

			напиток	Компот из свежих яблок + с витамин	200	0.67	0.3	7.68	32	АКТ	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3.24	0.4	19.52	100.65	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	40	3.4	1.32	19.52	110.42	ПР	
			итого		806	27.41	32.46	130.52	889.8		0
1	4		Итого за день:		1350	43.45	54.31	204.17	1485.99		0
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Рвгу овощное из птицы	200	13.03	10.5	18.27	223.4	289	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	93	376	
			хлеб	Хлеб пшеничный	45	3.8	0.4	24.6	170.36	ПР	
			фрукты								
			закуска	Икра кабачковая	60	1.64	4.31	8.73	80.28	ПР	
			итого		505	18.54	15.23	66.6	567.04		0
1	5	Обед	закуска	Салат из редьки	60	1.05	3.66	3.87	46.62	57	
			1 блюдо	Борщ из свежей капусты с картофелем сметаной зеленью	206	1.6	4.69	9	91.18	82	
			2 блюдо	Шницель из мяса с соусом	100	6.94	13.99	10.73	196.36	268\759	
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.6	6.09	38.64	243.75	302\171	
			напиток	Компот из кураги +С витамин	200	0.78	0.05	27.63	114.8	348	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	30	2.43	1.02	12.66	66.6	ПР	
			итого		776	23.83	29.8	117.17	840.33		0
1	5		Итого за день:		1281	42.37	45.03	183.77	1407.37		0
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Котлеты из мяса с соусом	100	6.94	13.99	10.73	196.36	268	
			гарнир	Каша перловая рассыпчатая с маслом сливочным	150	4.29	3.68	29.84	169.54	171	
			гор.напиток	Компот из изюма + С витамин	200	0.35	0.08	29.85	122.2	48Акт	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			фрукты								
			закуски	Печенье	60	4.5	7.08	44.64	260.28	ПР	
			итого		540	18.51	25.13	129.7	829.4		0
2	1	Обед	закуска	Салат из квашеной капусты	60	0.95	3.06	4.5	47.14	47\Акт	
			1 блюдо	Уха рыбацкая	216	4.85	31.28	9.84	307.66	388	
			2 блюдо	Сосиски отварные с томатным соусом	100	6.15	12.02	3.89	149.4	243\759	
			гарнир	Макаронные изделия отварные	150	5.52	4.52	26.45	168.45	202\309	
			напиток	Компот из свежих яблок + С витамин	200	0.16	0.16	27.88	114.6	342	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	30	2.43	1.02	12.66	66.6	ПР	
			итого		786	22.49	52.36	99.86	934.87		0
2	1		Итого за день:		1326	41	77.49	229.56	1764.27		0
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Плов из птицы	200	16.95	10.47	35.73	305.33	291	
			гор.напиток	Чай с лимоном	204	0.13	0.02	15.2	97	377	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3.24	0.4	19.52	100.65	ПР	
			фрукты								
			закуска	Салат из моркови (припущен) и кураги	60	0.92	0.07	8.71	38.45	63	
			итого		504	21.24	10.96	79.16	541.43		0
2	2	Обед	закуска	Винегрет овощной	60	0.84	6.09	4.37	75.06	67	
			1 блюдо	Суп картофельный с клецками	200	2.65	4.1	14.94	104.36	108\109	
			2 блюдо	Шницель из мяса с соусом	100	6.94	13.99	10.73	196.36	268\759	
			гарнир	Каша гречневая рассыпчатая	150	8.6	6.09	38.64	243.75	302\171	
			напиток	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0	20.2	84.8	389	
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР	
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	30	2.43	1.02	12.66	66.6	ПР	
			итого		770	24.89	31.59	116.18	851.95		0
2	2		Итого за день:		1274	46.13	42.55	195.34	1393.38		0
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша вязкая молочная пшенная	205	8.23	10.53	42.21	297.14	173	
			закуска	Бутерброд с сыром	60	7.4	5.52	19.68	157.94	3	
			гор.напиток	Кофейный напиток с молоком	200	3.17	2.68	15.95	100.6	379	
			хлеб	Хлеб пшеничный	40	3.24	0.4	19.52	100.65	ПР	
			фрукты								
			итого		505	22.04	19.13	97.36	656.33		0
2	3	Обед	закуска	Салат из редьки	60	1.05	3.66	3.87	46.62	57	
			1 блюдо	Суп из овощей со сметаной и зеленью	206	1.43	4.75	7.53	84.34	84	
			2 блюдо	Жаркое из птицы	200	14.05	16.78	20.28	306.07	259	

			гарнир									
			напиток	Компот из кураги +С витамин	200	0.78	0.05	27.63	114.8	348		
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	40	3.24	0.4	19.52	100.65	ПР		
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	40	3.4	1.32	19.52	110.42	ПР		
			<i>итого</i>		746	23.95	26.96	98.35	762.9			0
2	3		Итого за день:		1251	45.99	46.09	195.71	1419.23			0
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка рисовая с творогом и с молоком сгущенным	210	10.37	8.01	59.3	354	188		
			гор.напиток	Кисель + С витамин	200	0	0	30.96	118.62	883	Акт	
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР		
			фрукты									
			закуски	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	47	338		
			<i>итого</i>		540	13.2	8.71	114.7	600.64			0
2	4	Обед	закуска	Салат из свеклы отварной	60	0.85	3.61	5	55.68	52		
			1 блюдо	Рассольник Ленинградский со сметаной и зеленью	206	1.77	4.83	9.8	93.94	96		
			2 блюдо	Рыба тушенная с овощами	100	9.75	4.95	3.8	105	229		
			гарнир	Пюре картофельное с м/сливочным	150	3.06	4.8	20.44	137.25	312		
			напиток	Компот из свежемороженных ягод + С витамин	200	0.67	0.3	7.68	32	376		
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	50	4.05	0.5	24.4	177	ПР		
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	40	3.4	1.32	19.52	110.42	ПР		
			<i>итого</i>		806	23.55	20.31	90.64	711.29			0
2	4		Итого за день:		1346	36.75	29.02	205.34	1311.93			0
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Фрикадельки из птицы с томатным соусом	100	7.23	8.24	7.05	125.19	297	759	
			гарнир	Макаронные изделия отварные	150	5.52	4.52	26.45	168.45	202	309	
			гор.напиток	Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15	93	376		
			хлеб	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР		
			фрукты									
			закуска	Салат Степной	60	1.05	3.71	5.55	60	Акт		
			<i>итого</i>		540	16.3	16.79	68.69	527.66			0
2	5	Обед	закуска	Икра морковная	60	1.01	4.56	6.03	69.2	75		
			1 блюдо	Суп-лапша домашняя с ципленком и зеленью	211	5.91	7.46	14.76	149.86	102		
			2 блюдо	Биточки запеченные в сметанном соусе с рисом	250	15	29.63	40.23	496.67	272	330	
			гарнир									
			напиток	Компот из смеси сухофруктов +С витамин	200	0.66	0.09	32.01	132.8	349		
			хлеб бел.	Хлеб пшеничный	30	2.43	0.3	14.64	81.02	ПР		
			хлеб черн.	Хлеб ржано пшеничный	30	2.43	1.02	12.66	66.6	ПР		
			<i>итого</i>		781	27.44	43.06	120.33	996.15			0
2	5		Итого за день:		1321	43.74	59.85	189.02	1523.81			0
			Среднее значение за период:		1304.7	43.945	49.161	197.4	1448.04			#DIV/0!