная с овощами	100	10	3	6	169	299
			гарнир	Пюре картофельное	150	3	6	9	154	377
			напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0	20	67	495
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный йодированный	40	3	1	20	96	Ком.тов.
			хлеб черн.	Хлеб ржаной	20	2	1	10	50	Ком.тов.

			<i>итого</i>		710	25	14	78	705
2	5	<b>Итого за день:</b>			1210	37	25	153	1176
		<b>Среднее значение за период:</b>			1224,5	48,80	40,30	171,70	1269,70