

			лук	3	2,5	3,6	3												
			яйцо	2,4	2	2,9	2,3												
Котлеты рыбные с соусом	70/50	80/50	рыба (минтай)	65,1	62	74,4	71	8	1,26	5,76	67	0,24	9	1,47	6,72	79	0,28	351	
молочным на крахмале			хлеб	13	13	15	15												
			молоко	8	8	12	12												
			яйцо 55,0	4,8	3,5	5,5	4												
			сливочное масло	0,7	0,7	0,8	0,8												
			СОУС:		50		50											447	
			молоко	50	50	50	50												
			крахмал картофельный	1,5	1,5	1,5	1,5												
			сливочное масло	2,5	2,5	2,5	2,5												
Сложный гарнир	65/75	75/75	картофельное пюре:		65		75	2,6	4,94	27,6	93	13,2	3	5,7	31,8	107	15,2	440	
			картофель с 01.09-31.10	62,2	46,2	84,8	63												
			картофель с 31.10-31.12	66,2	46,2	90,2	63												
			картофель с 31.12-28.02	71,2	46,2	97	63												
			картофель с 29.02-01.09	77	46,2	105	63												
			молоко	9	9	11	11												
			масло сливочное	2,5	2,5	3,5	3,5												
			капуста тушеная:		75		75												
			капуста свежая	85	66,5	98,3	72,7												
			масло сливочное	3	3	3	3												
			морковь	4,6	3,5	4,6	3,5												
			лук репчатый	5,8	5,2	5,8	5,2												
			томат-паста	6	6	6	6												
			мука	1,5	1,5	1,5	1,5												
Кисель из свежих ягод	150	200	ягода свежая	19,5	19,5	25	25	0,15	0	16,2	65	21,9	0,2	0,1	21,5	87	29,3	518	
			вода	135	135	180	180												
			сахар	11	11	11,5	11,5												
			крахмал	4,5	4,5	6	6												
Хлеб пшеничный/	15/25	30/30	хлеб пшеничный	15	15	30	30	1,14	0,12	7,38	35	0	2,28	0,24	14,76	70	0	114	
ржаной			хлеб ржаной	25	25	30	30	1,65	0,3	8,35	43	0	1,98	0,36	10	52	0	115	
Всего на обед:								15,46	13,59	77,29	421	44,6	18,94	16,47	100,4	544	59,08		
ПОЛДНИК																			
Молоко	180	200	молоко	190	180	205	200	5,2	3,4	8,6	95	2,3	5,8	5	9,6	106	2,6	534	
Булочка "Веснушка"	50	60	мука	39	39	44	44	3,91	3,08	28,5	157	0	4,7	3,7	34,2	189	0	578	
			сливочное масло	3,2	3,2	3,5	3,5												
			молоко	12	12	15	15												
			сахар	3,5	3,5	4,3	4,3												
			яйцо	1,2	1	1,5	1,3												
			дрожжи	0,8	0,8	1	1												
			изюм	2	2	2	2												
			масло растит. для смазки листов	0,3	0,3	0,6	0,6												
Фрукты	70	70	фрукты	70	70	70	70	0,28	0,28	6,88	32	7	0,28	0,28	6,88	32	7	2 118	

			дрожжи	0,8	0,8	0,8	0,8																	
			масло раст.для смазки листов	0,4	0,4	0,5	0,5																	
			джем	15,3	15	20,3	20												608					
Фрукты	80	80	фрукты	80	80	80	80	0,28	0,28	6,88	32	7	0,28	0,28	6,88	32	7		118					
Всего на полдник:								8,58	6,18	48,18	233	8,2	9,78	6,98	55,78	266	8,4							
УЖИН																								
Овощи св. порционный	70	80	овощи	73,5	70	84	80	0,28	0,07	1,7	9	7	0,32	0,08	1,7	10,2	8		112					
Рис припущенный	110	150	крупа рисовая	38	38	52	52	2,6	4,4	23,7	145	0	3	5,2	28	171	0		420					
			вода	80	80	110	110																	
			масло сливочное	5	5	6,8	6,8																	
Шницель мясной	60/30	60/30	мясо	69,6	51,6	69,6	51,6	10,1	10,5	8,58	121	0	10,1	10,5	8,58	121	0		386					
с соусом молочным			хлеб	11,5	11,5	11,5	11,5																	
на карт.крахмале			молоко	14	14	14	14																	
			сухари	6,6	6,6	6,6	6,6																	
			масса ролуфабриката		75		75																	
			растительное масло	3	3	3	3																	
			СОУС		30		30												447					
			молоко	30	30	30	30																	
			сливочное масло	1,5	1,5	1,5	1,5																	
			крахмал	0,9	0,9	0,9	0,9																	
Чай с сахаром	150	180	чай(сухой)/заварка(мл)	0,45/33	0,45/33	0,55/44	0,55/44	0,07	0	11,2	45	0	0,09	0	13,6	54	0		503					
			сахар	8	8	10	10																	
			вода	130	130	175	175																	
Хлеб пшеничный	15/20	25/25	хлеб пшеничный	15	15	25	25	1,14	0,12	7,38	35	0	1,9	0,2	12,1	58	0		114					
			хлеб ржаной	20	20	25	25	1,32	0,24	6,68	34	0	1,65	0,3	8,35	43	0		115					
Всего на ужин :								15,51	15,33	59,24	389	7	17,06	16,28	72,33	457,2	8							
Всего в день:								52,5	48,7	232	1422	62	65	60	290	1850	78,2							
НЕДЕЛЯ 2								6 ДЕНЬ																
Завтрак:																								
Омлет натуральный	50	50	яйцо 55,0	43,6	38,4	43,6	38,4	4,3	6,7	1,15	81	0,15	4,3	6,7	1,15	81	0,15		307					
			молоко	20	20	20	20																	
			сливочное масло	1,5	1,5	1,5	1,5																	
Каша в пшенная молочная	130	150	крупа пшено	12	12	21	21	5,5	5,6	18,7	157,0	0,8	6,8	7	23,3	181,0	1,1		273					
жидкая			молоко	85	85	100	100																	
			вода	35	35	40	40																	
			сахар	3	3	4	4																	
			сливочное масло	3,5	3,5	4	4																	
Чай с молоком	150	200	чай(сухой)/заварка(мл)	0,45/33	0,45/33	0,55/44	0,55/44	1,1	0,97	13,1	65	0,97	1,5	1,3	17,4	87	1,3		507					
			сахар	8	8	10	10																	
			молоко	40	40	50	50																	
			вода	94	94	125	125																	
Батон нарезной	20/5	25/5	батон нарезной	20	20	25	25	1,5	0,56	10,2	52	0	1,9	0,71	12,8	65	0		117					
с маслом			сливочное масло	5	5	5	5	0,025	4,1	0,04	37	0	0,025	4,1	0,04	37	0		111					

Всего на завтрак :								8,125	11,23	42,04	311	1,77	10,23	13,11	53,54	370,0	2,4			
ЗАВТРАК-2																				
Сок фруктовый	100	100	сок	100	100	100	100	0,5	0	10,1	46	4	0,5	0	10,1	46	4	537		
Всего на завтрак -2 :								0,5	0	10,1	46	4	0,5	0	10,1	46	4			
ОБЕД																				
Салат "Осенний"	50	60	картофель с 01.09-31.10	33,4	25	40,1	30	2,2	7	16,6	95	12,6	2,7	8,7	20,7	118	15,8	100516		
			картофель с 31.10-31.12	35,7	25	42,8	30													
			картофель с 31.12-28.02	38,3	25	46	30													
			картофель с 29.02-01.09	41,8	25	50,1	30													
			лук репчатый	3	2,5	3,6	3													
			морковь	12,5	10	15	12													
			свекла	20	15	24	18													
			масло растительное	3	3	4	4													
Суп картофельный	150/25	200/30	горох	12,2	12	16,2	16	1,8	12,7	10,4	64	5,2	3	14,6	12,1	86	6,9	149		
с бобовыми с курицей			картофель с 01.09-31.10	49,9	37,5	66,6	50													
			картофель с 31.10-31.12	53,7	37,5	71,6	50													
			картофель с 31.12-28.02	57,8	37,5	77	50													
			картофель с 29.02-01.09	62,5	37,5	83,3	50													
			морковь	7,5	6	10	12,5													
			лук	7,2	6	9,6	8													
			растительное масло	2,5	2,5	3	3													
			курица I категории	33,5	25	40	30											409		
Суфле из отварной	60	70	говядина	90	66	105	77	9	7,45	10,9	149	0	13	10,43	15,26	173	0	279		
говядины с рисом			масса отварн. говядины		41,1		47,9											2011г		
			яйцо	7,9	7,6	9,2	8,9													
			крупа рисовая	4	4	7	7													
			сливоч. масло для смазки	1,5	1,5	1,5	1,5													
Капуста тушеная	120	180	капуста свежая	158	126	236,4	189	4,1	3,8	5	69	18,8	5,5	5,3	7	94	25,5	428		
			масло сливочное	5	5	6	6													
			морковь	6	4,8	9	7,2													
			лук репчатый	9,2	7,8	12,7	10,8													
			томат-паста	5	5	8	8													
			мука	1,1	1,1	1,6	1,6													
Компот из кураги	150	200	курага	15	15	20	20	0,37	0	20,2	82	0,37	0,5	0	27	110	0,5	527		
			сахар	8	8	10	10													
			вода	143	143	190	190													
Хлеб пшеничный/	20/20	30/25	Хлеб пшеничный	20	20	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	2,28	0,24	14,76	70	0	114		
ржаной			хлеб ржаной	20	20	25	25	1,32	0,24	6,68	34	0	1,65	0,3	8,35	43	0	115		
Всего на обед:								20,31	31,35	79,62	540	37	28,63	39,57	105,2	694	48,7			
ПОЛДНИК																				
К/молочная продукция	180	200	К/молочная продукция	185	180	202	200	5,2	4,5	7,2	90	1,2	5,8	5	8	100	1,4	535		
Кондитерское изделие	21	38	кондитерское издел.	21	21	38	38	1,1	1,6	12,8	72	0	2,3	3	22,8	128	0	609		
Фрукты	100	100	фрукты	100	100	100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	0,4	0,4	9,8	47	10	12 118		

Всего на полдник:								6,7	6,5	29,8	209	11,2	8,5	8,4	40,6	275	11,4			
УЖИН																				
Овощи св. порционный	70	80	овощи	73,5	70	84	80	0,28	0,07	1,7	9	7	0,32	0,08	1,7	10,2	8		112	
Рыба запеченная с картофелем по -русски	180	230	рыба	90	82	90	82	13	6,6	17,8	176	7,3	16,6	8,4	21,7	225	8,8		346	
			масса готовой рыбы				65													
			картофель с 01.09-31.10	120,8	95	154,3	116													
			картофель с 31.10-31.12	139,2	95	167,1	116													
			картофель с 31.12-28.02	149,7	95	179,7	116													
			картофель с 29.02-01.09	162	95	195,7	116													
			масло сливочное	3,5	3,5	4	4													
			сухари	2,3	2,3	3	3													
			СОУС БЕЛЫЙ:		50		80												460	
			бульон		55		85													
			масло сливочное	2,5	2,5	3,5	3,5													
			мука	2,5	2,5	3,5	3,5													
Чай с лимоном	150/7	180/7	чай(сухой)/заварка(мл)	0,45/33	0,45/33	0,55/44	0,55/44	0,07	0	11,2	45	1,05	0,09	0	13,6	54	1,2		505	
			сахар	8	8	10	10													
			лимон	8	7	8	7													
Хлеб пшеничный/ржаной	20/20	25/25	хлеб пшеничный	20	20	25	25	1,52	0,16	9,84	47	0	1,52	0,16	9,84	47	0		114	
			хлеб ржаной	20	20	25	25	1,32	0,24	6,68	34	0	1,65	0,3	8,35	43	0		115	
Всего на ужин :								16,19	7,07	47,22	311	15,4	20,18	8,94	55,19	379,2	18			
Всего в день:								51,8	56,2	209	1417	69	68	70	265	1764	84,5			
НЕДЕЛЯ 2								7 ДЕНЬ												
Завтрак:																				
Яйцо вареное	1шт	1шт	яйцо	55	48,4	55	48,4	5,1	4,6	0,3	63	0	5,1	4,6	0,3	63	0		306	
Каша из хлопьев овсянн.	130	150	крупа "Геркулес"	13	13	19	19	3,9	5,2	16,2	128,0	0,8	4,6	6,1	18,7	148,0	1		272	
"Геркулес" молочная			молоко	90	90	95	95													
			вода	35	35	40	40													
			сахар	3	3	3,5	3,5													
			сливочное масло	3	3	3,5	3,5													
Кофейный напиток с молоком сгущенным	150	200	кофейный напиток	1,6	1,6	2	2	2,15	1,46	15,5	84	0,28	2,86	1,9	20,1	112	0,37		396	
			молоко сгущенное	28	28	37	37													
			замена на цел. молоко		70		92,5													
			вода	150	150	200	200													
Батон нарезной с маслом	20/5	25/5	батон нарезной	20	20	25	25	1,13	0,43	7,7	39	0	1,9	0,71	12,8	65	0		117	
			сливочное масло	5	5	5	5	0,025	4,1	0,04	37	0	0,025	4,1	0,04	37	0		111	
Всего на завтрак :								12,31	15,79	39,74	351	1,08	14,49	17,41	51,94	425	1,37			
ЗАВТРАК-2																				
Сок фруктовый	100	100	сок	100	100	100	100	0,5	0	10,1	46	4	0,5	0	10,1	46	4		537	
Всего на завтрак -2 :								0,5	0	10,1	46	4	0,5	0	10,1	46	4			
ОБЕД																				
Салат из моркови	60	70	морковь	42	33,6	49	39,2	0,95	5,05	2,95	61	2,3	1,14	6	3,54	73	2,7	13	27	

с зеленым горошком			зеленый горошек	31	24	36,2	28											
			масло растительное	5,5	5,5	6	6											
Борщ с капустой, курицей	150/25	200/30	курица I категории	33,5	25	40	30	1,09	3	6,39	57	6,8	1,44	4	8,48	76	8,24	133
картофелем	8	10	свекла	30	24	40	32											409
со сметаной			капуста	15	12	20,3	16											
			картофель с 01.09-31.10	16	12	21,4	16											
			картофель с 31.10-31.12	17,2	12	22,9	16											
			картофель с 31.12-28.02	18,5	12	24,6	16											
			картофель с 29.02-01.09	20	12	26,7	16											
			морковь	9,5	7,5	12,6	10											
			лук	11	9	9,9	8											
			томат-паста	2	2	2,4	2,4											
			растительное масло	3	3	3,2	3,2											
			сметана	8	8	10	10											
Запеканка из печени с рисом и соусом	130/30	150/30	печень говяжья	90,4	75,2	113	94	11,3	7,4	20,51	216	8,71	13	8,2	22,2	250	9,4	294
			крупа рисовая	19	19/53	26	26/71											
			лук репчатый	25	22	29	26											
			морковь	20	16	25	19											
			сливочное масло	4,5	4,5	5	5											
			яйцо	11	8,9	13,2	9,1											
			яйцо для смазки	2,8	2,5	3,3	3											
			масса полуфабриката		152		175											
			масса готовой запеканки		130		150											451
			СОУС СМЕТАННЫЙ		30		30											
			сметана	7,5	7,5	7,5	7,5											
			мука	0,8	0,8	0,8	0,8											
			вода	17	17	17	17											
			сливочное масло	0,8	0,8	0,8	0,8											
Компот из смеси сухофруктов	150	200	сухие фрукты	18	18	20	20	0,37	0	20,2	82	0,37	0,5	0	27	110	0,5	527
			сахар	8,5	8,5	10	10											
			вода	143	143	190	190											
Хлеб пшеничный/ ржаной	20/20	30/25	хлеб пшеничный	20	20	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	2,28	0,24	14,76	70	0	114
			хлеб ржаной	20	20	25	25	1,32	0,24	6,68	34	0	1,65	0,3	8,35	43	0	115
Всего на обед:								16,55	15,85	66,57	497	18,2	20,01	18,74	84,33	622	20,8	
ПОЛДНИК																		
Молоко	180	200	молоко	190	180	205	200	5,2	3,4	8,6	95	2,3	5,8	5	9,6	106	2,6	534
Пирожок печеный из сдобного теста с яблоком	50	60	тесто дрожжевое		36		43	2,9	3,1	17,5	109	0	3,5	3,7	21	131	0	562
			мука	29	29	33	33											
			сахар	1,7	1,7	2	2											
			масло сливочное	2,5	2,5	3	3											
			яйцо 55,0	3,5	3,1	4,2	3,4											
			дрожжи	0,8	0,8	0,8	0,8											
			молоко	7	7	7,5	7,5											

Фрукты	100	100	фрукты	100	100	100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	0,4	0,4	9,8	47	10	118		
Всего на полдник:								8,7	6,3	51,1	248	11,2	9,9	7,1	58,7	281	11,4			
УЖИН																				
Овощи св. порционный	50	80	овощи	52,5	50	84	80	0,2	0,05	1,2	6	5	0,32	0,08	1,7	10	8	112		
Рыба тушеная в томате с овощами	60	75	рыба (минтай)	96	75	120	93	11,8	2,2	7,74	98	2,9	13,8	2,56	9,03	114	3,4	349		
			вода		20		28													
			морковь	27,4	21,4	34,2	27													
			лук репчатый	18,8	15,4	23,6	19,3													
			томат паста	8	8	9,6	9,6													
			масло растительное	4,5	4,5	6	6													
			масса тушеной рыбы		60		75													
			масса туш.рыбы с овощами		120		140													
Картофельное пюре	110	150	картофель с 01.09-31.10	124,3	92,4	169,5	126	2,2	3,75	14,9	116	3,75	2,85	4,7	19,1	149	4,7	434		
			картофель с 31.10-31.12	132,3	92,4	180,4	126													
			картофель с 31.12-28.02	142,4	92,4	194,1	126													
			картофель с 29.02-01.09	154	92,4	210	126													
			сливочное масло	4,5	4,5	6	6													
			молоко	18	18	20	20													
Чай с сахаром	150	180	чай(сухой)/заварка(мл)	0,45/33	0,45/33	0,55/44	0,55/44	0,07	0	11,2	45	0	0,09	0	13,6	54	0	503		
			сахар	8	8	10	10													
			вода	94	94	175	175													
Хлеб пшеничный/ржаной	15/20	20/25	хлеб пшеничный	15	15	20	20	0,76	0,08	4,92	23	0	1,52	0,16	9,84	47	0	114		
			хлеб ржаной	20	20	25	25	1,32	0,24	6,68	34	0	1,65	0,3	8,35	43	0	115		
Всего на ужин :								16,35	6,32	46,64	322	11,7	20,23	7,8	61,62	417	8,1			
Всего в день:								44	35,1	196	1418	58	52,2	44,3	240	1684	64,4			
НЕДЕЛЯ 2								9 ДЕНЬ												
Завтрак:																				
Яйцо вареное	1шт	1шт	яйцо	55	48,4	55	48,4	5,1	4,6	0,3	63	0	5,1	4,6	0,3	63	0	306		
Каша пшеничная молочная	130	150	крупа	13	13	20	20	4	4,8	24	156,0	0,7	4,65	5,6	27,8	180,0	0,9	271		
			молоко	85	85	95	95													
			вода	50	50	60	60													
			сахар	3,5	3,5	4	4													
			сливочное масло	3,5	3,5	4	4													
Какао с молоком	150	200	какао-порошок	2,5	2,5	3	3	2,6	1,5	16,7	98	0,012	3,5	3,4	22,3	130	0,16	203		
			молоко сгущенное	28	28	37	37													
			замена на цел. молоко		70		92,5													
			вода	123	123	164	164													
Батон нарезной с сыром	20/8	25/12	батон нарезной	20	20	25	25	1,5	0,56	10,2	52	0	1,9	0,71	12,8	65	0	117		
			сыром	8,1	8	12,2	12	1,48	1,58	0,12	21	0	2,37	2,37	0,18	31,6	0	107		
Всего на завтрак :								14,68	13,04	51,32	390	0,71	17,52	16,68	63,38	469,6	1,06			
ЗАВТРАК-2																				
Фрукты	60	60	фрукты	60	60	60	60	0,24	0,24	5,8	28	6	0,24	0,24	5,8	28	6	118		
Всего на завтрак -2 :								0,24	0,24	5,8	28	6	0,24	0,24	5,8	28	6	17		

			вода	35	35	50	50												
			сахар	3,5	3,5	4	4												
			сливочное масло	3,5	3,5	4	4												
Кофейный напиток	150	200	кофейный напиток	1,6	1,6	2	2	2,15	1,46	15,5	84	0,28	2,86	1,9	20,1	112	0,37	396	
с молоком сгущенным			молоко сгущенное	28	28	37	37												
			замена на цел. молоко		70		92,5												
			вода	150	150	200	200												
Батон нарезной	20	25	батон нарезной	20	20	25	25	1,13	0,43	7,7	39	0	1,9	0,71	12,8	65	0	117	
с сыром	8	12	сыром	8,1	8	12,2	12	1,48	1,58	0,12	21	0	2,37	2,37	0,18	31	0	107	
Всего на завтрак :								14,2	16,3	47,8	409,0	1,3	17,3	18,8	61,0	501,0	1,6		
ЗАВТРАК-2																			
Сок фруктовый	100	100	сок	100	100	100	100	0,5	0	10,1	46	4	0,5	0	10,1	46	4	537	
Всего на завтрак -2 :								0,5	0	10,1	46	4	0,5	0	10,1	46	4		
ОБЕД																			
Салат из отварной	60	70	свекла	72,6	36	85	42	0,6	2,2	4,46	35	2,28	0,75	2,75	5,6	44	2,85	51	
свеклы			масло растительное	2,5	2,5	3	3												
Рассольник ленинградский	150/25	200/30	картофель с 01.09-31.10	60	45	80	60	1,2	3,2	9,8	72	4,6	1,6	4,2	13	97	6,1	139	
с курицей, сметана	8	10	картофель с 31.10-31.12	64,5	45	85,7	60												
			картофель с 31.12-28.02	69,3	45	92,2	60												
			картофель с 29.02-01.09	75	45	100,3	60												
			крупа перлов., рисов., овс.	3	3	5	5												
			лук репчатый	3,6	3	4,8	4												
			морковь	7,5	6	10	8												
			сливочное масло	3	3	4	4												
			сметана	8	8	10	10												
			огурец сол.консервир.	10,1	9	13,4	12												
			бульон		113		150												
			курица I категории	33,5	25	40	30												
Суфле из печени	60	80	печень говяжья	60	49,8	80	66,4	6,8	5,58	8,5	121	17,7	9,1	6,6	10,2	161	21,3	384	
			мука	9	9	12	12											2011e	
			молоко	18	18	20	20												
			растит. масло для смазки	1	1	1	1												
			яйцо 55,0	4,9	4	5,6	4,4												
Картофельное пюре	110	150	картофель с 01.09-31.10	124,3	92,4	169,5	126	2,2	3,75	14,9	116	3,75	2,85	4,7	19,1	149	4,7	434	
			картофель с 31.10-31.12	132,3	92,4	180,4	126												
			картофель с 31.12-28.02	142,4	92,4	194,1	126												
			картофель с 29.02-01.09	154	92,4	210	126												
			сливочное масло	4,5	4,5	6	6												
			молоко	18	18	20	20												
Компот из смеси	150	200	сухие фрукты	18	18	20	20	0,37	0	20,2	82	0,37	0,5	0	27	110	0,5	527	
сухофруктов			сахар	8,5	8,5	10	10												
			вода	143	143	190	190												
Хлеб пшеничный/	20/20	30/25	Хлеб пшеничный	20	20	30	30	1,52	0,16	9,84	47	0	2,28	0,24	14,76	70	0	20 114	

ржаной			хлеб ржаной	20	20	25	25	1,32	0,24	6,68	34	0	1,65	0,3	8,35	43	0	115	
Всего на обед:								13,41	12,93	69,92	472	26,4	17,98	16,04	92,41	630	32,6		
ПОЛДНИК																			
Молоко	180	200	молоко	190	180	205	200	5,2	3,4	8,6	95	2,3	5,8	5	9,6	106	2,6	534	
Кондитерское изделие	21	38	кондитерское издел.	21	21	38	38	1,1	1,6	12,8	72	0	2,3	3	22,8	128	0	609	
Фрукты	80	90	фрукты	80	80	90	90	0,28	0,28	6,88	32	7	0,31	0,31	7,74	37	7	118	
Всего на полдник:								6,58	5,28	28,28	199	9,3	8,41	8,31	40,14	271	9,6		
УЖИН																			
Овощи св. порционный	50	80	овощи	52,5	50	84	80	0,2	0,05	1,2	6	5	0,32	0,08	1,7	10	8	112	
Котлета мясная с соусом	60/30	60/30	мясо	69,6	51,6	69,6	51,6	10,6	10,5	8,58	121	0	10,6	10,5	8,58	121	0	386	
молочным			хлеб	11,5	11,5	11,5	11,5												
			молоко	14	14	14	14												
			сухари	6,6	6,6	6,6	6,6												
			масса полуфабриката		75		75												
			растительное масло	3	3	3	3												
			СОУС:		30		30											447	
			молоко	22,5	22,5	22,5	22,5												
			вода	7,5	7,5	7,5	7,5												
			сливочное масло	1,5	1,5	1,5	1,5												
			мука	1,5	1,5	1,5	1,5												
Макаронные изделия	100	150	макаронные изделия	34	34	51	51	3,7	0,5	19,3	76	0,01	8,6	0,86	33,5	99	0,015	297	
отварные			масло сливочное	4	4	6	6												
			масса отварн. макар. изд		97		146												
Чай с сахаром	150	180	чай(сухой)/заварка(мл)	0,45/33	0,45/33	0,55/44	0,55/44	0,07	0	11,2	45	0	0,09	0	13,6	54	0	503	
			сахар	8	8	10	10												
			вода	94	94	175	175												
Хлеб пшеничный/ржаной	15/20	20/25	хлеб пшеничный	15	15	20	20	0,76	0,08	4,92	23	0	0,76	0,08	4,92	23	0	114	
			хлеб ржаной	20	20	25	25	1,32	0,24	6,68	34	0	1,65	0,3	8,35	43	0	115	
Всего на ужин :								16,65	11,37	51,88	305	5,01	22,02	11,82	70,65	350	8,015		
Всего в день:								51,3	45,9	208,0	1431	46,1	66,2	55,0	274,3	1798	55,8		

средний показатель за 10 дней

54,1 51,4 209,1 1454 49,9 67,2 62,8 264,1 1803 60,1

норма в день по САНПИН

42 47 203 1400 54 60 264 1800

ГОТОВО