

			1 блюдо			2					
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>		0	2	0	0	0		0
2	1	Итого за день:			1050	38,37	33,87	176,08	1163,2		200,93
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Жаркое по домашнему	240	25,4	15,38	25,85	344,04	259/м/ссж	72,5
			закуска	Салат из горошка зелёного консервированного	60	1,8	3,11	3,78	50,16	67/м	13,42
			гор.напиток	Морс из брусники	200	0,14	0,1	12,62	53,09	389	1,66
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94		6,14
			фрукты	Апрельсин	230	0,24	1,88	8	94	338/м	62,1
				Молоко кипячённое	200	1,4	1,6	9,6	128		23,8
				Печенье	50	2,5	6	24	94		30
				<i>итого</i>	1020	34,64	28,47	103,17	857,29		209,62
2	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
				<i>итого</i>	0	0	0	0	0		0
2	2	Итого за день:			1020	34,64	28,47	103,17	857,29		209,62
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Бефстроганов из говядины с отварной гречкой 100/200	300	24,36	21,63	45,51	474,3	234/м	90,11
			закуска	Салат из свежей капусты	60	1,8	2,6	7	67,9	45/м	4,62
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	200	0,36	0,03	11,26	47,9	337/м/ссж	13,18
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94		6,14
			фрукты	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	94	338/м	28,5
				Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	389	35,6
				Мини-рулет	35	2,59	4,41	26,18	152,25		15
				<i>итого</i>	1035	34,07	30,07	149,07	1022,35		193,15

2	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>			0	0	0	0	0	
2	3	Итого за день:			1035	34,07	30,07	149,07	1022,35		193,15
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Бедро куриное отварное с отварным рисом 75/200	275	20,85	25,2	46,88	476,75	250/171	81,83
			закуска	Винегрет овощной	60	1,08	2,22	5,28	45	67/м	6,14
			гор.напиток	Компот из сухофруктов	200	0,37	0,02	21,01	86,9	349/м	80,6
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94		6,14
			фрукты	Груша свежая	100	0,4	0,3	10,3	47	338/м	27
				Молоко кипячённое	200	1,4	1,6	9,6	128		23,8
			<i>итого</i>			875	27,26	29,74	112,39	877,65	
2	4	Обед	закуска								
	1 блюдо										
	2 блюдо										
	гарнир										
	напиток										
	хлеб бел.										
	хлеб черн.										
<i>итого</i>					0	0	0	0	0		0
2	4	Итого за день:			875	27,26	29,74	112,39	877,65		225,51
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша пшеничная молочная с ягодами 190/10/5/10	215	9,18	7,69	25,18	206,72	173/м	23,81
			выпечка	Пирожок с мясом и рисом	75	3,7	1,8	32,1	159	406	13,65
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	200	0,36	0,03	11,26	47,9	337/м/ссж	13,18
			хлеб	Бутерброд с сыром	50	5,8	8,3	14,83	157	3/м	26,51
			фрукты	Банан свежий	200	3	1	21	192	338/м	54
				Молоко кипячённое	200	1,4	1,6	9,6	128		23,8
				Вафли	60	4,9	14,29	23	276		30

			<i>итого</i>		1000	28,34	34,71	136,97	1166,62		184,95	
2	5	Обед	закуска									
			1 блюдо									
			2 блюдо									
			гарнир									
			напиток									
			хлеб бел.									
			хлеб черн.									
				<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	5	Итого за день:			1000	28,34	34,71	136,97	1166,62		184,95	
		Среднее значение за период:			954	31,352	29,44	133,38	981,63		201,983	