

5 день пятница 1 неделя							
Завтрак							
679	150	Каша гречневая рассыпчатая	7.46	5.61	35.84	230.25	7-35
377	200/15/7	Чай с лимоном	4.51	1.14	7.71	57.33	3-04
TK56	70	Куриная подлива	14.14	11.4	3.63	173.25	27-00
пром.	40	Хлеб ржаной	2.6	0.48	1.05	72.4	2-00
пром.	30	Хлеб пшеничный	2.25	0.87	15.15	77.43	2-61
Итого	512		30.96	19.5	63.38	610.66	42-00
6 день понедельник 2 неделя							
Завтрак							
436	70/150	Жаркое по-домашнему	7.33	12.3	14.91	284.6	27-10
377	200/15/7	Чай с лимоном	4.51	1.14	7.71	57.33	3-04
40	60	Салат витаминный с раст.маслом	1.2	3.6	8.8	72.0	7-25
пром.	40	Хлеб ржаной	2.6	0.48	1.05	72.4	2-00
пром.	30	Хлеб пшеничный	2.25	0.87	15.15	77.43	2-61
Итого	572		17.89	18.39	47.62	563.76	42-00
7 день вторник 2 неделя							
Завтрак							
183	150	Каша молочная из гречневой крупы	3.7	5.78	19.67	140.64	9-29
693	200/20	Какао с молоком	4.62	4.02	43.8	177.56	12-68
пром.	30	Хлеб пшеничный	2.25	0.87	15.15	77.43	2-61
пром.	31	Конфета «Гулливёр»	14.8	34.7	57.6	549.0	17-42
Итого	431		25.37	45.37	136.22	944.63	42-00
8 день среда 2 неделя							
Завтрак							
694	180	Пюре картофельное	3.67	5.76	24.53	164.7	7-10
389	180	Сок фруктовый	1.0	0	20.2	84.8	9-36
608	60	Котлета мясная	12.44	9.24	12.56	183.0	23-54
пром.	40	Хлеб ржаной	2.6	0.48	1.05	72.4	2-00
Итого	460		19.71	15.48	58.34	504.9	42-00
9 день четверг 2 неделя							
Завтрак							
511	150	Рис отварной	2.38	5.26	1.24	162.3	11-12
349	200	Компот из смеси сухофруктов	0	0	23.3	92.9	6-39
608	60	Котлета мясная	12.44	9.24	12.56	183.0	22-49
пром.	40	Хлеб ржаной	2.6	0.48	1.05	72.4	2-00
Итого	450		17.42	14.98	38.15	510.6	42-00
10 день пятница 2 неделя							
Завтрак							
332	150	Макароны отварные	5.35	0.55	25.6	157.4	6-54
243	110	Сосиска отварная	8.69	22.84	1.8	247.15	20-24
389	200	Сок фруктовый	1.0	0	20.2	84.8	10-24
пром.	40	Хлеб ржаной	2.6	0.48	1.05	72.4	2-00