

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры Технологическая карта
			Б	Ж	У			
<b>1 неделя</b>								
<b>1 день</b>								
завтрак	Каша молочная« Дружба»	200	6,2	8,6	32,4	232	0,2	134
	Кофейный напиток на молоке	200	4,58	5,04	21,5	145,34	7,36	130
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	25/7	1,96	6,04	11,7	108,8	0,0	1
<b>итого</b>		<b>432</b>	<b>12,74</b>	<b>19,68</b>	<b>65,6</b>	<b>486,14</b>	<b>7,56</b>	
2 завтрак	Сок	200	1	0	20,2	85,34	4	399
<b>итого</b>		<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20,2</b>	<b>85,34</b>	<b>4</b>	
обед	Салат из свеклы с изюмом	60	0,8	3,2	9,2	67	0,4	18
	Суп рыбный из консервов	200	8,14	2,08	13,32	120,68	6,42	44
	Жаркое по -домашнему	180	9,56	9,78	17,46	219,37	3,69	96
	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	126
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,56	64,33	0	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	0	148
<b>итого</b>		<b>720</b>	<b>24,38</b>	<b>16,2</b>	<b>101,67</b>	<b>673,32</b>	<b>11,31</b>	
полдник	Молоко кипяченое	180	5,49	4,9	9,09	102,01	2,47	400
	Булка домашняя	90	6,7	6,81	43	260	0,02	186
		<b>270</b>	<b>12,19</b>	<b>11,71</b>	<b>52,09</b>	<b>362,01</b>	<b>2,49</b>	
ужин	Ленивые голубцы с томатным соусом	160/30	14,51	9,99	22,98	240,03	20,69	298,364
	Чай с лимоном	180	0,13	0,02	10,21	41	2,83	393
	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,54	10,47	53,61	0	147
<b>итого</b>		<b>395</b>	<b>16,18</b>	<b>10,55</b>	<b>43,66</b>	<b>334,64</b>	<b>23,52</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>2017</b>	<b>66,49</b>	<b>58,14</b>	<b>283,22</b>	<b>1941,45</b>	<b>48,88</b>	
<b>1 неделя</b>								
<b>2 день</b>								
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,6	9,0	20,64	187,04	0,9	131
	Какао с молоком	200	4,2	3,62	17,28	118,66	1,6	397

	Хлеб пшеничный с сыром	25/7	1,96	6,04	11,7	108,8	0,0	134
<b>итого</b>		<b>432</b>	<b>12,76</b>	<b>18,66</b>	<b>49,62</b>	<b>414,5</b>	<b>2,5</b>	
<b>2 завтрак</b>	Йогурт	180	5,4	4,14	8,1	129,6	1,98	б/н
<b>итого</b>		<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>4,14</b>	<b>8,1</b>	<b>129,6</b>	<b>1,98</b>	
обед	Салат из моркови	60	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	41
	Щи со сметаной	200	1,68	1,34	7,38	49,32	19,74	32
	Свекла тушеная со сметаной	180	2,91	3,32	18,72	107,46	2,05	340
	Котлета мясная	80	12	9,84	5,6	160	0,44	72
	компот из плодов шиповника	180	0,61	0,25	17,08	73,21	90	398
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,56	64,33	0	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	0	148
<b>итого</b>		<b>780</b>	<b>22,79</b>	<b>15,95</b>	<b>90,48</b>	<b>580,2</b>	<b>115,11</b>	
полдник	Фрукт	80	0,26	0,26	20,17	84,5	2,75	385
<b>итого</b>		<b>80</b>	<b>0,26</b>	<b>0,26</b>	<b>20,17</b>	<b>84,5</b>	<b>2,75</b>	
ужин								
	Запеканка творожная со сгущенным молоком	200/30	36,4	26,3	48,1	569	0,78	155
	Кисель	200	0	0	19,6	80	30	112
<b>итого</b>		<b>430</b>	<b>36,4</b>	<b>26,3</b>	<b>67,7</b>	<b>649</b>	<b>30,78</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1902</b>	<b>77,61</b>	<b>65,31</b>	<b>236,07</b>	<b>1865,8</b>	<b>153,12</b>	
Прием пищи <b>1 неделя 3 день</b>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры Технологическая карта
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша манная	200	6,6	9	20,64	187,04	0,9	133
	Чай с молоком	180	2,81	2,92	15,93	98,35	0,59	138
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	25/7/7	3,9	3,95	12,26	101,96	0,023	132
<b>итого</b>		<b>419</b>	<b>13,31</b>	<b>15,87</b>	<b>48,83</b>	<b>387,35</b>	<b>1,51</b>	
2 завтрак	Снежок	180	4,86	4,5	19,44	142,2	1,62	б/н
<b>Итого</b>		<b>180</b>	<b>4,86</b>	<b>4,5</b>	<b>19,44</b>	<b>142,2</b>	<b>1,62</b>	

обед	Салат из свеклы с черносливом	60	0,94	3,11	11,8	78,9	5,19	28
	Суп вермишелевый на к/б	200	6,18	4,42	11,18	100,8	0	156а
	Плов из курицы	180	16,74	1,89	35,37	389,7	0,68	100
	Компот из свежих фруктов	200	7,76	7,76	17,86	69,37	3,2	15
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,56	64,33	0	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	0	148
<b>итого</b>		<b>720</b>	<b>36,46</b>	<b>18,32</b>	<b>110,94</b>	<b>797,6</b>	<b>9,07</b>	
полдник	Сырники из творога	75/5	11,62	12,9	14,5	219,74	0,06	157
	Напиток из кураги	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	126
<b>итого</b>		<b>280</b>	<b>12,66</b>	<b>12,9</b>	<b>41,46</b>	<b>327,18</b>	<b>0,86</b>	
	Рыба с овощами	60	8,74	4,08	2,06	80	2,3	60
	Овощное рагу	180	4,5	6,1	17,33	151,58	10,12	342
	Чай с сахаром	180	10,8	2,75	11,7	44,35	5,4	136
	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,54	10,47	53,61	0	147
<b>итого</b>		<b>445</b>	<b>25,58</b>	<b>13,47</b>	<b>41,56</b>	<b>329,54</b>	<b>17,82</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>2044</b>	<b>93,59</b>	<b>65,06</b>	<b>262,23</b>	<b>1983,87</b>	<b>30,88</b>	
Прием пищи <b>1 неделя 4 день</b>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры Технологическая карта
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	9,08	10,36	40,18	289,98	1,62	311
	Кофейный напиток на молоке	200	4,58	5,04	21,5	145,34	7,36	130
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	25/7	1,96	6,04	11,7	108,8	0,0	1
<b>итого</b>		<b>432</b>	<b>15,62</b>	<b>21,44</b>	<b>73,38</b>	<b>544,12</b>	<b>8,98</b>	
2 завтрак	Сок	200	1	0	20,2	85,34	4	399
		<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20,2</b>	<b>85,34</b>	<b>4</b>	
Обед	Салат из репчатого лука	40	0,53	2,47	3,12	36,84	3,8	11
	Борщ	200	1,28	3,88	8,74	75	8,44	56

	Каша гречневая	130	7,41	6,27	35,69	234,44	0	67
	Гуляш	47	6,06	4,79	1,54	73,43	0,32	277
	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	126
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,56	64,33	0	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	0	148
<b>итого</b>		<b>697</b>	<b>21,16</b>	<b>18,55</b>	<b>110,78</b>	<b>685,98</b>	<b>13,36</b>	
полдник	печенье	20	4,1	2,3	13,2	94	0	151
	Молоко кипяченое	180	5,49	4,9	9,09	102,01	2,47	400
<b>итого</b>		<b>200</b>	<b>9,59</b>	<b>7,2</b>	<b>22,29</b>	<b>196,01</b>	<b>2,47</b>	
ужин	Макаронные отварные с сыром	200	12,38	13,34	30,28	290,66	0,18	206
	Чай с лимоном	180	0,13	0,02	10,21	41	2,83	393
	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,54	10,47	53,61	0	147
<b>итого</b>		<b>405</b>	<b>14,05</b>	<b>13,9</b>	<b>50,96</b>	<b>385,27</b>	<b>3,01</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1980</b>	<b>63,15</b>	<b>63,62</b>	<b>285,56</b>	<b>1957,99</b>	<b>32,14</b>	
Прием пищи <b>1 неделя</b> <b>5 день</b>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры Технологическая карта
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша рисовая молочная	200	5	8,2	30,3	215	0,22	415
	Кофейный напиток	200	4,58	5,04	21,5	145,34	7,36	130
	Хлеб пшеничный с сыром	25/7	1,96	6,04	11,7	108,8	0,0	134
<b>итого</b>		<b>432</b>	<b>11,54</b>	<b>19,28</b>	<b>63,5</b>	<b>469,14</b>	<b>7,58</b>	
2 завтрак	Фрукт	150	0,6	0,6	14,7	66	15	368
<b>итого</b>		<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,7</b>	<b>66</b>	<b>15</b>	368
обед	Салат из свеклы с изюмом	60	0,8	3,2	9,2	67	0,4	18
	Рассольник	200	3,38	1,9	12,24	94,74	7,3	73
	Капуста тушеная	180	3,82	8,06	8,37	143,64	20,34	50
	Ежики в томатном соусе	80	8,8	13,06	9,66	191,34	0,36	79
	Компот из кураги	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	126

	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,56	64,33	0	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	0	148
<b>итого</b>		<b>800</b>	<b>22,68</b>	<b>27,36</b>	<b>101,16</b>	<b>762,99</b>	<b>29,2</b>	
полдник								
	Яйцо отварное	60	7,62	6,9	0,42	94,5	0	213
	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,54	10,47	53,61	0	147
	Напиток из изюма	180	0,13	0,018	10,2	41	2,83	13
		<b>265</b>	<b>9,29</b>	<b>7,46</b>	<b>21,09</b>	<b>198,11</b>	<b>2,83</b>	
<b>итого</b>								
	Картофельное пюре	150	3,49	4,8	14,7	117	10,37	104
	Рыбная котлета	80	17,88	2,49	4,77	109,3	0,5	88
	Чай с лимоном	180	0,13	0,02	10,21	41	2,83	393
	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,54	10,47	53,61	0	147
<b>итого</b>		<b>435</b>	<b>23,04</b>	<b>7,85</b>	<b>40,15</b>	<b>320,91</b>	<b>13,7</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>2082</b>	<b>67,15</b>	<b>62,55</b>	<b>240,6</b>	<b>1817,15</b>	<b>68,13</b>	
Прием пищи <b>2 неделя 6 день</b>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры Технологическая карта
			Б	Ж	У			
завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,6	9,0	20,64	187,04	0,9	131
	Чай с молоком	180	2,81	2,92	15,93	98,35	0,59	138
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	25/7	1,96	6,04	11,7	108,8	0,0	1
<b>итого</b>		<b>405</b>	<b>10,95</b>	<b>12,46</b>	<b>47,04</b>	<b>339</b>	<b>1,49</b>	
2 завтрак	Напиток лимонный	150	0,23	0	28,92	118,13	14,63	436
<b>итого</b>		<b>150</b>	<b>0,23</b>	<b>0</b>	<b>28,92</b>	<b>118,13</b>	<b>14,63</b>	
обед	Салат из репчатого лука	40	0,53	2,47	3,12	36,84	3,8	11
	Суп рыбный из консервов	200	8,14	2,08	13,32	120,68	6,42	44
	Жаркое по -домашнему	180	9,56	9,78	17,46	219,37	3,69	96
	компот из плодов шиповника	180	0,61	0,25	17,08	73,21	90	398
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,56	64,33	0	147

	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	0	148
<b>итого</b>		<b>680</b>	<b>23,68</b>	<b>15,72</b>	<b>85,71</b>	<b>608,93</b>	<b>103,91</b>	
полдник	Пирожок печеный с картошкой	70	4,78	6,93	20,64	174,43	0,92	142
	Кисель	200	0	0	19,6	80	30	112
<b>итого</b>		<b>270</b>	<b>4,78</b>	<b>6,93</b>	<b>40,24</b>	<b>254,43</b>	<b>30,92</b>	
ужин	Омлет	100	7,85	9,06	3,21	124,93	0,18	79
	Чай с сахаром	180	10,8	2,75	11,7	44,35	5,4	136
	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,54	10,47	53,61	0	147
<b>итого</b>		<b>305</b>	<b>20,19</b>	<b>12,35</b>	<b>25,38</b>	<b>222,89</b>	<b>5,58</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1810</b>	<b>59,83</b>	<b>47,46</b>	<b>227,29</b>	<b>1543,38</b>	<b>156,53</b>	
Прием пищи <b>2 неделя 7 день</b>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры Технологическая карта
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша овсяная «Геркулесовая» молочная вязкая	200	8,16	9,84	35,6	264	0,5	174
	Кофейный напиток на молоке	200	4,58	5,04	21,5	145,34	7,36	130
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	25/7	1,96	6,04	11,7	108,8	0,0	1
<b>итого</b>		<b>432</b>	<b>14,7</b>	<b>20,92</b>	<b>68,8</b>	<b>518,14</b>	<b>7,86</b>	
2 завтрак	Йогурт	180	5,4	4,14	8,1	129,6	1,98	б/н
<b>Итого</b>		<b>180</b>	<b>5,4</b>	<b>4,14</b>	<b>8,1</b>	<b>129,6</b>	<b>1,98</b>	
обед	Салат из моркови	60	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	41
	Борщ со сметаной	200	7,92	5,82	10,98	128	12,5	62
	Овощное рагу	180	4,5	6,1	17,33	151,58	10,12	348
	Тефтели мясные	80	5,91	6,55	7,81	114	0,57	286
	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	126
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,56	64,33	0	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	0	148
<b>итого</b>		<b>800</b>	<b>24,96</b>	<b>19,67</b>	<b>104,78</b>	<b>691,23</b>	<b>26,87</b>	

полдник	Сок	200	1	0	20,2	85,34	4	399
	печенье	20	4,1	2,3	13,2	94	0	151
<b>итого</b>		<b>220</b>	<b>5,1</b>	<b>2,3</b>	<b>33,4</b>	<b>179,34</b>	<b>4</b>	
ужин	Запеканка творожная с изюмом	150	21,24	14,58	17,72	290,27	0,84	82
	Чай с лимоном	180	0,13	0,02	10,21	41	2,83	393
	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,54	10,47	53,61	0	147
<b>итого</b>		<b>355</b>	<b>22,91</b>	<b>15,14</b>	<b>38,4</b>	<b>384,88</b>	<b>3,67</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1987</b>	<b>73,07</b>	<b>62,17</b>	<b>253,48</b>	<b>1903,19</b>	<b>44,38</b>	
Прием пищи <b>2 неделя</b> <b>8 день</b>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры Технологическая карта
			Б	Ж	У			
завтрак	Пудинг из творога запеченный	150	20,85	16,5	34,8	382,5	0,29	266
	Какао с молоком	200	4,2	3,62	17,28	118,66	1,6	397
	Хлеб пшеничный с маслом с сыром	25/7/7	3,9	3,95	12,26	101,96	0,023	132
<b>итого</b>		<b>382</b>	<b>27,01</b>	<b>26,16</b>	<b>63,78</b>	<b>609,96</b>	<b>1,89</b>	
2 завтрак	Фрукт	80	0,32	0,32	24,83	104	3,39	385
<b>итого</b>		<b>80</b>	<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>24,83</b>	<b>104</b>	<b>3,39</b>	
	Щи со сметаной	200	1,68	1,34	7,38	49,32	19,74	32
	Свекла тушеная со сметаной	180	2,91	3,32	18,72	107,46	2,05	340
	Котлета мясная	80	12	9,84	5,6	160	0,44	72
	Компот из свежих фруктов	200	7,76	7,76	17,86	69,37	3,2	15
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,56	64,33	0	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	0	148
<b>итого</b>		<b>740</b>	<b>29,19</b>	<b>23,4</b>	<b>84,29</b>	<b>544,98</b>	<b>25,43</b>	
полдник	Снежок	180	4,86	4,5	19,44	142,2	1,62	б/н
	Булка домашняя	90	6,7	6,81	43	260	0,02	186
<b>итого</b>		<b>270</b>	<b>11,56</b>	<b>11,31</b>	<b>62,44</b>	<b>402,2</b>	<b>1,64</b>	

	Рыба с овощами	60	8,74	4,08	2,06	80	2,3	60
	Каша перловая рассыпчатая	200	6,02	0,7	0,58	206,76	0	299
	Напиток из изюма	180	0,13	0,018	10,2	41	2,83	13
	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,54	10,47	53,61	0	147
<b>итого</b>		<b>465</b>	<b>16,43</b>	<b>5,33</b>	<b>23,31</b>	<b>381,37</b>	<b>5,13</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1937</b>	<b>84,51</b>	<b>66,52</b>	<b>258,65</b>	<b>2042,51</b>	<b>37,48</b>	
Прием пищи <b>2 неделя 9 день</b>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры Технологическая карта
			Б	Ж	У			
завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	9,08	10,36	40,18	289,98	1,62	189
	Чай с молоком	180	2,81	2,92	15,93	98,35	0,59	138
	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	25/7	1,96	6,04	11,7	108,8	0,0	1
<b>итого</b>		<b>412</b>	<b>13,85</b>	<b>19,32</b>	<b>67,81</b>	<b>497,13</b>	<b>2,21</b>	
2 завтрак	Напиток из кураги	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	126
<b>итого</b>		<b>200</b>	<b>1,04</b>	<b>0</b>	<b>26,96</b>	<b>107,44</b>	<b>0,8</b>	
обед	Салат из репчатого лука	40	0,53	2,47	3,12	36,84	3,8	11
	Суп гороховый со сметаной	200	5,72	0,48	16,12	101,88	4,26	37
	Капуста тушеная	180	3,82	8,06	8,37	143,64	20,34	50
	Ежики в томатном соусе	80	8,8	13,06	9,66	191,34	0,36	79
	Компот из кураги	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	126
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,56	64,33	0	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	0	148
<b>итого</b>		<b>780</b>	<b>24,75</b>	<b>25,21</b>	<b>98,96</b>	<b>739,97</b>	<b>29,56</b>	
полдник	Печенье	20	4,1	2,3	13,2	94	0	151
	Фрукт	150	0,6	0,6	14,7	66	15	368
<b>итого</b>		<b>170</b>	<b>4,7</b>	<b>2,9</b>	<b>27,9</b>	<b>160</b>	<b>15</b>	
	Чай с сахаром	180	10,8	2,75	11,7	44,35	5,4	136
	Макароны с маслом	150	5,76	0,83	31,14	155,1	0	204

	Сосиска отварная	50	5,5	11,95	0,2	130	0	385
	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,54	10,47	53,61	0	147
<b>итого</b>		<b>405</b>	<b>23,6</b>	<b>16,07</b>	<b>53,51</b>	<b>383,06</b>	<b>5,4</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1967</b>	<b>67,94</b>	<b>63,5</b>	<b>275,14</b>	<b>1887,6</b>	<b>52,97</b>	
Прием пищи <b>2 неделя</b> <b>10 день</b>	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры Технологическая карта
			Б	Ж	У			
завтрак	Суп молочный пшеничный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	0,92	94
	Какао с молоком	200	4,2	3,62	17,28	118,66	1,6	397
	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,54	10,47	53,61	0	147
<b>итого</b>		<b>432</b>	<b>10,98</b>	<b>14,74</b>	<b>45,82</b>	<b>359,86</b>	<b>2,52</b>	
2 завтрак	Сок	200	1	0	20,2	85,34	4	399
<b>итого</b>		<b>200</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>20,2</b>	<b>85,34</b>	<b>4</b>	
обед	Салат из моркови	60	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	41
	Суп овощной на курином бульоне	200	3,44	0,5	8,36	61,2	14,34	770
	Рис отварной	180	4,37	6,44	44,03	251,64	0	315
	Куриные биточки	80	11,85	12,34	7,93	190,66	0,4	306
	Компот из сухофруктов	200	1,04	0	26,96	107,44	0,8	126
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,56	64,33	0	147
	Хлеб ржаной	50	3	0,5	22,17	94,5	0	148
<b>итого</b>		<b>800</b>	<b>26,29</b>	<b>20,48</b>	<b>128,98</b>	<b>801,15</b>	<b>19,22</b>	
полдник	Булочка с повидлом	100	5,9	3,1	54,6	265	0,08	177
	Чай с сахаром	180	10,8	2,75	11,7	44,35	5,4	136
<b>итого</b>		<b>280</b>	<b>16,7</b>	<b>5,85</b>	<b>66,3</b>	<b>309,35</b>	<b>5,48</b>	
	Картофельное пюре	150	3,49	4,8	14,7	117	10,37	104
	Рыбная котлета	80	17,88	2,49	4,77	109,3	0,5	88
	Хлеб пшеничный	25	1,54	0,54	10,47	53,61	0	147
	Кисель	200	0	0	19,6	80	30	112

<b>итого</b>		<b>455</b>	<b>22,91</b>	<b>7,83</b>	<b>49,54</b>	<b>359,91</b>	<b>40,87</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>2167</b>	<b>77,88</b>	<b>48,9</b>	<b>310,84</b>	<b>1915,61</b>	<b>72,09</b>	
<b>Итого за весь период</b>		<b>19893</b>	<b>731,22</b>	<b>603,23</b>	<b>2633,08</b>	<b>18858,55</b>	<b>696,6</b>	
<b>Среднее значение за период</b>		<b>1989,3</b>	<b>73,12</b>	<b>60,32</b>	<b>263,31</b>	<b>1885,86</b>	<b>69,66</b>	
<b>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</b>			<b>3,8</b>	<b>3,2</b>	<b>13,96</b>			