

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	1	Обед	закуска	яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	213	
			1 блюдо	Каша вязкая молочная рисовая	250	3,52	13,22	12,39	183,08	174	
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток	Чай с сахаром	200	0	0	14,5	58,1	430	
			хлеб бел.	Бутерброд с маслом	60	2	20,8	12,4	215,5	1	
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный Витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			итого		590	12,32	39,52	50,49	549,68		0
1	1	Итого за день:			590	12,32	39,52	50,49	549,68		0
1	2	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	2	Обед	закуска	Овощи натуральные (по сезону)	100	0	0	0	0	71	
			1 блюдо	Суп "Охотничий" с гречневой крупой	250	3,33	5,64	17,74	135,22		
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток	Компот из сухофруктов	200	0	0	4,3	18		
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			итого		630	9,33	8,84	60,04	263,22		0
1	2	Итого за день:			630	9,33	8,84	60,04	263,22		0
1	3	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	3	Обед	закуска	Овощи натуральные (по сезону)	100	0	0	1	0	71	
			1 блюдо								
			2 блюдо	Рис отварной с маслом	200	0	6,5	0,1	58,8	304	
			гарнир	Зразы рыбные рубленые	100	13,1	21,7	8,8	273,7	237	
			напиток	Напиток Яблочный	200	0,1	0,1	26,4	108	438	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			итого		680	19,2	31,5	74,3	550,5		0
1	3	Итого за день:			680	19,2	31,5	74,3	550,5		0
1	4	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	4	Обед	закуска	Овощи натуральные (по сезону)	100	0	0	1	0	71	
			1 блюдо								
			2 блюдо	Картофельное пюре	200	3,8	20,7	25,1	302,1	128	
			гарнир	Голубцы ленивые с соусом	150	8,6	9,3	3,2	131,9	298	
			напиток	Напиток витаминизированный	200	0	0	4,28	18		
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			итого		730	18,4	33,2	71,58	562		0
1	4	Итого за день:			730	18,4	33,2	71,58	562		0
1	5	Завтрак	гор.блюдо								

			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0		0	
1	5	Обед	закуска	Овощи натуральные (по сезону)	100	0	0	1	0	71		
			1 блюдо	Борщ "Сибирский"со сметаной	250	1,5	4,6	9	84,1	80		
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток	Чай с сахаром	200	0	0	14,5	58,1	430		
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80			
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30			
			итого		630	7,5	7,8	62,5	252,2		0	
1	5	Итого за день:			630	7,5	7,8	62,5	252,2		0	
2	1	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0		0	
2	1	Обед	закуска	Сок 0,2	200	0	0	13	1			
			1 блюдо	Каша "Дружба" с маслом	250	5,6	9	0	23,4	190		
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток	Чай с сахаром	200	0	0	14,5	58,1	430		
			хлеб бел.	Бутерброд с маслом	60	0,12	19,8	0,19	179,582	1		
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30			
			итого		750	7,42	29,7	38,59	292,082		0	
2	1	Итого за день:			750	7,42	29,7	38,59	292,082		0	
2	2	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0		0	
2	2	Обед	закуска	Овощи натуральные (по сезону)	100	0	0	1	0	71		
			1 блюдо	Суп Картофельный с горохом и гречками	260	6,55	4,98	23,95	154,5	99/73		
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80			
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30			
			итого		440	12,55	8,18	62,95	264,5		0	
2	2	Итого за день:			440	12,55	8,18	62,95	264,5		0	
2	3	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0		0	
2	3	Обед	закуска	Овощи натуральные (по сезону)	100	0	0	1	0	71		
			1 блюдо									
			2 блюдо	Макароны отварные с маслом	200	7,52	9,77	47,96	310,04	202,1		
			гарнир	Птица отварная	105	28,2	7,2	0,8	182	307		
			напиток	Чай с сахаром	200	0	0	14,5	58,1	430		
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80			
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30			
			итого		685	41,72	20,17	102,26	660,14		0	
2	3	Итого за день:			685	41,72	20,17	102,26	660,14		0	
2	4	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0		0	

2	4	Обед	закуска	Овощи натуральные (по сезону)	100	0	0	1	0	71	
			1 блюдо	Картофельное пюре	150	2,5	12,1	14,7	177,8	128	
			2 блюдо	Капуста тушеная	50	0,6	1,4	10,1	55,9	346	
			гарнир	Котлета "Лада" рыбная	100	5,3	16,5	6,7	192,5	283	
			напиток	Напиток из кураги	200	1	0	28,2	119	440	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			итого		680	15,4	33,2	98,7	655,2		0
2	4	Итого за день:			680	15,4	33,2	98,7	655,2		0
2	5	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	5	Обед	закуска	Овощи натуральные (по сезону)	100	0	0	1	0	71	
			1 блюдо	Рассольник Ленинградский	250	2,22	5,22	16,42	122,17	96	
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток	Напиток из кураги	200	1	0	28,2	119	440	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	4,3	2,3	27,1	80		
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	1,7	0,9	10,9	30		
			итого		630	9,22	8,42	83,62	351,17		0
2	5	Итого за день:			630	9,22	8,42	83,62	351,17		0
		Среднее значение за период:			644,5	15,306	22,053	70,503	440,069		#ДЕЛ/0!