



3 день	95	Свёкла отварная	60	0,9	3,3	5,1	51	0	0,048	0	0	0	11,4	8,4	0	0	0,32
	171	Пирожок с капустой	75	5,40	6,70	34,52	223,11	0	0	0	0	0	18,33	29,52	0	0	0,8
	349	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	32,66	129,8	0	0	0	0	0	0	9,74	0	0	0,06
	н	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,86	19,68	94	0,2	0	0	0	0	0	23	0	0	1,9
	н	Хлеб ржаной	40	2,4	0,48	17,73	75,6	0,2	0,08	0	0	0	0	35	0	0	3,9
	<b>850</b>		<b>850</b>	<b>43,63</b>	<b>45,48</b>	<b>152,22</b>	<b>1186,26</b>	<b>0,55</b>	<b>0,128</b>	<b>0,75</b>	<b>0</b>	<b>54,77</b>	<b>169,96</b>	<b>95,65</b>	<b>20,26</b>	<b>11,21</b>	
		<b>Обед</b>															
4 день	104	Суп картофельный с фрикадельками	250/15	11,87	7,72	21,1	213,2	0,18	0,1	0	0	0	25,48	42,05	0	0	2,58
	171	Греча рассыпчатая	150	5,71	3,33	25,74	155,58	0,26	0,13	0	0	0	0	13,57	0	0	4,08
	331	Соус сметанный с томатом	50	0,9	2,62	3,83	42,5	0,02	0,02	16,9	0	0	0,67	14,62	14,7	4,9	0,2
	71	Огулец (свежий или консервированный)	60	2,4	0,96	5,52	50,4	0,048	0	0	0	12	27,6	0	16,8	0,72	
	268	Биточки куриные	100	26,22	8,42	5,98	206,11	0,11	15,99	0	0	1,9	15,99	0	0	1,52	
	342	Компот из яблок	200	0,12	0,12	22,9	89,9	0	12,24	0	0	0,72	3,5	0	0	0,23	
	н	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,86	19,68	94	0,2	0	0	0	0	23	0	0	1,9	
	н	Хлеб ржаной	40	2,4	0,48	17,73	75,6	0,2	0,08	0	0	0	35	0	0	3,9	
	<b>905</b>		<b>905</b>	<b>52,66</b>	<b>24,51</b>	<b>122,48</b>	<b>927,29</b>	<b>1,018</b>	<b>28,56</b>	<b>16,9</b>	<b>0</b>	<b>40,77</b>	<b>175,33</b>	<b>14,7</b>	<b>21,7</b>	<b>15,13</b>	
		<b>Обед</b>															
5 день	99	Суп с зелёным горошком	250/5	9,6	11,22	19,17	216	0,2	0,06	0	0	0	25,85	57,4	0	0	2,52
	284/1	Зраза картофельная с мясом (1 неделя) или картофельная с мясом (2 недели)	150	19,99	19,99	22,82	351,41	0,23	0	0	0	27,21	53,03	0	0	3,8	
	284	Соус томатный	150	16,2	15,7	17,7	277	0,24	0	0,04	0	5,62	33,2	203,85	63,26	3,65	
	364	Капусты	50	0,77	1,35	4,75	34,7	0,02	0,02	0	0	0,59	1,07	0	0	0,08	
	45	Кисель из джема	60	1,04	6,06	2,92	71	0,012	0	0	0	24,31	27,8	0	0	0,37	
	881	Хлеб пшеничный	200	0,18	0	37,76	144,84	0	0,02	0	0	0,86	12,78	0	0	0,18	
	н	Хлеб ржаной	40	3,04	0,86	19,68	94	0,2	0	0	0	23	0	0	1,9		
	н	Хлеб ржаной	40	2,4	0,48	17,73	75,6	0,2	0,08	0	0	35	0	0	3,9		
	<b>795</b>		<b>795</b>	<b>53,22</b>	<b>55,66</b>	<b>142,53</b>	<b>1264,55</b>	<b>1,102</b>	<b>0,18</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>84,44</b>	<b>243,28</b>	<b>203,85</b>	<b>63,26</b>	<b>16,4</b>	
		<b>Обед</b>															
6 день	102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	11,57	10,55	24,35	239,02	0,27	0,075	0	0	17,15	130,7	0	0	3,62	
	202	Макаронные изделия отварные	150	5,96	4,07	36,6	204,54	0,14	0,04	0	0	0	31,22	0	0	1,46	
	260	Гуляш из говядины	100	20,76	20,2	5,14	285,6	0,11	0,19	0	0	2,77	21,7	0	0	3,21	
	171	Пирог с яблоками	75	4,79	6,77	42,23	250,93	0	0	0	0	3,09	13,84	0	0	1,18	
	376	Чай с сахаром	200	0,3	0,08	20,06	78,08	0	0,02	0	0	0,2	24,5	0	0	1,7	
	н	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,86	19,68	94	0,2	0	0	0	23	0	0	1,9		
	н	Хлеб ржаной	40	2,4	0,48	17,73	75,6	0,2	0,08	0	0	35	0	0	3,9		
	<b>855</b>		<b>855</b>	<b>48,82</b>	<b>43,01</b>	<b>165,79</b>	<b>1227,77</b>	<b>0,92</b>	<b>0,405</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>23,21</b>	<b>279,96</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16,97</b>	
		<b>Обед</b>															
7 день	96	Рассольник "Ленинградский"	250/5	8,42	11,22	19,35	213,17	0,13	0,06	0	0	17,85	47,38	0	0	1,98	

234	Биточки рыбные	100/5	11,74	10,8	4,91	164,81	0,09	0,16	0	0	29,26	59,93	0	0	0,74
312	Пюре картофельное	150	3,76	4,56	25,99	160,58	0,13	0,08	0	0	20,52	32,86	0	0	0,97
71	Огурец (свежий или консервированный)	60	2,4	0,96	5,52	50,4	0,048	0	0	0	12	27,6	0	16,8	0,72
348	Компот из изюма	200	1,16	0,24	46,36	181,44	0,08	0,02	0	0	0,2	41,74	0	0	1,26
н	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,86	19,68	94	0,2	0	0	0	0	23	0	0	1,9
н	Хлеб ржаной	40	2,4	0,48	17,73	75,6	0,2	0,08	0	0	0	35	0	0	3,9
<b>850</b>		<b>850</b>	<b>32,92</b>	<b>29,12</b>	<b>139,54</b>	<b>940</b>	<b>0,878</b>	<b>0,4</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>79,83</b>	<b>267,51</b>	<b>0</b>	<b>16,8</b>	<b>11,47</b>
<b>Обед</b>															
93	Суп молочный с макар. изделиями	250	8,98	8,13	29,43	226,87	0,13	0	1,42	0	47,8	252	215,6	37,72	0,8
171	Греча рассыпчатая	150	9	7,86	40,41	268,08	0,26	0,13	0	0	0	13,57	0	0	4,08
360	Соус белый основной	50	0,5	3,04	2,59	39,49	0,02	0,01	0	0	0,03	1,84	0	0	0,06
268	Биточки мясные	100	15,36	17,25	7,76	249,74	0,09	0,13	0	0	1,1	17,15	0	0	2,49
342	Компот из яблок	200	0,12	0,12	22,9	89,9	0	12,24	0	0	0,72	3,5	0	0	0,23
н	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,86	19,68	94	0,2	0	0	0	0	23	0	0	1,9
н	Хлеб ржаной	40	2,4	0,48	17,73	75,6	0,2	0,08	0	0	0	35	0	0	3,9
<b>830</b>		<b>830</b>	<b>39,4</b>	<b>37,74</b>	<b>140,5</b>	<b>1043,68</b>	<b>0,9</b>	<b>12,59</b>	<b>1,42</b>	<b>0</b>	<b>49,65</b>	<b>346,06</b>	<b>215,6</b>	<b>37,72</b>	<b>13,46</b>
<b>Обед</b>															
83	Свекольник со сметаной	250/5	8,12	11,05	15,28	193,8	0,1	0,05	0	0	19,93	59,53	0	0	2,35
304	Рис отварной	150	4,14	5,55	33,75	201,83	0,18	0,03	0	0	0	34,61	0	0	1,25
294/1	Тефтели рубленые из птицы	100	17,7	16,1	14,9	275,22	0,08	0,14	0	0	1,38	46,7	147,6	19,2	1,44
330	Соус сметанный	50	0,73	2,62	3,12	40	0	0,011	17	0	0,02	13,65	11,37	2,64	0,11
349	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	32,66	129,8	0	0	0	0	0	9,74	0	0	0,06
н	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,86	19,68	94	0,2	0	0	0	0	23	0	0	1,9
н	Хлеб ржаной	40	2,4	0,48	17,73	75,6	0,2	0,08	0	0	0	35	0	0	3,9
<b>865</b>		<b>865</b>	<b>36,91</b>	<b>36,82</b>	<b>137,12</b>	<b>1010,25</b>	<b>0,76</b>	<b>0,311</b>	<b>17</b>	<b>0</b>	<b>21,33</b>	<b>222,23</b>	<b>158,97</b>	<b>21,84</b>	<b>11,01</b>
<b>Обед</b>															
106	Суп рыбный	250	8,12	2,15	16,20	116,90	0,15	0,06	0	0	19,75	44,4	0	0	1,2
312	Пюре картофельное	150	3,76	4,56	25,99	160,58	0,13	0,08	0	0	20,52	32,86	0	0	0,97
321	Капуста тушеная или квашеная	60	1,56	37,7	6,5	66,9	0,06	0,08	0	0	32,9	36,01	0	0	0,55
71	Огурец (свежий или консервированный)	60	2,4	0,96	5,52	50,4	0,048	0	0	0	12	27,6	0	16,8	0,72
95	Сосиски отварные	100	10,4	20	21,2	224	0,09	0,04	0	0	0	24	159	20	1,8
376	Чай с сахаром	200	0,3	0,08	20,06	78,08	0	0,02	0	0	0,2	24,5	0	0	1,7
324	Сдоба обыкновенная или	60	3,61	5,13	33,59	195,29	0,14	0,07	0	0	0,26	6,64	0	0	0,44
421	Ватрушка со сметаной	60	3,7	4,1	25,4	174,1	0,23	0,02	0	0	0,47	15,99	0	0	0,7
н	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,86	19,68	94	0,2	0	0	0	0	23	0	0	1,9
н	Хлеб ржаной	40	2,4	0,48	17,73	75,6	0,2	0,08	0	0	0	35	0	0	3,9
<b>1020</b>		<b>1020</b>	<b>39,29</b>	<b>76,02</b>	<b>191,87</b>	<b>1235,85</b>	<b>1,248</b>	<b>0,45</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>86,1</b>	<b>270</b>	<b>159</b>	<b>36,8</b>	<b>13,88</b>