

1	2	Итого за день:	напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0	17	74	349	15,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		660	28	17	69	531		85,30
					1202	50	33	122	989		170,60
1	3	Завтрак	Итого за день:	Каша молочная из овсяных хлопьев "	250	6	7	27	187	173	46,00
			гор.блюдо	Геркулес"							
			гор.напиток	Напиток кофейный на молоке (3,2%)	200	3	3	18	117	379	20,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			доп-но	Печенье	35	1	9	1	165	79	16,30
			<i>итого</i>		525	13	20	63	551		85,30
1	3	Обед	закуска								
			1 блюдо	Лапша тувинская из баранины	200	9	8	12	300	222	42,30
			гарнир	Овощи запеченные	200	4	7	21	160	174	25,00
			напиток	Чай витаминный	210	1	1	19	85	473	15,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		650	17	17	69	627		85,30
1	3	Итого за день:									
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Биточки рыбные	90	10	12	12	150	268	40,00
			гарнир	Каша пшенная рассыпчатая	150	8	7	44	274	206	18,00
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	200	1	1	10	43	177	12,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			доп-но	Вафли	35	1	5	35	96		12,30
			<i>итого</i>		515	23	26	118	645		85,30
1	4	Обед	закуска								
			доп-но	Вафли	35	1	5	35	96		14,30
			2 блюдо	Биточки рыбные с соусом	90	15	9	10	142	326	38,00
			гарнир	Каша пшенная рассыпчатая	150	8	7	44	274	206	15,00
			напиток	Напиток из шиповника	200	1	1	18	78	496	15,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		505	28	23	124	672		85,30
1	4	Итого за день:			1020	51	49	242	1317		170,60

1	2	Итого за день:	напиток	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0	17	74	349	15,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		660	28	17	69	531		85,30
					1202	50	33	122	989		170,60
1	3	Завтрак	Итого за день:	Каша молочная из овсяных хлопьев "	250	6	7	27	187	173	46,00
			гор.блюдо	Геркулес"							
			гор.напиток	Напиток кофейный на молоке (3,2%)	200	3	3	18	117	379	20,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			доп-но	Печенье	35	1	9	1	165	79	16,30
			<i>итого</i>		525	13	20	63	551		85,30
1	3	Обед	закуска								
			1 блюдо	Лапша тувинская из баранины	200	9	8	12	300	222	42,30
			гарнир	Овощи запеченные	200	4	7	21	160	174	25,00
			напиток	Чай витаминный	210	1	1	19	85	473	15,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		650	17	17	69	627		85,30
1	3	Итого за день:									
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Биточки рыбные	90	10	12	12	150	268	40,00
			гарнир	Каша пшенная рассыпчатая	150	8	7	44	274	206	18,00
			гор.напиток	Чай с сахаром и лимоном	200	1	1	10	43	177	12,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			доп-но	Вафли	35	1	5	35	96		12,30
			<i>итого</i>		515	23	26	118	645		85,30
1	4	Обед	закуска								
			доп-но	Вафли	35	1	5	35	96		14,30
			2 блюдо	Биточки рыбные с соусом	90	15	9	10	142	326	38,00
			гарнир	Каша пшенная рассыпчатая	150	8	7	44	274	206	15,00
			напиток	Напиток из шиповника	200	1	1	18	78	496	15,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		505	28	23	124	672		85,30
1	4	Итого за день:			1020	51	49	242	1317		170,60

1	5	Завтрак	гор.блюдо	Омлет с сыром со сметаной	210	10	11	3	360	210	61,30
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2	1	10	50	575	3,00
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	1	1	10	44	377	18,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		490	16	14	40	536		85,30
1	5	Обед	закуска	Подгарнировка из соленых огурцов	30	1	1	2	12		15,30
			2 блюдо	Котлеты "Школьные" с соусом	90	15	11	11	210	268	40,00
			гарнир	Макароны отварные	180	6	5	35	206	202	15,00
			напиток	Кисель	200	1	1	15	97	482	12,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		510	25	18	78	595		85,30
1	5	Итого за день:								170,60	
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	7	9	27	299	229	41,00
			гор.напиток	Напиток из ягоды	200	1	1	11	75	45	15,00
			фрукты	Фрукты	100	1	1	10	47	338	26,30
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		540	12	12	65	503		85,30
2	1	Обед	доп-но	Конфеты	30	4	6	50	220		12,30
			2 блюдо	Бефстроганов из говядины	90	16	12	5	193	250	43,00
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	180	6	4	29	169	171	15,00
			напиток	Чай с сахаром	200	1	1	10	41	376	12,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		540	30	24	111	705		85,30
			2	1	Итого за день:		1080	42	36	176	1208
2	2	Завтрак	закуска	Винегрет овощной	30	0,5	1,5	3	27	67	9,30
			гор.блюдо	Биточки из курицы с маслом сливочным	90	19	8	16	226	318	43,00
			гарнир	Рис припущенный с овощами	150	4	5	33	187	415	15,00
			гор.напиток	Напиток кофейный на молоке (3,2%)	200	3	3	18	117	379	15,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		510	25	18	78	595		85,30

1	5	Завтрак	гор.блюдо	Омлет с сыром со сметаной	210	10	11	3	360	210	61,30
			хлеб черн.	Хлеб ржано-пшеничный	40	2	1	10	50	575	3,00
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	1	1	10	44	377	18,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		490	16	14	40	536		85,30
1	5	Обед	закуска	Подгарнировка из соленых огурцов	30	1	1	2	12		15,30
			2 блюдо	Котлеты "Школьные" с соусом	90	15	11	11	210	268	40,00
			гарнир	Макароны отварные	180	6	5	35	206	202	15,00
			напиток	Кисель	200	1	1	15	97	482	12,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		510	25	18	78	595		85,30
1	5	Итого за день:									170,60
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная "Дружба"	200	7	9	27	299	229	41,00
			гор.напиток	Напиток из ягоды	200	1	1	11	75	45	15,00
			фрукты	Фрукты	100	1	1	10	47	338	26,30
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		540	12	12	65	503		85,30
2	1	Обед	доп-но	Конфеты	30	4	6	50	220		12,30
			2 блюдо	Бефстроганов из говядины	90	16	12	5	193	250	43,00
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	180	6	4	29	169	171	15,00
			напиток	Чай с сахаром	200	1	1	10	41	376	12,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00
			<i>итого</i>		540	30	24	111	705		85,30
			2	1	Итого за день:			1080	42	36	176
2	2	Завтрак	закуска	Винегрет овощной	30	0,5	1,5	3	27	67	9,30
			гор.блюдо	Биточки из курицы с маслом сливочным	90	19	8	16	226	318	43,00
			гарнир	Рис припущенный с овощами	150	4	5	33	187	415	15,00
			гор.напиток	Напиток кофейный на молоке (3,2%)	200	3	3	18	117	379	15,00
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00

			1 блюдо	Салат картофельный с кукурузой и морковью	60	1	5	6	76	39	12,30	
			2 блюдо	Тефтели рыбные	90	13	12	18	152	307	40,00	
			гарнир	Макароны отварные	180	6	5	35	206	202	15,00	
			напиток	Напиток из шиповника	200	1	1	18	78	496	15,00	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00	
			<i>итого</i>		570	24	24	94	594		85,30	
2	4	Итого за день:				1100	41	41	175	1101		170,60
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная пшеничная	200	9	9	45	299	235	43,00	
			гор.напиток	Какао на молоке (3,2%)	200	3	3	14	94	462	18,00	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3	1	17	82	573	3,00	
			доп-но	Пироги	60	3	1	9	82	573	21,30	
			<i>итого</i>		500	18	14	85	557		85,30	
2	5	Обед	доп-но	Печенье	30	3	4	11	219	128	13,30	
			2 блюдо	Жаркое из курицы	210	23	10	27	340	289/1	50,00	
			напиток	Чай каркаде	200	1	1	18	78	496	19,00	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	1	1	15	62	482	3,00	
			<i>итого</i>		480	28	16	71	699		85,30	
2	5	Итого за день:				980	46	30	156	1256	0	170,60
Среднее значение за период:					1034,625	45,6875	36,688	168,5	1191,63		170,60	