

ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	50	1,90	0,20	12,30	58,75	0,878
ПОЛДНИК	Помидоры	40	0,10	0,03	0,67	3,18	4,11118
ПОЛДНИК	Чай с сахаром,	200	0,34	0,00	20,02	79,12	0,18943
ПОЛДНИК	печенье	40	0,69	0,61	7,23	36	0,11113
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1665	65,74	66,92	245,99	1834,59	13,68

День 6

ЗАВТРАК	Каша ячневая вязкая	200	5,04	3,56	42,74	220,84	0,1137
ЗАВТРАК	Кофейный напиток	200	3,44	3,06	36,16	180,02	0,958
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	35	0,80	1,58	5,42	39,08	0,1
10:00	Груша	200	1,60	1,20	41,20	188	20,110
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	200	13,56	9,74	33,52	278,06	73,76187
ОБЕД	Гарнир гречневый	150	6,48	6,99	40,88	252,08	0,682
ОБЕД	Котлеты мясные	70	9,51	9,29	2,38	130,33	0,841113
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,90	0,20	12,30	58,75	0,878
ОБЕД	Компот из кураги	200	1,14	0,06	41,16	164,74	0,88868
ОБЕД	Огурцы	50	0,20	0,03	0,62	3,5	2,511119
ПОЛДНИК	Сырники из творога (со стученным молоком игли вареньем)	100	19,98	13,61	22,68	292,8	0,75463
ПОЛДНИК	Чай без сахара	200	1,60	0,00	0,32	15,28	0,8942
ПОЛДНИК	печенье	40	0,69	0,61	7,23	36	0,11113
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1695	65,94	49,93	286,61	1859,48	99,53

День 7

ЗАВТРАК	Каша манная жидкая	200	4,16	3,30	38,28	197,54	0,1145
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром	65	6,58	7,73	10,76	138,83	0,5463
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200	0,52	0,02	40,42	160,18	5,8944
10:00	апельсин	200	2,70	0,60	24,30	129	180,11116
ОБЕД	Капуста тушеная	150	29,51	32,54	19,77	493,94	170,475315
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	1,90	0,20	12,30	58,75	0,878
ОБЕД	Колбаса (порциями)	80	8,19	14,21	0,96	164,48	0,48
ОБЕД	чеснок	5	0,03	0,00	0,15	0,74	0,0511120
ОБЕД	Напиток из плодов шиповника	200	0,40	0,00	35,94	139,3	100,1014
ОБЕД	Суп с макаронными изделиями	200	17,92	14,80	46,80	392,68	31,2216
ПОЛДНИК	Суп молочный с крупой	200	5,16	5,96	36,94	220,44	0,6236
ПОЛДНИК	Чай без сахара	200	1,60	0,00	0,32	15,28	0,8942
ПОЛДНИК	булочная мелочь	50	1,92	0,75	11,70	73,5	0,111119
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1800	80,59	80,11	278,64	2184,66	489,471

День 8

ЗАВТРАК	Каша овсяная жидкая	200	4,96	5,38	34,76	205,14	0,1144
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	35	0,80	1,58	5,42	39,08	0,1