

**Меню для детей в возрасте 3-7 лет, посещающих дошкольные общеобразовательных учреждений с ужинами**

№	Наименование	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг						№ ТК (Вариант 1)
							В 1	С	А	Е мг, ток. экв.	Са	Р	Mg	Fe	В2	I, мкг	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Олады со сгущенным молоком	160	7,01	6,57	36,23	232,44	0,19	0,41	21,06	0,16	96,89	163,15	45,25	1,26	0,11	8,41	120201
2	Чай с сахаром	200	3,90	3,84	17,66	120,49	0,02	0,72	18,00	0,00	145,50	109,20	16,80	0,15	0,16	10,80	160104
3	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	15	2,32	2,95	0,00	36,40	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>14,83</b>	<b>13,97</b>	<b>63,89</b>	<b>441,32</b>	<b>0,24</b>	<b>1,20</b>	<b>65,06</b>	<b>0,55</b>	<b>347,09</b>	<b>343,15</b>	<b>68,15</b>	<b>1,75</b>	<b>0,30</b>	<b>19,21</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Фрукты и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	1,20	0,40	16,80	76,80	0,03	8,00	0,00	0,32	6,40	22,40	33,60	0,48	0,04	0,00	210103
	<b>Итого:</b>		<b>1,20</b>	<b>0,40</b>	<b>16,80</b>	<b>76,80</b>	<b>0,03</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,32</b>	<b>6,40</b>	<b>22,40</b>	<b>33,60</b>	<b>0,48</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из огурцов и томатов	40	0,96	6,11	5,46	80,92	0,04	4,99	0,00	2,73	22,91	28,40	12,44	0,54	0,03	2,86	100501
2	Суп с вермишелью на мясном бульоне	180	4,45	2,38	15,88	93,36	0,12	10,20	0,00	1,02	19,61	61,58	24,95	0,94	0,08	5,14	110330
3	Гуляш из отварного мяса	70	11,35	10,44	2,08	145,70	0,04	0,78	4,83	0,30	9,97	112,85	14,78	1,64	0,09	4,36	120549
4	Каша гречневая	120	4,42	3,49	28,20	161,99	0,07	0,00	10,80	0,64	12,44	36,35	6,66	0,68	0,02	0,92	130401
5	Напиток из плодов сухих	200	0,28	0,06	21,88	89,58	0,02	0,00	0,06	0,06	10,02	15,48	5,04	0,40	0,01	0,00	160242
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>24,37</b>	<b>23,30</b>	<b>91,69</b>	<b>663,56</b>	<b>0,33</b>	<b>15,97</b>	<b>15,69</b>	<b>5,26</b>	<b>129,66</b>	<b>321,46</b>	<b>71,46</b>	<b>5,06</b>	<b>0,24</b>	<b>15,28</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Пирожок с яблоком	50	3,08	2,06	29,95	148,50	0,05	0,33	1,50	0,89	21,25	37,29	6,65	0,57	0,04	1,75	190301-1
2	Кефир	200	5,80	6,40	7,60	118,00	0,08	1,60	40,00	0,00	240,00	196,00	30,00	0,20	0,32	18,00	230101
	<b>Итого:</b>		<b>8,88</b>	<b>8,46</b>	<b>37,55</b>	<b>266,50</b>	<b>0,13</b>	<b>1,93</b>	<b>41,50</b>	<b>0,89</b>	<b>261,25</b>	<b>233,29</b>	<b>36,65</b>	<b>0,77</b>	<b>0,36</b>	<b>19,75</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Рыбные палочки	60	8,32	7,67	6,72	124,84	0,04	0,65	24,25	0,65	21,16	73,43	8,93	0,69	0,07	2,85	120611
2	Рис отварной с маслом сливочным	120	3,21	6,18	11,14	115,16	0,06	48,30	0,00	2,90	291,80	64,15	32,96	1,19	0,08	5,61	130201
3	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	17,26	70,08	0,00	1,80	0,00	0,04	4,92	3,60	3,12	0,11	0,00	0,24	160204 160231
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>13,22</b>	<b>14,48</b>	<b>45,11</b>	<b>362,08</b>	<b>0,13</b>	<b>50,75</b>	<b>24,25</b>	<b>3,93</b>	<b>322,57</b>	<b>157,98</b>	<b>47,61</b>	<b>2,22</b>	<b>0,15</b>	<b>8,70</b>	
<b>Ужин 2</b>																	
1	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>1,46</b>	<b>3,58</b>	<b>28,41</b>	<b>127,30</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>2,00</b>	<b>0,70</b>	<b>9,57</b>	<b>23,77</b>	<b>4,00</b>	<b>0,45</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>63,96</b>	<b>64,18</b>	<b>283,46</b>	<b>1937,56</b>	<b>0,87</b>	<b>77,85</b>	<b>148,50</b>	<b>11,66</b>	<b>1076,52</b>	<b>1102,05</b>	<b>261,48</b>	<b>10,73</b>	<b>1,10</b>	<b>62,94</b>	
<b>День 2(вторник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет натуральный, запеченный	100	10,44	11,24	1,95	150,71	0,06	0,18	10,58	0,47	78,71	171,87	13,26	1,92	0,37	17,88	120301
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	126,86	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110 140112 140113
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>15,91</b>	<b>23,49</b>	<b>31,51</b>	<b>404,37</b>	<b>2,50</b>	<b>0,78</b>	<b>55,58</b>	<b>0,91</b>	<b>225,91</b>	<b>305,41</b>	<b>45,86</b>	<b>3,91</b>	<b>0,52</b>	<b>35,78</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Фрукты и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,72	0,16	6,48	34,40	0,03	48,00	0,00	0,16	27,20	18,40	10,40	0,24	0,02	1,60	210102
	<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,16</b>	<b>6,48</b>	<b>34,40</b>	<b>0,03</b>	<b>48,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>27,20</b>	<b>18,40</b>	<b>10,40</b>	<b>0,24</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	
<b>Обед</b>																	

1	Винегрет овощной	40	7,37	6,00	1,33	89,12	0,02	1,62	8,40	1,55	68,02	253,04	19,07	0,59	0,06	34,09	100612-1
2	Суп картофельный с булгуром	180	4,62	3,66	12,44	100,98	0,04	1,20	14,72	0,33	9,70	26,91	6,92	0,47	0,02	1,00	110333
3	Суфле из отварной птицы (цыплята)/соус красный основной	4	10,38	9,83	5,60	146,99	0,05	0,78	29,06	0,76	29,50	96,02	10,93	0,90	0,11	5,08	120620
4	Изделия макаронные отварные	120	2,08	6,18	14,03	119,84	0,09	9,28	0,00	2,82	21,65	56,76	26,12	0,87	0,07	4,45	130203
5	Напиток фруктово-ягодный	200	0,46	0,15	29,11	125,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>27,83</b>	<b>26,64</b>	<b>80,71</b>	<b>673,93</b>	<b>0,25</b>	<b>64,87</b>	<b>52,22</b>	<b>6,33</b>	<b>195,36</b>	<b>511,21</b>	<b>75,36</b>	<b>4,23</b>	<b>0,30</b>	<b>46,62</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Пирожок с вишней	50	4,57	2,89	25,41	145,81	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,06	3,06	190107
2	Коктель молочный или снежок	200	5,80	6,40	8,00	118,00	0,06	1,40	40,00	0,00	240,00	190,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103
	<b>Итого:</b>		<b>10,37</b>	<b>9,29</b>	<b>33,41</b>	<b>263,81</b>	<b>0,12</b>	<b>1,50</b>	<b>46,91</b>	<b>0,59</b>	<b>269,51</b>	<b>242,72</b>	<b>36,05</b>	<b>0,74</b>	<b>0,40</b>	<b>21,06</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Нагесы куриные/соус красный собственного приготовления	50\20	7,58	2,00	7,62	79,03	0,04	0,41	4,55	0,92	142,28	209,28	13,25	0,32	0,04	58,45	120401
2	Каша гречневая	120	3,42	4,39	27,59	163,83	0,20	16,91	13,50	0,21	27,28	99,19	38,96	1,54	0,14	8,86	130105
3	Кисель абрикосовый(фруктовый)	200	0,53	0,03	19,19	78,75	0,01	0,40	0,00	0,55	20,15	18,45	10,50	1,13	0,02	0,00	160219 160228
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>13,12</b>	<b>7,02</b>	<b>64,40</b>	<b>373,61</b>	<b>0,28</b>	<b>17,72</b>	<b>18,05</b>	<b>2,02</b>	<b>194,41</b>	<b>343,71</b>	<b>65,31</b>	<b>3,23</b>	<b>0,21</b>	<b>67,31</b>	
<b>Ужин2</b>																	
1	Компот из плодов свежих	200	0,06	0,06	21,35	86,38	0,00	1,40	0,00	0,03	2,84	1,54	1,26	0,37	0,00	0,28	160209-1
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>1,52</b>	<b>3,64</b>	<b>39,77</b>	<b>173,78</b>	<b>0,02</b>	<b>1,40</b>	<b>2,00</b>	<b>0,73</b>	<b>8,64</b>	<b>19,54</b>	<b>5,26</b>	<b>0,79</b>	<b>0,01</b>	<b>0,28</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>69,47</b>	<b>70,23</b>	<b>256,27</b>	<b>1923,89</b>	<b>3,21</b>	<b>134,26</b>	<b>174,75</b>	<b>10,73</b>	<b>921,04</b>	<b>1440,98</b>	<b>238,24</b>	<b>13,13</b>	<b>1,46</b>	<b>172,64</b>	
<b>День 3 (среда)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	180	6,56	7,16	30,75	214,22	0,06	0,73	29,16	0,45	155,90	135,97	22,22	0,44	0,17	11,34	120205
2	Чай с сахаром	200	1,20	1,28	11,87	63,90	0,01	0,24	6,00	0,00	52,17	42,17	5,60	0,07	0,05	3,60	160108
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое,Сыр	10\15	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110 140112 140113
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>9,44</b>	<b>17,29</b>	<b>52,70</b>	<b>404,92</b>	<b>0,09</b>	<b>0,97</b>	<b>65,16</b>	<b>0,89</b>	<b>213,96</b>	<b>196,84</b>	<b>30,42</b>	<b>0,77</b>	<b>0,24</b>	<b>15,84</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Фрукты и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,32	0,24	8,24	37,60	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,32</b>	<b>0,24</b>	<b>8,24</b>	<b>37,60</b>	<b>0,02</b>	<b>4,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,32</b>	<b>15,20</b>	<b>12,80</b>	<b>9,60</b>	<b>1,84</b>	<b>0,02</b>	<b>0,80</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из капусты китайской с кукурузой и растительным маслом	40	0,73	4,25	3,89	57,50	0,03	2,82	0,00	2,07	15,23	31,10	21,43	0,39	0,04	2,82	100301
2	Рассольник ленинградский на мясном бульоне	180	3,68	3,98	11,55	89,98	0,08	11,99	15,20	0,18	70,15	52,31	21,48	0,81	0,07	4,86	110207
4	Рагу из овощей с куриным филе	180	10,45	7,24	2,92	128,68	0,17	17,82	2515,98	0,61	254,14	198,86	12,54	7,89	1,16	8,62	120536
6	Кисель из смородины быстрозамороженной	200	0,11	0,04	24,45	98,13	0,00	10,00	0,00	0,07	9,53	8,69	3,10	0,18	0,00	0,10	160203
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>25,83</b>	<b>23,10</b>	<b>83,86</b>	<b>650,09</b>	<b>0,51</b>	<b>42,62</b>	<b>2541,98</b>	<b>3,87</b>	<b>414,85</b>	<b>506,93</b>	<b>149,56</b>	<b>16,97</b>	<b>1,39</b>	<b>21,84</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Пирожок с картофелем	50	3,53	4,55	31,48	180,69	0,06	0,00	15,00	0,53	8,55	29,57	5,30	0,44	0,02	0,94	190113
2	Сок фруктовый	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102
	<b>Итого:</b>		<b>11,33</b>	<b>9,55</b>	<b>39,88</b>	<b>288,69</b>	<b>0,06</b>	<b>0,60</b>	<b>55,00</b>	<b>0,53</b>	<b>256,55</b>	<b>213,57</b>	<b>33,30</b>	<b>0,64</b>	<b>0,28</b>	<b>0,94</b>	
<b>Ужин</b>																	

1	Шницель рубленый куриный	50	11,21	10,86	4,01	152,69	0,04	0,86	32,63	0,69	20,13	93,43	9,82	0,86	0,10	5,18	120615
2	Рис отварной с маслом сливочным	120	2,64	4,99	14,02	110,89	0,03	15,53	21,00	0,22	108,00	72,34	34,85	2,20	0,07	11,78	130209
3	Компот из плодов или ягод	200	0,13	0,01	22,40	92,54	0,01	5,60	0,00	0,03	6,26	3,08	1,68	0,15	0,00	0,00	160213
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>15,57</b>	<b>16,47</b>	<b>50,43</b>	<b>408,11</b>	<b>0,10</b>	<b>21,98</b>	<b>53,63</b>	<b>1,28</b>	<b>139,09</b>	<b>185,65</b>	<b>48,94</b>	<b>3,46</b>	<b>0,18</b>	<b>16,95</b>	
<b>Ужин2</b>																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>7,46</b>	<b>9,98</b>	<b>27,82</b>	<b>207,40</b>	<b>0,06</b>	<b>1,20</b>	<b>32,00</b>	<b>0,70</b>	<b>247,80</b>	<b>200,00</b>	<b>32,00</b>	<b>0,62</b>	<b>0,27</b>	<b>18,00</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>69,94</b>	<b>76,63</b>	<b>262,92</b>	<b>1996,82</b>	<b>0,83</b>	<b>71,37</b>	<b>2747,77</b>	<b>7,59</b>	<b>1287,46</b>	<b>1315,79</b>	<b>303,83</b>	<b>24,29</b>	<b>2,39</b>	<b>74,37</b>	
<b>День 4 (четверг)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Запеканка из творога	100	17,96	11,43	20,14	255,22	0,15	0,46	56,00	0,38	274,64	539,24	23,10	0,57	0,27	1,33	120305
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
4	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	20	0,72	0,85	5,55	32,80	0,01	0,10	4,20	0,02	31,70	21,90	3,40	0,02	0,04	0,90	140201
5	Какао на молоке	200	3,67	3,48	14,63	105,46	0,02	0,54	13,50	0,01	114,32	108,10	29,60	1,00	0,13	8,10	160101
	<b>Итого:</b>		<b>23,95</b>	<b>16,36</b>	<b>50,32</b>	<b>445,48</b>	<b>0,20</b>	<b>1,10</b>	<b>73,70</b>	<b>0,76</b>	<b>425,36</b>	<b>686,04</b>	<b>58,70</b>	<b>1,83</b>	<b>0,43</b>	<b>10,33</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Плоды и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	210110
	<b>Итого:</b>		<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>7,84</b>	<b>37,60</b>	<b>0,02</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>12,80</b>	<b>8,80</b>	<b>7,20</b>	<b>1,76</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат "Радуга"(картоф,кукур,морк,огурец свеж)	40	0,42	7,25	1,32	72,12	0,02	5,28	0,00	3,22	12,70	22,43	7,43	0,32	0,02	1,58	100507
2	Суп из овощей	180	2,63	5,80	13,36	116,14	0,11	17,74	10,00	1,94	146,17	67,00	26,05	0,92	0,09	5,24	110305
3	Тефтели мясные с соусом собственного производства	90	5,89	5,84	7,99	108,28	0,04	1,70	1,05	0,93	19,44	69,15	10,87	0,94	0,06	2,75	120539
4	Рис отварной с маслом сливочным	120	4,42	3,49	28,20	161,99	0,07	0,00	10,80	0,64	12,44	36,35	6,66	0,68	0,02	0,92	130401
5	Компот из плодов сухих	200	0,27	0,06	24,41	100,68	0,01	18,00	0,00	0,06	10,86	6,90	3,90	0,16	0,01	0,60	160212
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>16,55</b>	<b>23,26</b>	<b>93,47</b>	<b>651,21</b>	<b>0,29</b>	<b>42,72</b>	<b>21,85</b>	<b>7,31</b>	<b>256,30</b>	<b>268,63</b>	<b>62,50</b>	<b>3,87</b>	<b>0,21</b>	<b>13,10</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Вафли	50	4,09	3,51	24,65	146,37	0,06	0,08	9,38	0,55	24,63	46,18	7,02	0,50	0,05	2,69	190102
2	Кисель ягодный	200	5,60	6,00	20,80	160,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104
	<b>Итого:</b>		<b>9,69</b>	<b>9,51</b>	<b>45,45</b>	<b>306,37</b>	<b>0,12</b>	<b>1,28</b>	<b>29,38</b>	<b>0,55</b>	<b>272,63</b>	<b>236,18</b>	<b>37,02</b>	<b>0,70</b>	<b>0,35</b>	<b>20,69</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Птица отварная(куриное филе)	50	14,04	11,96	0,00	154,70	0,05	1,17	45,50	0,00	11,87	107,55	11,79	1,05	0,10	3,90	120603
2	Каша гречневая рассыпчатая	120	3,38	4,18	35,62	186,84	0,05	1,50	13,50	0,29	11,78	78,99	28,58	0,62	0,03	1,99	130312
3	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	17,26	70,08	0,00	1,80	0,00	0,04	4,92	3,60	3,12	0,11	0,00	0,24	160204 160231
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>19,12</b>	<b>16,76</b>	<b>62,87</b>	<b>463,62</b>	<b>0,12</b>	<b>4,47</b>	<b>59,00</b>	<b>0,67</b>	<b>33,27</b>	<b>206,94</b>	<b>46,09</b>	<b>2,02</b>	<b>0,14</b>	<b>6,13</b>	
<b>Ужин 2</b>																	
1	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	21,88	89,58	0,02	0,00	0,06	0,06	10,02	15,48	5,04	0,40	0,01	0,00	160242
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>1,74</b>	<b>3,64</b>	<b>40,30</b>	<b>176,98</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	<b>2,06</b>	<b>0,76</b>	<b>15,82</b>	<b>33,48</b>	<b>9,04</b>	<b>0,82</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>71,36</b>	<b>69,85</b>	<b>300,25</b>	<b>2081,26</b>	<b>0,78</b>	<b>57,57</b>	<b>185,99</b>	<b>10,20</b>	<b>1016,18</b>	<b>1440,06</b>	<b>220,54</b>	<b>11,01</b>	<b>1,17</b>	<b>51,85</b>	
<b>День 5 (пятница)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	5,50	8,36	25,78	200,55	0,14	0,41	26,60	0,50	99,64	154,53	45,43	1,11	0,12	8,31	120224
2	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	10,11	41,26	0,00	1,60	0,00	0,01	5,37	6,65	0,48	0,05	0,00	0,00	160106

3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110 140112 140113
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>7,22</b>	<b>17,22</b>	<b>45,97</b>	<b>368,61</b>	<b>0,16</b>	<b>2,01</b>	<b>56,60</b>	<b>0,95</b>	<b>110,91</b>	<b>179,88</b>	<b>48,51</b>	<b>1,42</b>	<b>0,14</b>	<b>9,21</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Плоды и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	1,20	0,40	16,80	76,80	0,03	8,00	0,00	0,32	6,40	22,40	33,60	0,48	0,04	0,00	210103
	<b>Итого:</b>		<b>1,20</b>	<b>0,40</b>	<b>16,80</b>	<b>76,80</b>	<b>0,03</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,32</b>	<b>6,40</b>	<b>22,40</b>	<b>33,60</b>	<b>0,48</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из свежих огурцов	40	0,72	2,82	4,62	46,80	0,02	5,76	0,00	1,26	19,20	18,00	7,80	0,48	0,02	0,00	100502 100518
2	Щи по-уральски(с крупой)	180	2,10	5,11	11,09	98,94	0,05	12,52	6,00	1,97	111,55	59,28	17,57	0,64	0,05	2,92	110322
3	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски(запеканка рыбная)	150	15,24	7,55	23,14	221,68	0,18	9,02	12,42	3,22	307,00	447,77	46,41	1,26	0,16	113,16	120409
4	Кисель из плодов сухих	200	0,53	0,03	19,19	78,75	0,01	0,40	0,00	0,55	20,15	18,45	10,50	1,13	0,02	0,00	160219 160228
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>21,51</b>	<b>16,33</b>	<b>76,24</b>	<b>538,17</b>	<b>0,31</b>	<b>27,70</b>	<b>18,42</b>	<b>7,52</b>	<b>512,60</b>	<b>610,30</b>	<b>89,87</b>	<b>4,37</b>	<b>0,26</b>	<b>118,08</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Оладьи или блинчики с джемом	80	3,70	3,49	21,73	132,99	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
2	Сок фруктовый	200	5,80	6,40	8,00	118,00	0,06	1,40	40,00	0,00	240,00	190,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103
	<b>Итого:</b>		<b>9,50</b>	<b>9,89</b>	<b>29,73</b>	<b>250,99</b>	<b>0,11</b>	<b>1,49</b>	<b>42,13</b>	<b>1,54</b>	<b>265,77</b>	<b>231,22</b>	<b>34,91</b>	<b>0,62</b>	<b>0,38</b>	<b>20,00</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Вареники с творогом отварные	180	22,84	10,96	24,76	288,85	0,20	0,57	57,00	0,50	331,79	683,74	29,45	0,79	0,33	1,09	120315
2	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110 140112 140113
3	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	27,88	113,52	0,02	0,00	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42	0,01	0,00	160209-2
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>24,79</b>	<b>19,87</b>	<b>62,71</b>	<b>529,17</b>	<b>0,24</b>	<b>0,57</b>	<b>87,06</b>	<b>1,00</b>	<b>347,89</b>	<b>717,92</b>	<b>37,09</b>	<b>1,47</b>	<b>0,36</b>	<b>1,99</b>	
<b>Ужин 2</b>																	
1	Компот из плодов свежих	200	0,06	0,06	21,35	86,38	0,00	1,40	0,00	0,03	2,84	1,54	1,26	0,37	0,00	0,28	160209-1
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>1,52</b>	<b>3,64</b>	<b>39,77</b>	<b>173,78</b>	<b>0,02</b>	<b>1,40</b>	<b>2,00</b>	<b>0,73</b>	<b>8,64</b>	<b>19,54</b>	<b>5,26</b>	<b>0,79</b>	<b>0,01</b>	<b>0,28</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>65,73</b>	<b>67,34</b>	<b>271,22</b>	<b>1937,52</b>	<b>0,87</b>	<b>41,17</b>	<b>206,22</b>	<b>12,05</b>	<b>1252,21</b>	<b>1781,25</b>	<b>249,24</b>	<b>9,14</b>	<b>1,19</b>	<b>149,54</b>	
	<b>Итого за 5 дней</b>		<b>68,10</b>	<b>69,64</b>	<b>274,83</b>	<b>1975,41</b>	<b>1,31</b>	<b>76,44</b>	<b>692,65</b>	<b>10,45</b>	<b>1110,68</b>	<b>1416,03</b>	<b>254,67</b>	<b>13,66</b>	<b>1,46</b>	<b>102,27</b>	
<b>День 6 (понедельник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Сырники с молоком сгущенным	120	10,44	11,24	1,95	150,71	0,06	0,18	10,58	0,47	78,71	171,87	13,26	1,92	0,37	17,88	120301
2	Чай с сахаром	200	1,20	1,28	11,87	63,90	0,01	0,24	6,00	0,00	52,17	42,17	5,60	0,07	0,05	3,60	160108
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>13,32</b>	<b>21,37</b>	<b>23,90</b>	<b>341,41</b>	<b>0,09</b>	<b>0,42</b>	<b>46,58</b>	<b>0,91</b>	<b>136,78</b>	<b>232,74</b>	<b>21,46</b>	<b>2,25</b>	<b>0,44</b>	<b>22,38</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Плоды и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,32	0,24	8,24	37,60	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,32</b>	<b>0,24</b>	<b>8,24</b>	<b>37,60</b>	<b>0,02</b>	<b>4,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,32</b>	<b>15,20</b>	<b>12,80</b>	<b>9,60</b>	<b>1,84</b>	<b>0,02</b>	<b>0,80</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Икра из уваренных кабачков	40	0,98	6,05	5,78	82,11	0,02	15,40	0,00	2,71	96,90	19,14	10,37	0,36	0,02	1,81	100201
2	Суп любительский( с гречневой крупой)	180	4,19	4,83	19,53	138,46	0,08	3,44	12,01	0,48	18,93	60,79	15,81	0,85	0,09	4,70	110332-1
3	Нагесы куриные	70	7,47	8,49	8,42	139,98	0,04	0,07	3,89	1,30	21,89	82,83	10,66	1,05	0,07	3,38	120535
4	Макаронные изделия	120	5,06	4,29	22,85	150,00	0,17	0,00	10,80	0,36	9,53	119,99	79,99	6,41	0,08	2,36	130309
5	Компот из смородины быстрозамороженной	200	0,11	0,04	24,45	98,13	0,00	10,00	0,00	0,07	9,53	8,69	3,10	0,18	0,00	0,10	160203

6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>20,73</b>	<b>24,52</b>	<b>99,23</b>	<b>700,68</b>	<b>0,36</b>	<b>28,91</b>	<b>26,70</b>	<b>5,44</b>	<b>211,48</b>	<b>358,23</b>	<b>127,52</b>	<b>9,71</b>	<b>0,28</b>	<b>14,35</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Слойка с джемом	50	3,08	2,06	29,95	148,50	0,05	0,33	1,50	0,89	21,25	37,29	6,65	0,57	0,04	1,75	190301-1
2	Сок фруктовый	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102
	<b>Итого:</b>		<b>10,88</b>	<b>7,06</b>	<b>38,35</b>	<b>256,50</b>	<b>0,05</b>	<b>0,93</b>	<b>41,50</b>	<b>0,89</b>	<b>269,25</b>	<b>221,29</b>	<b>34,65</b>	<b>0,77</b>	<b>0,30</b>	<b>1,75</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Изделия колбасные отварные(сосиски)	70	15,21	14,00	20,61	259,35	0,17	12,92	37,80	1,86	38,28	164,53	41,03	2,05	0,17	9,04	120609
2	Каша гречневая	100	0,13	0,01	22,40	92,54	0,01	5,60	0,00	0,03	6,26	3,08	1,68	0,15	0,00	0,00	160213
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>16,93</b>	<b>14,61</b>	<b>53,00</b>	<b>403,89</b>	<b>0,20</b>	<b>18,52</b>	<b>37,80</b>	<b>2,23</b>	<b>49,24</b>	<b>184,41</b>	<b>45,31</b>	<b>2,44</b>	<b>0,18</b>	<b>9,04</b>	
<b>Ужин2</b>																	
1	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	125,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>1,92</b>	<b>3,73</b>	<b>47,53</b>	<b>212,40</b>	<b>0,03</b>	<b>52,00</b>	<b>2,04</b>	<b>1,04</b>	<b>17,60</b>	<b>29,68</b>	<b>8,72</b>	<b>0,96</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>64,10</b>	<b>71,52</b>	<b>270,25</b>	<b>1952,48</b>	<b>0,74</b>	<b>104,79</b>	<b>154,61</b>	<b>10,84</b>	<b>699,54</b>	<b>1039,15</b>	<b>247,25</b>	<b>17,96</b>	<b>1,26</b>	<b>48,31</b>	
<b>День 7 (вторник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша гречневая молочная	160	15,24	9,83	15,41	211,08	0,13	0,47	44,01	0,33	231,80	449,99	21,28	0,66	0,26	4,09	120319
3	Бутерброд с маслом и сыром	50	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
4	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	126,86	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
	<b>Итого:</b>		<b>21,35</b>	<b>14,68</b>	<b>50,44</b>	<b>422,74</b>	<b>2,58</b>	<b>1,17</b>	<b>63,21</b>	<b>0,69</b>	<b>409,50</b>	<b>603,53</b>	<b>57,28</b>	<b>2,65</b>	<b>0,44</b>	<b>21,99</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Фрукты и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	210110
	<b>Итого:</b>		<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>7,84</b>	<b>37,60</b>	<b>0,02</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>12,80</b>	<b>8,80</b>	<b>7,20</b>	<b>1,76</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат Мозайка	40	0,83	6,05	2,84	69,78	0,02	10,95	0,00	2,77	63,47	21,59	12,73	0,36	0,03	1,95	100509
2	Борщ мясном бульоне	180	3,76	4,04	10,05	83,15	0,04	11,90	16,00	0,19	77,45	42,17	19,09	0,90	0,05	4,80	110109
3	Азу из мяса отварного	70	11,66	11,25	3,07	157,68	0,05	1,79	0,00	1,23	10,89	115,89	15,55	1,70	0,09	4,36	120532
4	Рис отварной	120	4,42	3,49	28,20	161,99	0,07	0,00	10,80	0,64	12,44	36,35	6,66	0,68	0,02	0,92	130401
5	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,28	0,06	21,88	89,58	0,02	0,00	0,06	0,06	10,02	15,48	5,04	0,40	0,01	0,00	160242
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>23,87</b>	<b>25,70</b>	<b>84,25</b>	<b>654,18</b>	<b>0,24</b>	<b>24,64</b>	<b>26,86</b>	<b>5,40</b>	<b>228,98</b>	<b>298,28</b>	<b>66,67</b>	<b>4,90</b>	<b>0,21</b>	<b>14,03</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Печенье овсяное	50	4,57	2,89	25,41	145,81	0,06	0,10	6,91	0,59	29,51	52,72	8,05	0,54	0,06	3,06	190107
2	Молочный напиток питьевой	200	5,60	6,00	20,80	160,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104
	<b>Итого:</b>		<b>10,17</b>	<b>8,89</b>	<b>46,21</b>	<b>305,81</b>	<b>0,12</b>	<b>1,30</b>	<b>26,91</b>	<b>0,59</b>	<b>277,51</b>	<b>242,72</b>	<b>38,05</b>	<b>0,74</b>	<b>0,36</b>	<b>21,06</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Лапшевник с мясом	180	7,01	6,57	36,23	232,44	0,19	0,41	21,06	0,16	96,89	163,15	45,25	1,26	0,11	8,41	120201
2	Кисель яблочный	200	0,14	0,14	29,05	117,69	0,01	3,40	0,00	0,07	11,43	9,13	3,06	0,81	0,01	0,68	160224
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>8,75</b>	<b>7,31</b>	<b>75,28</b>	<b>402,13</b>	<b>0,23</b>	<b>3,81</b>	<b>21,06</b>	<b>0,57</b>	<b>113,02</b>	<b>189,08</b>	<b>50,91</b>	<b>2,31</b>	<b>0,12</b>	<b>9,09</b>	
<b>Ужин2</b>																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Вафли	40	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>7,46</b>	<b>9,98</b>	<b>27,82</b>	<b>207,40</b>	<b>0,06</b>	<b>1,20</b>	<b>32,00</b>	<b>0,70</b>	<b>247,80</b>	<b>200,00</b>	<b>32,00</b>	<b>0,62</b>	<b>0,27</b>	<b>18,00</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>71,92</b>	<b>66,88</b>	<b>291,83</b>	<b>2029,86</b>	<b>3,25</b>	<b>40,11</b>	<b>170,04</b>	<b>8,10</b>	<b>1289,61</b>	<b>1542,40</b>	<b>252,10</b>	<b>12,99</b>	<b>1,42</b>	<b>85,76</b>	
<b>День 8 (среда)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	5,50	8,36	25,78	200,55	0,14	0,41	26,60	0,50	99,64	154,53	45,43	1,11	0,12	8,31	120224
2	Чай с сахаром	200	3,67	3,48	14,63	105,46	0,02	0,54	13,50	0,01	114,32	108,10	29,60	1,00	0,13	8,10	160101



5	Кисель из смородины быстрозамороженной	200	0,11	0,04	24,45	98,13	0,00	10,00	0,00	0,07	9,53	8,69	3,10	0,18	0,00	0,10	160203
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>21,88</b>	<b>20,27</b>	<b>84,93</b>	<b>610,05</b>	<b>0,36</b>	<b>52,16</b>	<b>22,42</b>	<b>8,47</b>	<b>614,30</b>	<b>609,40</b>	<b>93,52</b>	<b>3,57</b>	<b>0,29</b>	<b>122,31</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Пирожок с яблоком	50	6,00	3,32	25,99	157,66	0,07	0,08	7,89	0,60	42,51	94,69	8,81	0,65	0,08	3,03	190111
2	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102
	<b>Итого:</b>		<b>13,80</b>	<b>8,32</b>	<b>34,39</b>	<b>265,66</b>	<b>0,07</b>	<b>0,68</b>	<b>47,89</b>	<b>0,60</b>	<b>290,51</b>	<b>278,69</b>	<b>36,81</b>	<b>0,85</b>	<b>0,34</b>	<b>3,03</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	80	7,98	6,38	6,25	114,25	0,04	0,00	0,00	0,36	7,23	81,19	9,93	1,17	0,06	2,63	120540
2	Капуста тушеная	100	2,64	4,99	14,02	110,89	0,03	15,53	21,00	0,22	108,00	72,34	34,85	2,20	0,07	11,78	130209
3	Компот из плодов свежих	200	0,13	0,01	22,40	92,54	0,01	5,60	0,00	0,03	6,26	3,08	1,68	0,15	0,00	0,00	160213
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>12,34</b>	<b>11,98</b>	<b>52,66</b>	<b>369,68</b>	<b>0,10</b>	<b>21,13</b>	<b>21,00</b>	<b>0,95</b>	<b>126,19</b>	<b>173,41</b>	<b>49,06</b>	<b>3,76</b>	<b>0,14</b>	<b>14,40</b>	
<b>Ужин2</b>																	
1	Компот из плодов свежих	200	0,06	0,06	21,35	86,38	0,00	1,40	0,00	0,03	2,84	1,54	1,26	0,37	0,00	0,28	160209-1
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>1,52</b>	<b>3,64</b>	<b>39,77</b>	<b>173,78</b>	<b>0,02</b>	<b>1,40</b>	<b>2,00</b>	<b>0,73</b>	<b>8,64</b>	<b>19,54</b>	<b>5,26</b>	<b>0,79</b>	<b>0,01</b>	<b>0,28</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>59,15</b>	<b>63,09</b>	<b>264,77</b>	<b>1841,43</b>	<b>0,71</b>	<b>80,39</b>	<b>162,25</b>	<b>11,71</b>	<b>1276,04</b>	<b>1332,84</b>	<b>260,29</b>	<b>14,48</b>	<b>1,10</b>	<b>158,39</b>	
<b>День 10 (пятница)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Вермишель молочная/суп молочный с вермишелью	160	17,96	11,43	20,14	255,22	0,15	0,46	56,00	0,38	274,64	539,24	23,10	0,57	0,27	1,33	120305
2	Масло сливочное	10	0,72	0,85	5,55	32,80	0,01	0,10	4,20	0,02	31,70	21,90	3,40	0,02	0,04	0,90	140201
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
4	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,90	3,84	17,66	120,49	0,02	0,72	18,00	0,00	145,50	109,20	16,80	0,15	0,16	10,80	160104
	<b>Итого:</b>		<b>24,18</b>	<b>16,72</b>	<b>53,35</b>	<b>460,51</b>	<b>0,20</b>	<b>1,28</b>	<b>78,20</b>	<b>0,74</b>	<b>456,54</b>	<b>687,14</b>	<b>45,90</b>	<b>0,98</b>	<b>0,47</b>	<b>13,03</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Плоды и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	210110
	<b>Итого:</b>		<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>7,84</b>	<b>37,60</b>	<b>0,02</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>12,80</b>	<b>8,80</b>	<b>7,20</b>	<b>1,76</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из отварного картофеля, свежего огурца и зеленого салата	40	1,05	4,40	8,03	76,04	0,06	5,85	0,00	1,92	11,44	31,58	13,11	0,49	0,04	2,82	100544
2	Щи из свежей капусты	150	1,60	3,04	6,74	61,07	0,05	15,64	6,00	1,02	122,93	36,91	16,79	0,58	0,05	3,24	110105
3	Печень по-строгановски	70	10,45	7,24	2,92	128,68	0,17	17,82	2515,98	0,61	254,14	198,86	12,54	7,89	1,16	8,62	120536
4	Изделия макаронные отварные	120	4,42	3,49	28,20	161,99	0,07	0,00	10,80	0,64	12,44	36,35	6,66	0,68	0,02	0,92	130401
5	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	27,88	113,52	0,02	0,00	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>20,72</b>	<b>19,04</b>	<b>91,97</b>	<b>633,31</b>	<b>0,41</b>	<b>39,31</b>	<b>2532,84</b>	<b>4,77</b>	<b>465,85</b>	<b>385,98</b>	<b>61,74</b>	<b>10,93</b>	<b>1,30</b>	<b>17,60</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Пирожок с капустой	50	3,08	2,06	29,95	148,50	0,05	0,33	1,50	0,89	21,25	37,29	6,65	0,57	0,04	1,75	190301-1
2	Сок фруктовый	200	5,60	6,00	20,80	160,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104
	<b>Итого:</b>		<b>8,68</b>	<b>8,06</b>	<b>50,75</b>	<b>308,50</b>	<b>0,11</b>	<b>1,53</b>	<b>21,50</b>	<b>0,89</b>	<b>269,25</b>	<b>227,29</b>	<b>36,65</b>	<b>0,77</b>	<b>0,34</b>	<b>19,75</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Сырники с джемом	120	6,56	7,16	30,75	214,22	0,06	0,73	29,16	0,45	155,90	135,97	22,22	0,44	0,17	11,34	120205
3	Напиток фруктовый	200	0,06	0,06	21,35	86,38	0,00	1,40	0,00	0,03	2,84	1,54	1,26	0,37	0,00	0,28	160217 160230
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>8,29</b>	<b>16,07</b>	<b>62,18</b>	<b>427,40</b>	<b>0,09</b>	<b>2,13</b>	<b>59,16</b>	<b>0,92</b>	<b>164,64</b>	<b>156,21</b>	<b>26,08</b>	<b>1,06</b>	<b>0,19</b>	<b>12,52</b>	
<b>Ужин2</b>																	
1	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	10,11	41,26	0,00	1,60	0,00	0,01	5,37	6,65	0,48	0,05	0,00	0,00	160106

2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>1,50</b>	<b>3,58</b>	<b>28,53</b>	<b>128,66</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	<b>2,00</b>	<b>0,71</b>	<b>11,17</b>	<b>24,65</b>	<b>4,48</b>	<b>0,47</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>63,69</b>	<b>63,79</b>	<b>294,62</b>	<b>1995,98</b>	<b>0,85</b>	<b>53,85</b>	<b>2693,70</b>	<b>8,19</b>	<b>1380,24</b>	<b>1490,06</b>	<b>182,05</b>	<b>15,98</b>	<b>2,32</b>	<b>64,50</b>	
	<b>Итого за 5 дней</b>		<b>64,61</b>	<b>66,41</b>	<b>279,37</b>	<b>1949,68</b>	<b>1,29</b>	<b>61,29</b>	<b>675,26</b>	<b>9,90</b>	<b>1114,07</b>	<b>1366,28</b>	<b>250,09</b>	<b>14,51</b>	<b>1,45</b>	<b>92,77</b>	
<b>День 11 (понедельник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Блинчики с джемом(или молоком сгущенным)	140	7,01	6,57	36,23	232,44	0,19	0,41	21,06	0,16	96,89	163,15	45,25	1,26	0,11	8,41	120201
2	Чай с сахаром	200	3,67	3,48	14,63	105,46	0,02	0,54	13,50	0,01	114,32	108,10	29,60	1,00	0,13	8,10	160101
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110 140112 140113
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>12,36</b>	<b>18,90</b>	<b>60,94</b>	<b>464,70</b>	<b>0,24</b>	<b>0,95</b>	<b>64,56</b>	<b>0,62</b>	<b>217,11</b>	<b>289,95</b>	<b>77,45</b>	<b>2,52</b>	<b>0,25</b>	<b>17,41</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Фрукты и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	1,20	0,40	16,80	76,80	0,03	8,00	0,00	0,32	6,40	22,40	33,60	0,48	0,04	0,00	210103
	<b>Итого:</b>		<b>1,20</b>	<b>0,40</b>	<b>16,80</b>	<b>76,80</b>	<b>0,03</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,32</b>	<b>6,40</b>	<b>22,40</b>	<b>33,60</b>	<b>0,48</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Помидоры	40	1,72	4,42	6,09	71,34	0,05	4,21	0,01	1,73	22,17	41,08	15,13	0,57	0,06	3,76	100515-1
2	Уха ростовская	150	5,56	4,45	11,36	108,31	0,11	12,25	2,50	2,21	103,87	173,68	26,79	0,94	0,08	41,20	110316
3	Каша гречневая по-купечески	180	15,21	14,00	20,61	259,35	0,17	12,92	37,80	1,86	38,28	164,53	41,03	2,05	0,17	9,04	120609
4	Компот из плодов свежих	200	0,27	0,06	24,41	100,68	0,01	18,00	0,00	0,06	10,86	6,90	3,90	0,16	0,01	0,60	160212
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>25,68</b>	<b>23,75</b>	<b>80,66</b>	<b>631,67</b>	<b>0,40</b>	<b>47,38</b>	<b>40,31</b>	<b>6,38</b>	<b>229,88</b>	<b>453,00</b>	<b>94,45</b>	<b>4,57</b>	<b>0,33</b>	<b>56,60</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Пирожок с яблоком	50	3,53	4,55	31,48	180,69	0,06	0,00	15,00	0,53	8,55	29,57	5,30	0,44	0,02	0,94	190113
2	Кефир	200	5,80	6,40	8,00	118,00	0,06	1,40	40,00	0,00	240,00	190,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103
	<b>Итого:</b>		<b>9,33</b>	<b>10,95</b>	<b>39,48</b>	<b>298,69</b>	<b>0,12</b>	<b>1,40</b>	<b>55,00</b>	<b>0,53</b>	<b>248,55</b>	<b>219,57</b>	<b>33,30</b>	<b>0,64</b>	<b>0,36</b>	<b>18,94</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Макаронные изделия с сыром	160	11,93	14,31	17,83	246,65	0,08	39,70	3,60	3,17	280,56	151,54	39,54	2,25	0,13	7,49	120542
2	Компот фруктовый	200	0,53	0,03	19,19	78,75	0,01	0,40	0,00	0,55	20,15	18,45	10,50	1,13	0,02	0,00	160219 160228
3	Зефир	50	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>14,06</b>	<b>14,94</b>	<b>47,02</b>	<b>377,40</b>	<b>0,11</b>	<b>40,10</b>	<b>3,60</b>	<b>4,06</b>	<b>305,41</b>	<b>186,79</b>	<b>52,64</b>	<b>3,62</b>	<b>0,16</b>	<b>7,49</b>	
<b>Ужин 2</b>																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>7,46</b>	<b>9,98</b>	<b>27,82</b>	<b>207,40</b>	<b>0,06</b>	<b>1,20</b>	<b>32,00</b>	<b>0,70</b>	<b>247,80</b>	<b>200,00</b>	<b>32,00</b>	<b>0,62</b>	<b>0,27</b>	<b>18,00</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>70,09</b>	<b>78,91</b>	<b>272,71</b>	<b>2056,66</b>	<b>0,95</b>	<b>99,04</b>	<b>195,47</b>	<b>12,61</b>	<b>1255,14</b>	<b>1371,71</b>	<b>323,43</b>	<b>12,44</b>	<b>1,41</b>	<b>118,43</b>	
<b>День 12 (вторник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет натуральный, запеченный	100	10,44	11,24	1,95	150,71	0,06	0,18	10,58	0,47	78,71	171,87	13,26	1,92	0,37	17,88	120301
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,79	3,40	19,47	126,86	2,42	0,60	15,00	0,00	141,30	114,84	30,00	1,73	0,13	17,00	160103
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110 140112 140113
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>15,91</b>	<b>23,49</b>	<b>31,51</b>	<b>404,37</b>	<b>2,50</b>	<b>0,78</b>	<b>55,58</b>	<b>0,91</b>	<b>225,91</b>	<b>305,41</b>	<b>45,86</b>	<b>3,91</b>	<b>0,52</b>	<b>35,78</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Фрукты и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,72	0,16	6,48	34,40	0,03	48,00	0,00	0,16	27,20	18,40	10,40	0,24	0,02	1,60	210102
	<b>Итого:</b>		<b>0,72</b>	<b>0,16</b>	<b>6,48</b>	<b>34,40</b>	<b>0,03</b>	<b>48,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>27,20</b>	<b>18,40</b>	<b>10,40</b>	<b>0,24</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	
<b>Обед</b>																	



1	Салат из свеклы и зеленого горошка	40	0,96	6,11	5,46	80,92	0,04	4,99	0,00	2,73	22,91	28,40	12,44	0,54	0,03	2,86	100501
2	Суп картофельный с бобовыми (горох) на мясном бульоне	190	5,88	4,28	14,87	114,49	0,18	4,94	0,00	1,86	28,29	80,85	29,00	1,50	0,06	3,27	110327-1
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,14	0,43	7,15	37,18	0,02	0,00	0,00	0,24	3,36	12,01	1,86	0,17	0,00	0,00	180601
4	Филе куриное в белом соусе	70	11,63	11,05	5,98	169,74	0,05	0,13	3,16	0,99	41,04	138,10	15,90	1,70	0,16	7,98	120537
5	Рис отварной	120	2,66	3,07	17,27	107,60	0,12	10,09	10,44	0,12	43,57	78,33	26,06	0,94	0,11	7,14	130101
6	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,13	0,01	22,40	92,54	0,01	5,60	0,00	0,03	6,26	3,08	1,68	0,15	0,00	0,00	160213
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>25,31</b>	<b>25,77</b>	<b>91,32</b>	<b>694,48</b>	<b>0,46</b>	<b>25,75</b>	<b>13,60</b>	<b>6,49</b>	<b>200,13</b>	<b>407,58</b>	<b>94,55</b>	<b>5,86</b>	<b>0,38</b>	<b>23,25</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Пирожок с вишней	50	4,09	3,51	24,65	146,37	0,06	0,08	9,38	0,55	24,63	46,18	7,02	0,50	0,05	2,69	190102
2	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102
	<b>Итого:</b>		<b>11,89</b>	<b>8,51</b>	<b>33,05</b>	<b>254,37</b>	<b>0,06</b>	<b>0,68</b>	<b>49,38</b>	<b>0,55</b>	<b>272,63</b>	<b>230,18</b>	<b>35,02</b>	<b>0,70</b>	<b>0,31</b>	<b>2,69</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Капуста, тушеная с колбасными изделиями	160	5,26	7,58	12,46	140,95	0,06	44,96	0,00	2,65	274,60	79,73	31,49	1,43	0,09	5,74	120517-1
2	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	125,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238
3	Мармелад	18	0,02	0,02	17,28	70,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,72	0,18	0,36	0,07	0,00	18,00	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>7,34</b>	<b>8,35</b>	<b>68,85</b>	<b>388,15</b>	<b>0,10</b>	<b>96,96</b>	<b>0,04</b>	<b>3,34</b>	<b>291,82</b>	<b>108,39</b>	<b>39,17</b>	<b>2,28</b>	<b>0,12</b>	<b>23,74</b>	
<b>Ужин 2</b>																	
1	Компот из плодов свежих	200	0,06	0,06	21,35	86,38	0,00	1,40	0,00	0,03	2,84	1,54	1,26	0,37	0,00	0,28	160209-1
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>1,52</b>	<b>3,64</b>	<b>39,77</b>	<b>173,78</b>	<b>0,02</b>	<b>1,40</b>	<b>2,00</b>	<b>0,73</b>	<b>8,64</b>	<b>19,54</b>	<b>5,26</b>	<b>0,79</b>	<b>0,01</b>	<b>0,28</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>62,68</b>	<b>69,91</b>	<b>270,97</b>	<b>1949,55</b>	<b>3,17</b>	<b>173,56</b>	<b>120,60</b>	<b>12,17</b>	<b>1026,33</b>	<b>1089,50</b>	<b>230,25</b>	<b>13,77</b>	<b>1,37</b>	<b>87,34</b>	
<b>День 13 (среда)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	160	5,50	8,36	25,78	200,55	0,14	0,41	26,60	0,50	99,64	154,53	45,43	1,11	0,12	8,31	120224
2	Чай с сахаром	200	1,20	1,28	11,87	63,90	0,01	0,24	6,00	0,00	52,17	42,17	5,60	0,07	0,05	3,60	160108
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое, сыр	10\10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110 140112 140113
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>8,38</b>	<b>18,49</b>	<b>47,73</b>	<b>391,25</b>	<b>0,17</b>	<b>0,65</b>	<b>62,60</b>	<b>0,94</b>	<b>157,71</b>	<b>215,40</b>	<b>53,63</b>	<b>1,44</b>	<b>0,19</b>	<b>12,81</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Флоды и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,32	0,24	8,24	37,60	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,32</b>	<b>0,24</b>	<b>8,24</b>	<b>37,60</b>	<b>0,02</b>	<b>4,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,32</b>	<b>15,20</b>	<b>12,80</b>	<b>9,60</b>	<b>1,84</b>	<b>0,02</b>	<b>0,80</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из моркови с морской капустой	40	7,37	6,00	1,33	89,12	0,02	1,62	8,40	1,55	68,02	253,04	19,07	0,59	0,06	34,09	100612-1
2	Борщ с мелкошинкованными овощами на мясном бульоне	180	3,87	4,66	5,81	70,03	0,02	9,72	4,00	1,88	72,48	29,47	14,60	0,69	0,03	3,52	110110
3	Филе куриное с тушеным картофелем(Жаркое)	180	11,11	13,71	17,42	234,88	0,15	12,11	0,00	3,09	26,34	148,73	35,26	2,24	0,15	8,33	120511
4	Компот фруктовый	200	0,11	0,04	24,45	98,13	0,00	10,00	0,00	0,07	9,53	8,69	3,10	0,18	0,00	0,10	160203
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>25,38</b>	<b>25,23</b>	<b>67,22</b>	<b>584,16</b>	<b>0,24</b>	<b>33,44</b>	<b>12,40</b>	<b>7,11</b>	<b>231,07</b>	<b>506,73</b>	<b>79,63</b>	<b>4,57</b>	<b>0,26</b>	<b>48,04</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Вафли	50	7,24	4,13	18,50	139,41	0,06	0,27	18,00	0,25	90,23	190,71	9,35	0,41	0,10	1,30	120320
2	Сок фруктовый	200	5,60	6,00	20,80	160,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104
	<b>Итого:</b>		<b>12,84</b>	<b>10,13</b>	<b>39,30</b>	<b>299,41</b>	<b>0,12</b>	<b>1,47</b>	<b>38,00</b>	<b>0,25</b>	<b>338,23</b>	<b>380,71</b>	<b>39,35</b>	<b>0,61</b>	<b>0,40</b>	<b>19,30</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Птица отварная	50	9,82	7,50	44,06	283,91	0,11	0,09	43,56	1,04	142,27	123,87	14,64	1,16	0,07	1,26	120213

2	Каша гречневая	100	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
3	Напиток из плодов сухих	200	0,28	0,06	21,88	89,58	0,02	0,00	0,06	0,06	10,02	15,48	5,04	0,40	0,01	0,00	160242
	<b>Итого:</b>		<b>11,70</b>	<b>8,16</b>	<b>75,95</b>	<b>425,49</b>	<b>0,15</b>	<b>0,09</b>	<b>43,62</b>	<b>1,44</b>	<b>156,99</b>	<b>156,15</b>	<b>22,28</b>	<b>1,81</b>	<b>0,08</b>	<b>1,26</b>	
<b>Ужин 2</b>																	
1	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>1,46</b>	<b>3,58</b>	<b>28,41</b>	<b>127,30</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>2,00</b>	<b>0,70</b>	<b>9,57</b>	<b>23,77</b>	<b>4,00</b>	<b>0,45</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>60,08</b>	<b>65,83</b>	<b>266,84</b>	<b>1865,20</b>	<b>0,72</b>	<b>39,65</b>	<b>158,62</b>	<b>10,76</b>	<b>908,77</b>	<b>1295,56</b>	<b>208,50</b>	<b>10,71</b>	<b>0,96</b>	<b>82,20</b>	
<b>День 14 (четверг)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	180	6,56	7,16	30,75	214,22	0,06	0,73	29,16	0,45	155,90	135,97	22,22	0,44	0,17	11,34	120205
2	Какао на молоке	200	3,67	3,48	14,63	105,46	0,02	0,54	13,50	0,01	114,32	108,10	29,60	1,00	0,13	8,10	160101
3	Сыр полутвердый для детского (дошкольного и школьного) питания с жирностью до 45%	20	2,32	2,95	0,00	36,40	0,00	0,07	26,00	0,05	100,00	54,00	3,50	0,10	0,03	0,00	100102
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>14,15</b>	<b>14,19</b>	<b>55,37</b>	<b>408,08</b>	<b>0,11</b>	<b>1,34</b>	<b>68,66</b>	<b>0,85</b>	<b>374,92</b>	<b>314,87</b>	<b>57,92</b>	<b>1,78</b>	<b>0,33</b>	<b>19,44</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Фрукты и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	210110
	<b>Итого:</b>		<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>7,84</b>	<b>37,60</b>	<b>0,02</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>12,80</b>	<b>8,80</b>	<b>7,20</b>	<b>1,76</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат овощной	40	0,42	7,25	1,32	72,12	0,02	5,28	0,00	3,22	12,70	22,43	7,43	0,32	0,02	1,58	100507
2	Суп рыбный с крупой	200	7,40	1,53	19,50	108,54	0,08	3,44	0,01	0,44	18,45	60,03	15,81	0,84	0,08	4,34	110332-2
3	Тефтели мясные с соусом собственного производства	80	17,60	16,95	31,84	350,80	0,25	18,00	16,20	0,54	43,63	244,84	56,02	3,61	0,25	15,03	120534
	Изделия макаронные отварные	120															
4	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	17,26	70,08	0,00	1,80	0,00	0,04	4,92	3,60	3,12	0,11	0,00	0,24	160204 160231
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>28,44</b>	<b>26,58</b>	<b>88,11</b>	<b>693,54</b>	<b>0,39</b>	<b>28,52</b>	<b>16,21</b>	<b>4,76</b>	<b>134,40</b>	<b>397,69</b>	<b>89,97</b>	<b>5,74</b>	<b>0,37</b>	<b>23,19</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Слойка с джемом	50	7,61	3,65	8,25	96,28	0,07	0,19	19,00	0,17	110,60	227,91	9,82	0,26	0,11	0,36	120315
3	Ряженка	200	5,80	6,40	8,00	118,00	0,06	1,40	40,00	0,00	240,00	190,00	28,00	0,20	0,34	18,00	230103
	<b>Итого:</b>		<b>13,49</b>	<b>18,30</b>	<b>16,33</b>	<b>289,08</b>	<b>0,13</b>	<b>1,59</b>	<b>89,00</b>	<b>0,27</b>	<b>351,80</b>	<b>419,81</b>	<b>37,82</b>	<b>0,48</b>	<b>0,46</b>	<b>19,26</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Голубцы ленивые	150	14,04	11,96	0,00	154,70	0,05	1,17	45,50	0,00	11,87	107,55	11,79	1,05	0,10	3,90	120603
2	Напиток фруктовый	200	0,53	0,03	19,19	78,75	0,01	0,40	0,00	0,55	20,15	18,45	10,50	1,13	0,02	0,00	160219 160228
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>22,49</b>	<b>17,95</b>	<b>57,75</b>	<b>472,96</b>	<b>0,29</b>	<b>1,57</b>	<b>59,00</b>	<b>1,33</b>	<b>48,63</b>	<b>292,79</b>	<b>124,87</b>	<b>10,43</b>	<b>0,23</b>	<b>6,85</b>	
<b>Ужин2</b>																	
1	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	10,11	41,26	0,00	1,60	0,00	0,01	5,37	6,65	0,48	0,05	0,00	0,00	160106
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>1,50</b>	<b>3,58</b>	<b>28,53</b>	<b>128,66</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	<b>2,00</b>	<b>0,71</b>	<b>11,17</b>	<b>24,65</b>	<b>4,48</b>	<b>0,47</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>80,39</b>	<b>80,93</b>	<b>253,94</b>	<b>2029,92</b>	<b>0,96</b>	<b>42,62</b>	<b>234,87</b>	<b>8,08</b>	<b>933,71</b>	<b>1458,61</b>	<b>322,26</b>	<b>20,67</b>	<b>1,42</b>	<b>70,34</b>	
<b>День 15 (пятница)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Запеканка из творога	100	10,44	11,24	1,95	150,71	0,06	0,18	10,58	0,47	78,71	171,87	13,26	1,92	0,37	17,88	120301
2	Чай с сахаром	200	3,90	3,84	17,66	120,49	0,02	0,72	18,00	0,00	145,50	109,20	16,80	0,15	0,16	10,80	160104
3	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	20	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110 140112 140113
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102

	<b>Итого:</b>		<b>16,02</b>	<b>23,93</b>	<b>29,69</b>	<b>398,00</b>	<b>0,10</b>	<b>0,90</b>	<b>58,58</b>	<b>0,91</b>	<b>230,11</b>	<b>299,77</b>	<b>32,66</b>	<b>2,33</b>	<b>0,54</b>	<b>29,58</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Фрукты и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	1,20	0,40	16,80	76,80	0,03	8,00	0,00	0,32	6,40	22,40	33,60	0,48	0,04	0,00		210103
	<b>Итого:</b>		<b>1,20</b>	<b>0,40</b>	<b>16,80</b>	<b>76,80</b>	<b>0,03</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,32</b>	<b>6,40</b>	<b>22,40</b>	<b>33,60</b>	<b>0,48</b>	<b>0,04</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат "Белоснежка"(капуста китайская,огурцы,кукуруза)	40	1,02	4,39	7,88	75,42	0,06	5,35	0,00	1,91	10,94	31,01	12,03	0,49	0,04	2,60		100541
2	Суп крестьянский с крупой (крупка пшено) на мясном бульоне	200	4,06	4,81	10,99	95,70	0,05	12,52	4,00	1,96	98,55	58,06	17,39	0,64	0,04	2,78		110331
3	Запеканка из куриного филе с красным соусом	60\20	11,63	11,05	5,98	169,74	0,05	0,13	3,16	0,99	41,04	138,10	15,90	1,70	0,16	7,98		120537
4	Каша гречневая рассыпчатая	120	2,11	3,99	11,21	88,71	0,03	12,42	16,80	0,18	86,40	57,87	27,88	1,76	0,06	9,42		130209
5	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	21,35	86,38	0,00	1,40	0,00	0,03	2,84	1,54	1,26	0,37	0,00	0,28		160217 160230
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00		200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00		200103
	<b>Итого:</b>		<b>21,79</b>	<b>25,12</b>	<b>75,62</b>	<b>607,94</b>	<b>0,24</b>	<b>31,81</b>	<b>23,96</b>	<b>5,59</b>	<b>294,46</b>	<b>353,38</b>	<b>82,06</b>	<b>5,82</b>	<b>0,32</b>	<b>25,06</b>		
<b>Полдник</b>																		
1	Печенье овсяное	50	6,00	3,32	25,99	157,66	0,07	0,08	7,89	0,60	42,51	94,69	8,81	0,65	0,08	3,03		190111
2	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00		230102
	<b>Итого:</b>		<b>13,80</b>	<b>8,32</b>	<b>34,39</b>	<b>265,66</b>	<b>0,07</b>	<b>0,68</b>	<b>47,89</b>	<b>0,60</b>	<b>290,51</b>	<b>278,69</b>	<b>36,81</b>	<b>0,85</b>	<b>0,34</b>	<b>3,03</b>		
<b>Ужин</b>																		
1	Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным	60	6,13	5,64	5,82	95,69	0,03	0,47	22,11	0,18	33,06	61,82	7,49	0,50	0,06	2,56		120619
2	Рис отварной с овощами	100	3,38	4,18	35,62	186,84	0,05	1,50	13,50	0,29	11,78	78,99	28,58	0,62	0,03	1,99		130312
3	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	27,88	113,52	0,02	0,00	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42	0,01	0,00		160209-2
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00		200102
	<b>Итого:</b>		<b>11,39</b>	<b>10,48</b>	<b>79,31</b>	<b>448,05</b>	<b>0,12</b>	<b>1,97</b>	<b>35,67</b>	<b>0,88</b>	<b>59,73</b>	<b>173,09</b>	<b>43,71</b>	<b>1,78</b>	<b>0,11</b>	<b>4,55</b>		
<b>Ужин 2</b>																		
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00		230105
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00		
	<b>Итого:</b>		<b>7,46</b>	<b>9,98</b>	<b>27,82</b>	<b>207,40</b>	<b>0,06</b>	<b>1,20</b>	<b>32,00</b>	<b>0,70</b>	<b>247,80</b>	<b>200,00</b>	<b>32,00</b>	<b>0,62</b>	<b>0,27</b>	<b>18,00</b>		
	<b>Итого за день</b>		<b>71,66</b>	<b>78,23</b>	<b>263,63</b>	<b>2003,86</b>	<b>0,62</b>	<b>44,57</b>	<b>198,09</b>	<b>8,99</b>	<b>1129,01</b>	<b>1327,33</b>	<b>260,83</b>	<b>11,88</b>	<b>1,62</b>	<b>80,21</b>		
	<b>Итого за 5 дней</b>		<b>68,98</b>	<b>74,76</b>	<b>265,62</b>	<b>1981,04</b>	<b>1,28</b>	<b>79,89</b>	<b>181,53</b>	<b>10,52</b>	<b>1050,59</b>	<b>1308,54</b>	<b>269,05</b>	<b>13,90</b>	<b>1,36</b>	<b>87,71</b>		
<b>День 16 (Понедельник)</b>																		
<b>Завтрак 1</b>																		
1	Вареники с творогом отварные	180	7,01	6,57	36,23	232,44	0,19	0,41	21,06	0,16	96,89	163,15	45,25	1,26	0,11	8,41		120201
2	Чай с сахаром	200	1,20	1,28	11,87	63,90	0,01	0,24	6,00	0,00	52,17	42,17	5,60	0,07	0,05	3,60		160108
3	Масло коровье сладкосливочное несоленое	10	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90		140110 140112 140113
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00		200102
	<b>Итого:</b>		<b>9,89</b>	<b>16,70</b>	<b>58,18</b>	<b>423,14</b>	<b>0,22</b>	<b>0,65</b>	<b>57,06</b>	<b>0,60</b>	<b>154,95</b>	<b>224,02</b>	<b>53,45</b>	<b>1,59</b>	<b>0,18</b>	<b>12,91</b>		
<b>Завтрак 2</b>																		
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
2	Фрукты и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,32	0,24	8,24	37,60	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80		210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,32</b>	<b>0,24</b>	<b>8,24</b>	<b>37,60</b>	<b>0,02</b>	<b>4,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,32</b>	<b>15,20</b>	<b>12,80</b>	<b>9,60</b>	<b>1,84</b>	<b>0,02</b>	<b>0,80</b>		
<b>Обед</b>																		
1	Салат из огурцов и помидоров с маслом	40	0,73	4,25	3,89	57,50	0,03	2,82	0,00	2,07	15,23	31,10	21,43	0,39	0,04	2,82		100301
2	Рассольник домашний на мясном бульоне	180	2,63	5,80	13,36	116,14	0,11	17,74	10,00	1,94	146,17	67,00	26,05	0,92	0,09	5,24		110305
3	Гуляш из мяса птицы	70	13,67	3,35	2,94	96,19	0,08	0,83	8,26	2,04	291,14	425,19	25,53	0,47	0,06	123,96		120408
4	Макаронные изделия	120	2,73	3,51	22,07	131,06	0,16	13,52	10,80	0,17	21,82	79,35	31,17	1,23	0,11	7,09		130105

5	Напиток фруктовый	200	0,11	0,04	24,45	98,13	0,00	10,00	0,00	0,07	9,53	8,69	3,10	0,18	0,00	0,10	160203
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>22,79</b>	<b>17,77</b>	<b>84,91</b>	<b>591,02</b>	<b>0,44</b>	<b>44,91</b>	<b>29,06</b>	<b>6,81</b>	<b>538,59</b>	<b>678,13</b>	<b>114,88</b>	<b>4,06</b>	<b>0,32</b>	<b>141,21</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Пирожок с яблоком	50	3,70	3,49	21,73	132,99	0,05	0,09	2,13	1,54	25,77	41,22	6,91	0,42	0,04	2,00	120702
2	Кефир	200	5,60	6,00	20,80	160,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104
	<b>Итого:</b>		<b>10,02</b>	<b>10,34</b>	<b>48,08</b>	<b>325,79</b>	<b>0,12</b>	<b>1,39</b>	<b>26,33</b>	<b>1,56</b>	<b>305,47</b>	<b>253,12</b>	<b>40,31</b>	<b>0,64</b>	<b>0,38</b>	<b>20,90</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Печень в сливочном соусе	70	7,46	5,17	2,09	91,92	0,12	12,73	1797,13	0,43	181,53	142,05	8,96	5,64	0,83	6,16	120536
2	Каша гречневая рассыпчатая	120	5,53	4,36	35,25	202,49	0,08	0,00	13,50	0,79	15,55	45,44	8,32	0,85	0,02	1,15	130401
3	Напиток из сухофруктов	200	0,12	0,02	22,67	92,78	0,01	5,48	0,00	0,03	5,96	2,78	1,62	0,12	0,00	0,00	160234
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>14,71</b>	<b>10,15</b>	<b>70,01</b>	<b>439,19</b>	<b>0,23</b>	<b>18,21</b>	<b>1810,63</b>	<b>1,59</b>	<b>207,74</b>	<b>207,06</b>	<b>21,50</b>	<b>6,85</b>	<b>0,86</b>	<b>7,31</b>	
<b>Ужин 2</b>																	
1	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,99	39,90	0,00	0,00	0,00	0,00	3,77	5,77	0,00	0,03	0,00	0,00	160105
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>1,46</b>	<b>3,58</b>	<b>28,41</b>	<b>127,30</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	<b>2,00</b>	<b>0,70</b>	<b>9,57</b>	<b>23,77</b>	<b>4,00</b>	<b>0,45</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>59,18</b>	<b>58,78</b>	<b>297,82</b>	<b>1944,04</b>	<b>1,05</b>	<b>69,15</b>	<b>1925,08</b>	<b>11,59</b>	<b>1231,51</b>	<b>1398,90</b>	<b>243,74</b>	<b>15,43</b>	<b>1,77</b>	<b>183,12</b>	
<b>День 17 (Вторник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша рисовая молочная вязкая	180	15,24	9,83	15,41	211,08	0,13	0,47	44,01	0,33	231,80	449,99	21,28	0,66	0,26	4,09	120319
2	Какао на молоке	200	3,67	3,48	14,63	105,46	0,02	0,54	13,50	0,01	114,32	108,10	29,60	1,00	0,13	8,10	160101
3	Бутерброд с маслом и сыром	40	0,08	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	30,00	0,10	1,20	1,90	0,00	0,02	0,01	0,90	140110 140112 140113
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>20,59</b>	<b>22,16</b>	<b>40,12</b>	<b>443,34</b>	<b>0,17</b>	<b>1,01</b>	<b>87,51</b>	<b>0,78</b>	<b>352,02</b>	<b>576,79</b>	<b>53,48</b>	<b>1,92</b>	<b>0,40</b>	<b>13,09</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Фрукты и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	210110
	<b>Итого:</b>		<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>7,84</b>	<b>37,60</b>	<b>0,02</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>12,80</b>	<b>8,80</b>	<b>7,20</b>	<b>1,76</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Винегрет	40	0,96	6,11	5,46	80,92	0,04	4,99	0,00	2,73	22,91	28,40	12,44	0,54	0,03	2,86	100501
2	Щи зеленые	200	4,03	4,21	13,76	101,20	0,09	7,42	16,00	0,21	43,90	60,67	21,08	0,79	0,07	4,52	110208
3	Бефстроганов из мяса отварного	70	11,49	11,23	2,68	157,26	0,04	0,25	10,48	0,29	58,65	128,02	16,60	1,61	0,11	6,02	120548
4	Каша гречневая рассыпчатая	120	5,06	4,29	22,85	150,00	0,17	0,00	10,80	0,36	9,53	119,99	79,99	6,41	0,08	2,36	130309
5	Напиток вишневый	200	0,10	0,02	17,26	70,08	0,00	1,80	0,00	0,04	4,92	3,60	3,12	0,11	0,00	0,24	160204 160231
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
	<b>Итого:</b>		<b>24,56</b>	<b>26,69</b>	<b>80,19</b>	<b>651,47</b>	<b>0,39</b>	<b>14,46</b>	<b>37,28</b>	<b>4,14</b>	<b>194,61</b>	<b>407,48</b>	<b>140,83</b>	<b>10,32</b>	<b>0,31</b>	<b>18,00</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Пирожок с вишней	50	3,53	4,55	31,48	180,69	0,06	0,00	15,00	0,53	8,55	29,57	5,30	0,44	0,02	0,94	190113
2	Молочный напиток питьевой	200	5,80	6,40	7,60	118,00	0,08	1,60	40,00	0,00	240,00	196,00	30,00	0,20	0,32	18,00	230101
	<b>Итого:</b>		<b>9,33</b>	<b>10,95</b>	<b>39,08</b>	<b>298,69</b>	<b>0,14</b>	<b>1,60</b>	<b>55,00</b>	<b>0,53</b>	<b>248,55</b>	<b>225,57</b>	<b>35,30</b>	<b>0,64</b>	<b>0,34</b>	<b>18,94</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	50	7,98	6,38	6,25	114,25	0,04	0,00	0,00	0,36	7,23	81,19	9,93	1,17	0,06	2,63	120540
2	Рагу из овощей	120	2,60	7,73	17,54	149,80	0,12	11,60	0,00	3,53	27,06	70,95	32,65	1,08	0,09	5,57	130203
3	Кисель фруктово-ягодный	200	0,53	0,03	19,19	78,75	0,01	0,40	0,00	0,55	20,15	18,45	10,50	1,13	0,02	0,00	160219 160228
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>12,70</b>	<b>14,73</b>	<b>52,98</b>	<b>394,80</b>	<b>0,19</b>	<b>12,00</b>	<b>0,00</b>	<b>4,78</b>	<b>59,14</b>	<b>187,38</b>	<b>55,68</b>	<b>3,62</b>	<b>0,17</b>	<b>8,19</b>	



2	Флоды и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,32	0,24	8,24	37,60	0,02	4,00	0,00	0,32	15,20	12,80	9,60	1,84	0,02	0,80	210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,32</b>	<b>0,24</b>	<b>8,24</b>	<b>37,60</b>	<b>0,02</b>	<b>4,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,32</b>	<b>15,20</b>	<b>12,80</b>	<b>9,60</b>	<b>1,84</b>	<b>0,02</b>	<b>0,80</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из моркови и свежего огурца	40	0,34	6,17	4,21	75,18	0,02	8,10	0,00	2,84	8,94	8,90	6,88	0,96	0,01	1,08	100526-1
2	Солянка домашняя	200	3,12	4,38	12,43	102,64	0,11	5,20	0,00	1,91	66,52	86,60	23,71	1,08	0,06	3,85	110329
3	Печень в сметанном соусе	70	13,68	0,52	0,11	59,50	0,08	0,99	8,54	0,77	300,62	436,61	25,89	0,45	0,06	128,14	120405
4	Рис отварной	120	2,97	3,39	32,79	166,79	0,03	0,00	10,80	0,20	4,90	63,91	21,07	0,44	0,02	0,91	130301
5	Напиток витаминный	200	0,46	0,15	29,11	125,00	0,02	52,00	0,04	0,34	11,80	11,68	4,72	0,54	0,03	0,00	160238
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>23,49</b>	<b>15,43</b>	<b>96,85</b>	<b>621,11</b>	<b>0,30</b>	<b>66,29</b>	<b>19,38</b>	<b>6,59</b>	<b>447,48</b>	<b>674,50</b>	<b>89,87</b>	<b>4,32</b>	<b>0,19</b>	<b>135,98</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Вафли	50	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
2	Ряженка	200	7,80	5,00	8,40	108,00	0,00	0,60	40,00	0,00	248,00	184,00	28,00	0,20	0,26	0,00	230102
	<b>Итого:</b>		<b>9,26</b>	<b>8,58</b>	<b>26,82</b>	<b>195,40</b>	<b>0,02</b>	<b>0,60</b>	<b>42,00</b>	<b>0,70</b>	<b>253,80</b>	<b>202,00</b>	<b>32,00</b>	<b>0,62</b>	<b>0,27</b>	<b>0,00</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Макаронник с творогом и маслом сливочным	120	9,82	7,50	44,06	283,91	0,11	0,09	43,56	1,04	142,27	123,87	14,64	1,16	0,07	1,26	120213
2	Компот из плодов свежих (апельсин)	200	0,27	0,06	24,41	100,68	0,01	18,00	0,00	0,06	10,86	6,90	3,90	0,16	0,01	0,60	160212
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>11,69</b>	<b>8,16</b>	<b>78,47</b>	<b>436,59</b>	<b>0,15</b>	<b>18,09</b>	<b>43,56</b>	<b>1,44</b>	<b>157,83</b>	<b>147,57</b>	<b>21,14</b>	<b>1,56</b>	<b>0,08</b>	<b>1,86</b>	
<b>Ужин2</b>																	
1	Молоко ультрапастеризованное	200	6,00	6,40	9,40	120,00	0,04	1,20	30,00	0,00	242,00	182,00	28,00	0,20	0,26	18,00	230105
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>7,46</b>	<b>9,98</b>	<b>27,82</b>	<b>207,40</b>	<b>0,06</b>	<b>1,20</b>	<b>32,00</b>	<b>0,70</b>	<b>247,80</b>	<b>200,00</b>	<b>32,00</b>	<b>0,62</b>	<b>0,27</b>	<b>18,00</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>59,44</b>	<b>59,61</b>	<b>284,18</b>	<b>1866,71</b>	<b>0,70</b>	<b>92,19</b>	<b>193,54</b>	<b>10,69</b>	<b>1233,03</b>	<b>1416,75</b>	<b>233,13</b>	<b>10,38</b>	<b>0,98</b>	<b>165,85</b>	
<b>День 20 (Пятница)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша пшеничная молочная	160	16,82	10,29	16,77	226,92	0,14	0,43	50,01	0,34	258,46	501,14	21,41	0,57	0,25	1,76	120318
2	Масло коровье сладкосливочное несоленое	20	0,72	0,85	5,55	32,80	0,01	0,10	4,20	0,02	31,70	21,90	3,40	0,02	0,04	0,90	140201
3	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
4	Чай с сахаром	200	3,67	3,48	14,63	105,46	0,02	0,54	13,50	0,01	114,32	108,10	29,60	1,00	0,13	8,10	160101
	<b>Итого:</b>		<b>22,81</b>	<b>15,22</b>	<b>46,95</b>	<b>417,18</b>	<b>0,19</b>	<b>1,07</b>	<b>67,71</b>	<b>0,72</b>	<b>409,18</b>	<b>647,94</b>	<b>57,01</b>	<b>1,83</b>	<b>0,42</b>	<b>10,76</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Вода питьевая детская	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
2	Флоды и ягоды свежие (см Приложение №1)	80	0,32	0,32	7,84	37,60	0,02	8,00	0,00	0,16	12,80	8,80	7,20	1,76	0,02	1,60	210110
	<b>Итого:</b>		<b>0,32</b>	<b>0,32</b>	<b>7,84</b>	<b>37,60</b>	<b>0,02</b>	<b>8,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,16</b>	<b>12,80</b>	<b>8,80</b>	<b>7,20</b>	<b>1,76</b>	<b>0,02</b>	<b>1,60</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из китайской капусты с кукурузой	40	0,72	2,82	4,62	46,80	0,02	5,76	0,00	1,26	19,20	18,00	7,80	0,48	0,02	0,00	100502 100518
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	180	1,60	3,04	6,74	61,07	0,05	15,64	6,00	1,02	122,93	36,91	16,79	0,58	0,05	3,24	110105
3	Рыбные тефтели	70	11,61	5,25	8,35	138,72	0,18	17,45	2523,15	1,58	135,77	218,97	14,58	8,12	1,20	9,63	120538
4	Пюре картофельное	120	2,66	3,07	17,27	107,60	0,12	10,09	10,44	0,12	43,57	78,33	26,06	0,94	0,11	7,14	130101
5	Компот из плодов сухих	200	0,28	0,06	27,88	113,52	0,02	0,00	0,06	0,06	10,20	15,48	5,04	0,42	0,01	0,00	160209-2
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,32	0,22	8,20	40,00	0,02	0,00	0,00	0,18	50,00	50,00	5,00	0,62	0,01	2,00	200103
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>19,79</b>	<b>15,06</b>	<b>83,05</b>	<b>559,72</b>	<b>0,43</b>	<b>48,94</b>	<b>2539,65</b>	<b>4,56</b>	<b>386,37</b>	<b>434,49</b>	<b>77,87</b>	<b>11,40</b>	<b>1,39</b>	<b>22,01</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Печенье овсяное	50	4,09	3,51	24,65	146,37	0,06	0,08	9,38	0,55	24,63	46,18	7,02	0,50	0,05	2,69	190102
2	Сок фруктовый	200	5,60	6,00	20,80	160,00	0,06	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20	0,30	18,00	230104
	<b>Итого:</b>		<b>9,69</b>	<b>9,51</b>	<b>45,45</b>	<b>306,37</b>	<b>0,12</b>	<b>1,28</b>	<b>29,38</b>	<b>0,55</b>	<b>272,63</b>	<b>236,18</b>	<b>37,02</b>	<b>0,70</b>	<b>0,35</b>	<b>20,69</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с соусом молочным	50	5,33	6,06	6,02	99,99	0,03	0,05	2,78	0,93	15,64	59,16	7,61	0,75	0,05	2,41	120535

2	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,33	5,36	28,56	187,51	0,21	0,00	13,50	0,44	11,91	149,99	99,98	8,01	0,10	2,95	130309
3	Напиток яблочный	200	0,06	0,06	21,35	86,38	0,00	1,40	0,00	0,03	2,84	1,54	1,26	0,37	0,00	0,28	160217 160230
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,60	0,60	10,00	52,00	0,02	0,00	0,00	0,34	4,70	16,80	2,60	0,24	0,01	0,00	200102
	<b>Итого:</b>		<b>13,32</b>	<b>12,08</b>	<b>65,93</b>	<b>425,87</b>	<b>0,27</b>	<b>1,45</b>	<b>16,28</b>	<b>1,74</b>	<b>35,09</b>	<b>227,49</b>	<b>111,45</b>	<b>9,37</b>	<b>0,16</b>	<b>5,64</b>	
<b>Ужин2</b>																	
1	Чай с молоком с сахаром	200	1,20	1,28	11,87	63,90	0,01	0,24	6,00	0,00	52,17	42,17	5,60	0,07	0,05	3,60	160108
2	Печенье	20	1,46	3,58	18,42	87,40	0,02	0,00	2,00	0,70	5,80	18,00	4,00	0,42	0,01	0,00	
	<b>Итого:</b>		<b>2,66</b>	<b>4,86</b>	<b>30,29</b>	<b>151,30</b>	<b>0,02</b>	<b>0,24</b>	<b>8,00</b>	<b>0,70</b>	<b>57,97</b>	<b>60,17</b>	<b>9,60</b>	<b>0,49</b>	<b>0,06</b>	<b>3,60</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>68,59</b>	<b>57,04</b>	<b>279,51</b>	<b>1898,03</b>	<b>1,06</b>	<b>60,98</b>	<b>2661,01</b>	<b>8,43</b>	<b>1174,04</b>	<b>1615,07</b>	<b>300,16</b>	<b>25,55</b>	<b>2,41</b>	<b>64,29</b>	
	<b>Итого за 5 дней</b>		<b>66,37</b>	<b>64,53</b>	<b>282,84</b>	<b>1956,71</b>	<b>1,37</b>	<b>59,93</b>	<b>1040,47</b>	<b>10,24</b>	<b>1166,29</b>	<b>1501,20</b>	<b>262,87</b>	<b>16,31</b>	<b>1,57</b>	<b>109,42</b>	
	<b>Итого за 20 дней</b>		<b>67,01</b>	<b>68,84</b>	<b>275,66</b>	<b>1965,71</b>	<b>1,32</b>	<b>69,39</b>	<b>647,48</b>	<b>10,28</b>	<b>1110,41</b>	<b>1398,01</b>	<b>259,17</b>	<b>14,59</b>	<b>1,46</b>	<b>98,04</b>	