

2010	28	Салат Полюнский	100/3	1,1	10,1	3,7	110	30	14	25	0,8	0,04	46	0,1	4,8
2010	97	Суп картофельный с фрикадельками и сметаной	250/35/20/3	9,5	8,2	18,2	185	47	38	138	2	0,14	11	0,23	0,3
2010	309	Рагу из птицы (индейка)	250/3	35	19,4	24,1	371	74	60	297	3	0,2	40	0,37	4,1
1996	701	Сосиска в тесте	100	8,6	15,9	26,8	289	26	15	110	1,4	0,16	0	0,2	1
2010	225	Пудинг из творога	100	15	10	23,5	244	132	23	190	1,1	0,06	0	0,1	0,6
2010	398	Компот из малины	200	0,4	0,2	33,7	140	21	9	12	0,7	0,02	12	0	0,3
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Апельсин	150	1,4	0,35	12	64,5	60	15	21	0,15	0,15	79,5	0,16	0,3
		Итого за прием пищи:		74,7	64,65	177,6	1514,5	399,9	184,5	840,9	11,35	0,87	188,5	1,16	12,6
		Итого за день:		74,7	64,65	177,6	1514,5	399,9	184,5	840,9	11,35	0,87	188,5	1,16	12,6
		3-й день													
		обед													
2010	66	Филе птицы отварное с гарниром	100/5	10,5	11,8	0	148	20	10	71	1	0,02	0	0,01	2,4
2010	88	Щи из квашеной капусты с картофелем и с говядиной и сметаной	250/25/20/3	9,4	9,8	5,2	148	62	26	86	1	0,03	12	0,21	0,3
2010	237/371	Рыба (треска) запеченная в сметанном соусе	50/60	12,1	12	16,9	225	51	23	163	1,1	0,06	6	0,03	4,9
2010	335	Картофельное пюре	200	4,08	7,2	27,1	188	63	39,2	113	1,5	0,19	7	0,05	0,32
2010	394	Компот из вишни	200	0,3	0,1	28,2	117	16	10	12	0,3	0,01	2	0	0,1
1997	850	Хачапури	100	5,51	5,18	43,92	244	18,37	10,02	51,77	1,67	0,1	3,34	0,05	1,17
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Вафли	100	5,6	6,6	35	530	66	12	108	0,8	0,08	0,6	0,2	0,5
к/к	к/к	Сок в ассортименте	200	1	0	20,2	92	7	4	7	1,4	0,1	2	0,001	0,001
		Итого за прием пищи:		52,19	53,18	212,12	1803	313,27	144,72	659,67	10,97	0,69	32,94	0,551	10,891
		Итого за день		52,19	53,18	212,12	1803	313,27	144,72	659,67	10,97	0,69	32,94	0,551	10,891
		4-й день													
		обед													
2010	26	Салат овощной с яблоками и сладким перцем	100	2,2	10,2	5	117	21	14	24	1,2	0,04	43	0,09	4,8
2010	99	Суп картоф. гороховый с мясом и сметаной	250/25/20/3	13,3	11,7	19,4	237	76	48	197	2,3	0,16	6	0,23	0,4
2010	273	Котлеты рубленые (особые)	150	22,5	29,7	17,7	429	18	36	231	3	0,27	0	0	5,4

2010	338/366	Овощи тушеные (с зел.горошком) в молочном соусе	150	5,4	8	14,4	211	44	30	110	1,3	0,7	10,8	1	0,8
2010	394	Компот из клюквы	200	0,4	0,2	28	117	14	10	11	0,8	0	2	0	0,1
2010	481	Кекс Творожный	100	9	16	50	385	52	10	95	0,7	0,07	0,14	0,14	0,8
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Мандарины свежие	150	1,2	0,3	11,3	57	26,3	8,25	12,75	0,08	0,05	28,5	0	0
		Итого за прием пищи:		57,7	76,6	181,4	1664	261,2	166,75	728,65	11,58	1,39	90,44	1,46	13,5
		Итого за день		57,7	76,6	181,4	1664	261,2	166,75	728,65	11,58	1,39	90,44	1,46	13,5
		5-й день													
		обед													
2010	61/379	Жареная рыба (треска) под маринадом с зеленью	100/3	9,3	9,3	6,2	146	26	18	106	0,8	0,07	3	0,57	4,7
2010	100	Суп с макаронными изделиями и курицей со сметаной	250/25/20/3	8,5	9,3	20,8	201	41	27	76	1	0,11	8	0,22	0,3
1996	386	Печень жаренная с луком	75/15	14,96	9,8	9,8	262	21,4	16,9	255,4	5,6	0,21	13,5	6,03	3,3
2010	323	Греча отварная с маслом	200	4,8	6,08	50,4	274	14,4	34,4	104	0,8	0,032	0	0,03	0,392
2010	397	Компот из черной смородины	200	0,5	0,2	28,9	122	18	12	18	0,7	0,01	27	0	0,4
1988	76	Рулет лицейский с брусничкой протертой с сахаром	100	6,29	12	65,43	541	24,3	8,57	57,14	0,71	0,1	0	0,09	0,09
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Груша	240	0,38	0,12	12,36	58	9	7	11	0,17	0,012	4,2	1	0,12
2010	435	Кефир	200	6	0,2	8	62	252	30	196	0	0,08	2	0	0
		Итого за прием пищи:		54,43	47,5	237,49	1777	416	164,37	871,44	11,98	0,724	57,7	7,94	10,502
		Итого за день:		54,43	47,5	237,49	1777	416	164,37	871,44	11,98	0,724	57,7	7,94	10,502
		6-й день													
		обед													
2010	25	Салат из свежих помидоров со сл. перцем	100/3	1,1	10,1	3,6	106	20	15	22	0,9	0,05	58	0,16	5,1
2010	91	Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	250/25/20/3	9,3	10	17,2	197	42	35	125	1,4	0,1	8	0,21	0,3
2010	306	Голубцы ленивые	300	30,3	33,3	18,6	504	114	66	285	6	0,12	45	0	7,8
2010	451	Пирожок сдобные с джемом	100	5,7	5,2	61,3	313	21,7	11,7	55,3	0	0,1	16,7	0,05	0,9
2010	394	Компот из брусники	200	0,4	0,2	28,2	117	14	10	11	0,8	0	2	0	0,1

к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	10,00	47	15,8	5	20	2,2	0,03	2	0,01	0,03
		Итого за прием пищи:		50,9	59,7	174,5	1395	237,4	153,2	566,2	13,5	0,5	131,7	0,43	15,43
		Итого за день:		50,9	59,7	174,5	1395	237,4	153,2	566,2	13,5	0,5	131,7	0,43	15,43
		7-й день													
		обед													
2010	48	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,7	19,5	7	224	168	24	111	1,7	0,02	6	0,05	6,7
2010	84	Щи из свежей капусты с картофелем говядиной и сметаной	250/25/20/3	9,4	9,8	8	160	52	30	99	1,2	0,07	22	0,21	0,3
2010	266	Плов по-узбекски	250/3	25,3	34,25	48,5	604	35	71	306,3	3,75	0,1	125	0,9	10
2010	398	Компот клубничный	200	0,4	0,2	33,7	140	21	9	12	0,7	0,02	12	0	0,3
2010	454	Пицца" Школьная"	150	12,9	13	49	182	146	19,5	155	10,5	0,18	1,5	0,08	0,9
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Пряники заварные	100	5,6	6,6	35	530	66	12	108	0,8	0,08	0,6	0,2	0,5
к/к	к/к	Сок в ассортименте	200	1	0	20,2	92	7	4	7	1,4	0,1	2	0,001	0,001
		Итого за прием пищи:		63	83,85	237	2043	504,9	180	846,2	22,25	0,67	169,1	1,441	19,901
		Итого за день:		63	83,85	237	2043	504,9	180	846,2	22,25	0,67	169,1	1,441	19,901
		8-й день													
		обед													
2010	22	Салат из свежих помидор	100/3	1	10,2	3,3	109	30	18	24	1	0,05	24	0,16	5,1
2010	95	Суп овощной с мясом и сметаной	250/25/20/3	8,2	10,7	11,4	177	34	28	90	1,3	0,12	77	0,23	0,8
2010	312/371	Индейка тушеная в сметанном соусе	50/50	15	13,8	3,6	197	41	21	161	1	0,05	8	0,06	3,1
2010	323	Греча отварная с маслом	200	4,8	6,08	50,4	274	14,4	34,4	104	0,8	0,032	0	0,03	0,392
2010	398	Компот из малины	200	0,4	0,2	33,7	140	21	9	12	0,7	0,02	12	0	0,3
1997	850	Хачапури	100	5,51	5,18	43,92	244	18,37	10,02	51,77	1,67	0,1	3,34	0,05	1,17
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Апельсин	150	1,4	0,35	12	64,5	60	15	21	0,15	0,15	79,5	0,16	0,3
		Итого за прием пищи:		40,01	47,01	193,92	1316,5	228,67	145,92	511,67	8,82	0,622	203,84	0,69	12,362
		Итого за день:		40,01	47,01	193,92	1316,5	228,67	145,92	511,67	8,82	0,622	203,84	0,69	12,362
		9-й день													
		обед													
2010	к/к	Салат из китайской капусты с перцем	100/3	2,5	2,4	3,3	176	56	13	48	0,6	0,04	16	24,77	0,27

2010	99	Суп картофельный с фасолью с мясом(говядина) и сметаной	250/25/20/3	13,4	10,8	20	282	86,2	48	200	2,3	0,17	6	0,23	0,5
2010	273	Биточки рубленые (особые)	150	22,5	29,7	17,7	429	18	36	231	3	0,27	0	0	5,4
2010	333	Картофель отварной с маслом	250	4,9	9	39	259	32	55	133	2	0,03	35	0,08	0,4
2010	394	Компот из вишни	200	0,3	0,1	28,2	117	16	10	12	0,3	0,01	2	0	0,1
2010	451	Пирожок сдобные с конфитюром	100	5,7	5,2	61,3	313	21,7	11,7	55,3	0	0,1	16,7	0,05	0,9
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Печенье порционное	100	4,6	21,1	41,4	372	0,001	0,001	0,001	0,001	0,002	0	0	0,001
к/к	к/к	Сок в ассортименте	200	1	0	20,2	92	7	4	7	1,4	0,1	2	0,001	0,001
		Итого за прием пищи:		58,6	78,8	266,7	2151	246,801	188,201	734,2	11,801	0,822	77,7	25,131	8,772
		Итого за день		58,6	78,8	266,7	2151	246,801	188,201	734,2	11,801	0,822	77,7	25,131	8,772
		10-день													
		обед													
2010	42	Салат витаминный с кукурузой	100/3	1	10	5,6	117	23	10	20,6	0,6	0,03	31	0,19	4,6
2010	100	Суп с макаронными изделиями и курицей со сметаной	250/25/20/3	8,5	9,3	20,8	201	41	27	76	1	0,11	8	0,22	0,3
1996	376	Поджарка из говядины	100/35	23,5	23,8	4,6	327	21	30	225	3	0,06	1,5	0,02	3,3
2010	325	Рис отварной	200	4,8	5,7	39,8	231	33	75	210	1,3	0,15	0	0,3	0,1
2010	394	Компот из клюквы	200	0,4	0,2	28	117	14	10	11	0,8	0	2	0	0,1
2010	479	Булочка Творожная	100	11,8	5,6	46,8	288	56	14	116	0,8	0,14	0	0,02	1
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Яблоки свежие	240	1	1	24,00	113	38	12	48	5,3	0,07	4,8	0,02	0,07
		Итого за прием пищи:		54,7	56,1	205,2	1505	235,90	188,5	754,5	15	0,66	47,3	0,77	10,67
		Итого за день:		54,7	56,1	205,2	1505	235,90	188,5	754,5	15	0,66	47,3	0,77	10,67
		Итого за 10 дней		561,42	624,09	2093,86	16963	3043,241	1632,53	7067,5	127,46	7,428	1040	64,673	121,388
		В среднем за один день		56,142	62,41	209,39	1696,30	304,32	163,25	706,7	12,75	0,743	104	6,4673	12,14
		11-й день													
		обед													
2010	25	Салат из свежих помидоров со сл. перцем	100/3	1,1	10,1	3,6	106	20	15	22	0,9	0,05	58	0,16	5,1

2010	92	Суп рыбный с зеленью и сметаной	250/25/20/3	15,2	8,2	21,2	219	72	66	232	1,8	0,2	11	0,52	0,5
2010	259	Гуляш из говядины	100/50	31,4	31,8	6,2	436	28	40	300	4	0,08	2	0,02	4,4
2010	346	Капуста свежая тушеная	150	3,8	4,3	9,8	93	90	29	59	1,2	0,04	27	0,11	0,3
2010	431	Чай с сахаром и лимоном	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62	8	5	10	1	0	3	0	0
1988	76	Рулет лицейский с клюквой протертой с сахаром	100	6,29	12	65,43	541	24,3	8,57	57,14	0,71	0,1	0	0,09	0,09
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Сок в ассортименте	200	1	0	20,2	92	7	4	7	1,4	0,1	2	0,001	0,001
		Итого за прием пищи:		62,79	67	177,23	1660	259,2	178,07	735,04	13,21	0,67	103	0,901	11,591
		Итого за день		62,79	67	177,23	1660	259,2	178,07	735,04	13,21	0,67	103	0,901	11,591
		12-й день													
		обед													
2010	66/357	Филе птицы отварное с гарниром	100/5	10,5	11,8	0	148	20	10	71	1	0,02	0	0,01	2,4
2010	91	Рассольник ленинградский с мясом и сметаной	250/25/20/3	9,3	10	17,2	197	42	35	125	1,4	0,1	8	0,21	0,3
2010	300/371	Биточки из говядины запеченные под соусом	100/30	16,65	20,25	50,25	540	66	45	204	3	0,09	0	0,06	4,2
2010	209	Макаронные изделия отварные	200	7,44	6,4	42,56	258,4	5,6	9,6	48	1,04	0,08	0	0	1,04
2010	397	Компот из черной смородины	200	0,5	0,2	28,9	122	18	12	18	0,7	0,01	27	0	0,4
2010	481	Кекс Творожный	100	9,2	16,2	50,1	385	52	10	95	0,7	0,07	0	0,2	1,2
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Ирис	50	2	8,25	11,75	125	7,75	1,35	10	0,003	0,001	0	0	0,002
к/к	к/к	Сок в ассортименте	200	1	0	20,2	92	7	4	7	1,4	0,1	2	0,001	0,001
		Итого за прием пищи:		60,29	73,6	256,56	1978,4	228,25	137,45	625,9	11,443	0,571	37	0,481	10,743
		Итого за день		60,29	73,6	256,56	1978,4	228,25	137,45	625,9	11,443	0,571	37	0,481	10,743
		13-й день													
		обед													
2010	33	Салат из редиса с огурцами	100/3	1	10,1	2,8	106	31	12	39	1	0,02	18	0	4,5
2010	95	Суп овощной с говядиной и сметаной	250/25/20/3	8,2	11,7	11,4	187	34	28	90	1,2	0,12	77	0,23	0,8
2010	299	Запеканка картофельная с мясом (свинины)	244/6	21,6	29,2	40,8	512	36	70	262	4	0,28	24	0,04	6,2
2010	394	Компот из брусники	200	0,4	0,2	28,2	117	14	10	11	0,8	0	2	0	0,1

1996	701	Сосиска в тесте	100	8,6	15,9	26,8	289	26	15	110	1,4	0,16	0	0,2	1
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Вафли	100	5,6	6,6	35	530	66	12	108	0,8	0,08	0,6	0,2	0,5
к/к	к/к	Сок в ассортименте	200	1	0	20,2	92	7	4	7	1,4	0,1	2	0,001	0,001
		Итого за прием пищи:		50,1	74,2	200,8	1944	223,9	161,5	674,9	12,8	0,86	123,6	0,671	14,301
		Итого за день:		50,1	74,2	200,8	1944	223,9	161,5	674,9	12,8	0,86	123,6	0,671	14,301
		14-й день													
		обед													
2011	47	Салат Рыбный (треска)	150/3	3,31	8,74	19,2	168,66	6,1	0	0	1,47	0,13	43,38	0	0
2010	99	Суп картоф. гороховый с мясом и сметаной	250/25/20/3	13,3	11,7	19,4	237	76	48	197	2,3	0,16	6	0,23	0,4
2010	258	Жаркое по-домашнему (свинина)	300	33,4	31,7	26,6	530	41,8	71,7	378	5,9	0,17	9,9	0,002	4,3
2010	398	Компот клубничный	200	0,4	0,2	33,7	140	21	9	12	0,7	0,02	12	0	0,3
1988	76	Рулет лицейский с повидлом	100	6,29	12	65,43	541	24,3	8,57	57,14	0,71	0,1	0	0,09	0,09
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Конфеты шоколадные	25	2	8,25	11,75	125	7,75	1,35	10	0,003	0,001	0	0	0,002
2010	465	Йогурт	125	5,35	3,1	23,3	148,8	0,05	0,8	0,01	0	155	119	18,8	0,12
		Итого за прием пищи:		67,75	76,19	234,98	2001,46	186,9	149,92	702,05	13,283	155,68	190,28	19,122	6,412
		Итого за день:		67,75	76,19	234,98	2001,46	186,90	149,92	702,05	13,283	155,68	190,28	19,122	6,412
		15-й день													
		обед													
2010	49	Салат из свеклы с черносливом, чесноком и орехами	100	3,2	16,2	12,1	208	53	37	76	1,8	0,06	7	0	4,8
2010	87	Щи из квашеной капусты по-уральски с курой и сметаной	250/25/20/3	7,2	9,1	7,2	140	50	19	54	0,7	0,03	11	0,22	0,2
2010	259	Гуляш из говядины	100/50	31,4	31,8	6,2	436	28	40	300	4	0,08	2	0,02	4,4
2010	335	Картофельное пюре	200	4,08	7,2	27,1	188	63	39,2	113	1,5	0,19	7	0,05	0,32
2010	398	Компот из малины	200	0,4	0,2	33,7	140	21	9	12	0,7	0,02	12	0	0,3
1997	850	Хачапури	100	5,51	5,18	43,92	244	18,37	10,02	51,77	1,67	0,1	3,34	0,05	1,17
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Яблоки свежие	240	1	1	24,00	113	38	12	48	5,3	0,07	4,8	0,02	0,07
		Итого за прием пищи:		56,49	71,18	189,82	1580	281,27	176,72	702,67	17,87	0,65	47,14	0,36	12,46

		Итого за день:		56,49	71,18	189,82	1580	281,27	176,72	702,67	17,87	0,65	47,14	0,36	12,46
		16-й день													
		обед													
2010	66	Филе птицы (индейки) отварное с гарниром	100/5	13,3	10,5	0	148	13	12	105	1	0,02	0	0,1	3
2010	76	Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	250/25/20/3	9,5	9,8	12,1	176	60	33	104	1,7	0,06	11	0,22	0,3
2010	228	Рыба филе (треска) отварная	100	9,1	0,3	0	39	7	2	80	0,3	0,03	0	0	0,3
2010	209	Макаронные изделия отварные	200	7,44	6,4	42,56	258,4	5,6	9,6	48	1,04	0,08	0	0	1,04
2010	394	Компот из вишни	200	0,3	0,1	28,2	117	16	10	12	0,3	0,01	2	0	0,1
2010	454	Пицца" Школьная"	150	12,9	13	49	182	146	19,5	155	10,5	0,18	1,5	0,08	0,9
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Апельсин	150	1,4	0,35	12	64,5	60	15	21	0,15	0,15	79,5	0,16	0,3
		Итого за прием пищи:		57,64	40,95	179,46	1095,9	317,5	111,6	572,9	17,19	0,63	94	0,56	7,14
		Итого за день:		57,64	40,95	179,46	1095,9	317,5	111,6	572,9	17,19	0,63	94	0,56	7,14
		17 день													
		обед													
2010	48	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,7	19,5	7	224	168	24	111	1,7	0,02	6	0,05	6,7
2010	109	Суп рисовый с мясом и сметаной	250/25/20/3	9,2	4,6	12,1	127	15	17	85	1,2	0,03	1	0,02	0,2
2010	307	Птица отварная (окорочок)	150	40,2	16,5	1,2	315	87	48	324	3	0,06	24	0,15	2,4
2010	333	Картофель отварной с маслом	250	4,9	9	39	259	32	55	133	2	0,03	35	0,08	0,4
2010	394	Компот из клюквы	200	0,4	0,2	28	117	14	10	11	0,8	0	2	0	0,1
2010	451	Пирожок сдобные с конфитуром	100	5,7	5,2	61,3	313	21,7	11,7	55,3	0	0,1	16,7	0,05	0,9
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
2010	225	Пудинг из творога	100	15,3	10	23	244	132	23	190	1,1	0,06	0	0,1	0,6
к/к	к/к	Сок в ассортименте	200	1	0	20,2	92	7	4	7	1,4	0,1	2	0,001	0,001
		Итого за прием пищи:		85,1	65,5	227,4	1802	486,6	4	964,2	13,4	0,5	86,7	0,451	12,501
		Итого за день:		85,1	65,5	227,4	1802	486,6	4	964,2	13,4	0,5	86,7	0,451	12,501
		18-й день													
		обед													
2010	61	Жареная рыба (треска) под маринадом с зеленью	100/3	9,3	9,3	6,2	146	26	18	106	0,8	0,07	3	0,57	4,7

2010	84	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250/25/20/3	9,4	9,8	8	160	52	30	99	1,2	0,07	22	0,21	0,3
2010	273	Биточки рубленые (особые) из говядины	150	22,5	29,7	17,7	429	18	36	231	3	0,27	0	0	5,4
2010	209	Макаронные изделия отварные	200	7,44	6,4	42,56	258,4	5,6	9,6	48	1,04	0,08	0	0	1,04
2010	397	Компот из черной смородины	200	0,5	0,2	28,9	122	18	12	18	0,7	0,01	27	0	0,4
2010	479	Булочка Творожная	100	11,8	5,6	46,8	288	56	14	116	0,8	0,14	0	0,02	1
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Конфеты помадные молочные	30	2	8,25	11,75	125	7,75	1,35	10	0,003	0,001	0	0	0,002
к/к	к/к	Сок в ассортименте	200	1	0	20,2	92	7	4	7	1,4	0,1	2	0,001	0,001
		Итого за прием пищи:		67,64	69,75	217,71	1731,4	200,25	135,45	682,9	11,143	0,841	54	0,801	14,043
		Итого за день:		67,64	69,75	217,71	1731,4	200,25	135,45	682,9	11,143	0,841	54	0,801	14,043
		19 день													
		обед													
2010	40	Салат из квашеной капусты с луком	100/3	1,6	5,1	7,7	83	49	15	28	0,7	0,02	27	0,03	2,3
2010	97	Суп картофельный с фрикадельками и сметаной	250/35/20/3	9,5	8,2	18,2	185	47	38	138	2	0,14	11	0,23	0,3
2010	228	Рыба филе (треска) отварная	100	9,1	0,3	0	39	7	2	80	0,3	0,03	0	0	0,3
2010	325	Рис отварной	200	4,8	5,7	39,8	231	33	75	210	1,3	0,15	0	0,3	0,1
2010	394	Компот из брусники	200	0,4	0,2	28,2	117	14	10	11	0,8	0	2	0	0,1
1996	701	Сосиска в тесте	100	8,6	15,9	26,8	289	26	15	110	1,4	0,16	0	0,2	1
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	10,00	47	15,8	5	20	2,2	0,03	2	0,01	0,03
к/к	к/к	Сок в ассортименте	200	1	0	20,2	92	7	4	7	1,4	0,1	2	0,001	0,001
		Итого за прием пищи:		39,1	36,3	186,5	1194	208,7	174,5	651,9	12,3	0,73	44	0,771	5,331
		Итого за день:		39,1	36,3	186,5	1194	208,7	174,5	651,9	12,3	0,73	44	0,771	5,331
		20-й день													
		обед													
2010	45	Салат картофельный с сельдью	150/3	7,1	21	14,4	276	52	34,5	133	1,65	0,02	18	0,08	9
2010	109	Суп рисовый с мясом и сметаной	250/25/20/3	9,2	4,6	12,1	127	15	17	85	1,2	0,03	1	0,02	0,2
2010	307	Птица отварная (индейка)	100	26,8	11	0,8	210	58	32	216	2	0,04	16	0,1	1,6

2010	338	Овощи тушеные (с кабачком) в молочном соусе	250	9	13,4	24	352	74	50	184	2,2	1,18	18	1,72	1,4
2010	431	Чай с сахаром и лимоном	185/15/7	0,3	0,1	15,2	62	8	5	10	1	0	3	0	0
1997	850	Хачапури	100	5,51	5,18	43,92	244	18,37	10,02	51,77	1,67	0,1	3,34	0,05	1,17
к/к	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	55	3,7	0,5	35,6	111	9,9	10,5	47,9	2,2	0,1	0	0	1,2
к/к	к/к	Груша	100	0,16	0,05	5,15	24	3,75	2,9	4,6	0,07	0,01	1,75	0,4	0,05
к/к	к/к	Сок в ассортименте	200	1	0	20,2	92	7	4	7	1,4	0,1	2	0,001	0,001
		Итого за прием пищи:		62,77	55,83	171,37	1498	246,02	165,92	739,27	13,39	1,58	63,09	2,371	14,621
		Итого за день:		62,77	55,83	171,37	1498	246,02	165,92	739,27	13,39	1,58	63,09	2,371	14,621
		Итого за 10 дней		609,67	630,5	2041,83	16485,16	2638,59	1395,13	7051,7	136,03	162,71	842,81	26,489	109,143
		В среднем за один день		60,967	63,05	204,183	1648,516	263,859	139,513	705,17	13,603	16,271	84,281	2,6489	10,9143
		Итого за 20 дней:		1171,09	1254,59	4135,69	33448,16	5681,831	3027,66	14119	263,49	170,14	1882,8	91,162	230,531
		Среднее значение за период:		58,55	62,73	206,78	1672,41	284,09	151,38	705,96	13,17	8,51	94,14	4,56	11,53

Примечание: Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.