

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	200	2,82	10,56	9,93	146,4	174	
				БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60	0,1	16,5	0,16	149,6	1	
			гор.напиток	ЧАЙ С САХАРМ	200	0	0	14,52	58,05	430	
			хлеб	ХЛЕБ " СИЛА" ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	40	1,7	0,9	10,85	30		
			фрукты	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63	213	
			итого		540	9,72	32,56	35,76	447,05		0
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
1	2	Завтрак	гор.блюдо	СУП "ОХОТНИЧИЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ"	200	2,66	4,51	14,18	108,07	115	
			гор.напиток	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0	0	19,36	77,41	349	
			хлеб	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			фрукты								
			хлеб	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			закуска	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ)	60	0	0	0	0	71	
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Рис отварной с маслом	180	0	6,5	0,1	58,8	304	
				Зразы рыбные рубленные	100	13,1	21,7	8,8	273,7	237	
			гор.напиток	Напиток Яблочный	200	0,1	0,1	26,4	108	438	
			хлеб	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			фрукты								
			хлеб	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			закуска	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ)	60	0	0	0	0	71	
1	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
1	4	Завтрак	гор.блюдо	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,84	6,52	25,68	177,19	312	
			гарнир	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ	150	6,89	18,01	3,76	205,48	306	
			гор.напиток	Компот из сухофруктов	200	0	0	19,4	77,4	349	
			хлеб	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			фрукты								
			хлеб	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			закуска	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ)	60	0	0	0	0	71	
1	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Борщ "Сибирский"со сметаной	200	1,5	4,6	9	84,1	80	
			итого		670	19,33	29,13	103,04	620,07		0
1	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Борщ "Сибирский"со сметаной	200	1,5	4,6	9	84,1	80	
			итого		670	19,33	29,13	103,04	620,07		0

			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0	0	14,5	58,1	430	
			хлеб	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			фрукты								
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			закуска	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ)	60	0	0	0	0	71	
			итого		540	7,5	7,8	61,5	252,2		0
1	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	5	Итого за день:			540	7,5	7,8	61,5	252,2		0
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша "Дружба" с маслом	180	5,6	9	0	23,4	190	
				Бутерброд с маслом	60	0,1	16,5	0,16	149,6	1	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0	0	14,5	58,1	430	
			хлеб	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			фрукты	Сок 0,2	200	0	0	13	1		
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			итого		720	11,7	28,7	65,66	342,1		0
2	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	1	Итого за день:			720	11,7	28,7	65,66	342,1		0
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Суп картофельный с горохом и гречками	210	5,29	3,99	19,35	124,55	99/73	
			гор.напиток	Напиток витаминизированный	200	0	0	4,28	18		
			хлеб	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			фрукты								
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			закуска	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ)	60	0	0	0	0	71	
			итого		550	11,29	7,19	61,63	252,55		0
2	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	2	Итого за день:			550	11,29	7,19	61,63	252,55		0
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные с маслом	180	6,77	8,88	43,16	279,11	202,1	
			гарнир	Птица отварная с маслом	105	28,2	7,2	0,8	182	307	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0	0	14,5	58,1	430	
			хлеб	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			фрукты								
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			закуска	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ)	60	0	0	0	0	71	
			итого		625	40,97	19,28	96,46	629,21		0
2	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	3	Итого за день:			625	40,97	19,28	96,46	629,21		0
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Сложный гарнир	180	3,97	16,36	21,43	249,15		
			гарнир	Котлета рыбная "Лада"	100	12,48	5,42	3,3	107,1	241	
			гор.напиток	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	402	
			хлеб	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			фрукты								
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			закуска	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ)	60	0	0	0	0	71	
			итого		620	23,05	25,08	94,43	597,25		0

2	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	4	Итого за день:			620	23,05	25,08	94,43	597,25		0
2	5	Завтрак	гор.блюдо	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ							
			гор.напиток	Напиток из кураги	200	0	0	23,2	92,9	401	
			хлеб	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			фрукты								
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			закуска	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ (ПО СЕЗОНУ)	60	0	0	0	0	71	
			итого		340	6	3,2	61,2	202,9		0
2	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	5	Итого за день:			340	6	3,2	61,2	202,9		0
		Среднее значение за период:			576,5	15,742	19,215	72,452	418,931		#ДЕЛ/0!