

Номер дня Вид приема пищи				Белки на порцию	Жиры на порцию	Углеводы на порцию	Энергетическая ценность на порцию
Код	Наименование для печати	Спецификац ия.Выход	Спецификация.№-р рецептуры				
Вид диеты							
День 1				267,93	255,87	904,68	6 993,298
Завтрак				70	93	268	2 195
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)	200,00	11,9			48,00	192,00
20-00036978	Сыр Российский	25,00	15, стр. 65	14,50	18,44		223,94
20-00037194	Омлет натуральный запеченный	120,00	253	12,53	15,46	2,36	198,73
20-00038134	Запеканка рисовая с творогом	120,00	282	6,84	7,00	33,09	222,70
20-00037157	Каша вязкая молочная "Геркулесовая" с маслом	190/10	173	9,75	15,71	38,75	335,34
20-00037788	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	200,00	177	8,76	11,14	41,84	302,64
20-00004505	Масло сливочное порционное	10,00	79	0,10	16,50	0,16	149,54
20-00030126	Чай с сахаром	200/10	376	0,04	0,01	0,50	2,25
20-00008117	Какао с молоком	200,00	382	3,97	3,80	25,07	150,36
20-00031611	Соус молочный	50,00	403 м, ТК ДС №60	1,78	3,70	4,12	56,86
20-00010324	Хлеб пшеничный	60,00	11,1	9,48	1,20	57,96	280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	11,3	2,64	0,44	16,40	80,12
Обед				84	78	299	2 233
20-00037997	Салат из кукурузы (консервированной)	30,00	12	0,61	1,91	3,72	34,57
20-00037870	Салат из редиса с огурцами	70,00	13	0,68	4,26	1,77	48,16
20-00020883	Помидоры свежие порционные	100,00	9,123	1,10	0,20	3,80	21,40
20-00002459	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	250,00	82	1,81	5,17	12,47	103,62
20-00009319	Суп крестьянский с пшеном	250,00	98	1,96	5,33	10,72	98,64
20-00036269	«Ежики» мясные под сметанным соусом	100/25	2,35	15,72	9,33	11,99	194,82
20-00037059	Плов из отварной птицы (филе)	320,00	375	36,78	42,62	54,49	748,68
20-00008267	Картофель отварной со сливочным маслом	180,00	310	3,63	5,92	29,39	185,35
20-00012724	Компот из кураги	200,00	348	1,04	0,06	30,16	125,34
20-00012565	Компот из яблок	200,00	409	0,16	0,16	13,90	57,68
20-00031173	Хлеб пшеничный	80,00	11,1	12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	11,3	7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник				40	26	115	855
20-00037174	Творог детский порционный	100,00		17,00	9,00	7,00	177,00
20-00030950	Молоко	200,00		12,00	10,00	18,80	213,20
20-00032371	Апельсин	200,00	338	3,60	0,80	32,40	151,20
20-00037171	Пирожки печеные с курагой сдобные	50,00	406, 405, 473	7,42	6,08	57,19	313,14
Ужин				61	46	206	1 479
20-00007875	Отвар из шиповника без сахара	200,00	11,82	0,68		4,30	19,92
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	11,3	6,60	1,10	41,00	200,30
20-00037775	Салат из свежих огурцов с зеленым луком	100,00	15	0,83	6,09	1,81	65,34
20-00037735	Салат витаминный	100,00	2	1,36	6,17	6,66	87,63
20-00037771	Мясо тушенное в томатном соусе	100,00	2,40	17,12	10,21	5,59	182,76
20-00037707	Рыба тушеная в томате с овощами	130,00	229	13,63	7,27	6,58	146,26
20-00003787	Макаронные изделия с маслом	180,00	309	7,16	6,58	43,55	262,03
20-00007013	Пюре картофельное	180,00	312, стр. 316	4,15	7,02	26,61	186,26
20-00031720	Компот из ягод с/м	200,00	491 м, ТК ДС №96	0,21	0,03	11,77	48,23
20-00010324	Хлеб пшеничный	60,00	11,1	9,48	1,20	57,96	280,56
Второй ужин				12	13	16	232
20-00030952	Кефир 3,2 %	200,00		12,24	13,06	16,32	231,74
День 2				253,20	219,23	924,80	6 685,033
Завтрак				68	74	250	1 942
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)	200,00	11,9			48,00	192,00
20-00007334	Запеканка творожная	120,00	223, стр. 229	17,72	15,53	21,35	296,03
20-00037045	Омлет с сыром	130,00	275	18,76	24,52	2,92	307,34
20-00008838	Хлопья кукурузные с молоком	220,00	172	7,81	6,88	24,91	192,82
20-00037160	Каша жидкая молочная из манной крупы	200,00	181, стр. 195	8,44	5,91	36,10	231,37
20-00037044	Соус клюквенный	50,00	435	0,03	0,01	7,37	29,73
20-00004505	Масло сливочное порционное	10,00	79	0,10	16,50	0,16	149,54
20-00031744	Чай с молоком и сахаром	200,00	460	1,70	1,65	12,37	71,15
20-00008119	Кофейный напиток из цикория с молоком	200,00	692	1,55	1,64	22,60	111,37
20-00010324	Хлеб пшеничный	60,00	11,1	9,48	1,20	57,96	280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	11,3	2,64	0,44	16,40	80,12
Обед				83	65	302	2 127
20-00037153	Салат из картофеля с зеленым горошком	100,00	26	1,81	6,27	9,36	101,10
20-00038509	Салат зеленый с помидорами	100,00	570	1,01	8,22	3,39	91,54
20-00031710	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	250/10	104	2,25	7,08	9,34	110,10
20-00036617	Суп рыбный с консервированной горбушей, картофелем и пшеном	250,00	592	11,30	5,03	20,17	171,16
20-00036215	Птица тушеная в сметанном соусе	100/50	318	19,67	12,34	3,75	204,70
20-00002000	Жаркое по-домашнему с отварной говядиной	300,00	259 м	21,15	16,40	35,46	374,06
20-00038504	Рис отварной с овощами	180,00	191	4,50	6,54	43,60	251,21
20-00004438	Компот из черной смородины	200,00	345, стр. 338	0,60	0,24	28,33	117,89
20-00008130	Компот из лимонов	200,00	682	0,16	0,02	22,50	90,79
20-00031173	Хлеб пшеничный	80,00	11,1	12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	11,3	7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник				20	20	98	654
20-00030950	Молоко	200,00		12,00	10,00	18,80	213,20
20-00037131	Крекер	30,00		6,60	8,40	40,20	262,80
20-00032222	Яблоко	200,00	338	1,60	1,60	39,20	177,60
Ужин				70	47	258	1 735
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	11,3	6,60	1,10	41,00	200,30
20-00038511	Салат из белого редиса с огурцами	100,00	13	0,69	6,15	2,94	69,83
20-00038512	Салат из свежих помидоров	100,00	17	1,08	6,24	3,64	75,08
20-00009821	Котлеты(биточки) из кур паровые	100,00	2,105	11,54	5,40	7,55	124,92
20-00036956	Суфле паровое из рыбы отварной (из пикши)	100,00	278	19,44	5,24	2,15	133,53
20-00037193	Картофельные лепешки	200,00	149	10,54	11,57	64,44	404,10
20-00038517	Макаронные изделия отварные с сыром	180,00	259	10,59	10,07	39,38	290,46
20-00005641	Кисель из брусники	200,00	350	0,15	0,10	28,64	116,05
20-00037225	Чай зеленый с сахаром пакетированный	200,00	376	0,06	0,02	9,99	40,40
20-00010324	Хлеб пшеничный	60,00	11,1	9,48	1,20	57,96	280,56
Второй ужин				12	13	16	227
20-00030970	Ряженка 3,2%	200,00		11,60	12,80	16,40	227,20
День 3				295,84	250,07	1 224,31	8 331,25
Завтрак				61	70	221	1 759
20-00036978	Сыр Российский	25,00	15, стр. 65	14,50	18,44		223,94
20-00037816	Блинчики с джемом	120,00	523	9,01	8,40	51,43	317,31
20-00038135	Омлет фаршированный зеленым горошком запеченный	120,00	4,9	8,64	9,36	5,51	140,85
20-00036951	Каша жидкая рисовая молочная	200,00	182	5,07	7,55	32,83	219,50
20-00037827	Каша Янтарная (из пшена с яблоками)	200,00	226	7,62	4,55	31,34	196,76
20-00004505	Масло сливочное порционное	10,00	79	0,10	16,50	0,16	149,54
20-00030143	Чай без сахара	200,00	376	0,04	0,01		0,25
20-00008117	Какао с молоком	200,00	382	3,97	3,80	25,07	150,36
20-00010324	Хлеб пшеничный	60,00	11,1	9,48	1,20	57,96	280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	11,3	2,64	0,44	16,40	80,12
Обед				129	91	616	3 800
20-00037204	Салат картофельный	70,00	35	39,06	7,27	293,20	1 394,44
20-00037259	Сельдь	50,00	316 м	9,00	14,00		162,00

20-00005796	Суп картофельный с горохом		230,00	102, стр. 129		5,02	5,18	18,46	140,58
20-00031794	Свекольник со сметаной	250/10		98		2,47	6,77	17,52	140,85
20-00003613	Печень по - строгановски		150,00	255		21,23	24,10	10,01	341,82
20-00002347	Рыба (филе трески), запеченная под соусом молочным		150,00	276		17,83	16,56	8,90	255,99
20-00003787	Макароны отварные с маслом		180,00	309		7,16	6,58	43,55	262,03
20-00007013	Пюре картофельное		180,00	312, стр. 316		4,15	7,02	26,61	186,26
20-00012817	Компот из груши		200,00	342		0,16	0,12	28,07	114,01
20-00011685	Кисель из черной смородины		200,00	350		0,21	0,08	28,46	115,39
20-00012836	Сухарики из хлеба пшеничного		20,00	58		2,43	0,31	14,86	71,92
20-00031173	Хлеб пшеничный		80,00	11,1		12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный		60,00	11,3		7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник						32	20	186	1 053
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)		200,00	11,9				48,00	192,00
20-00037174	Творог детский порционный		100,00			17,00	9,00	7,00	177,00
20-00032270	Банан		200,00	338		6,00	2,00	84,00	378,00
20-00010322	Булочка с изюмом		50,00	501		8,85	8,98	47,33	305,57
Ужин						65	57	185	1 513
20-00007875	Отвар из шиповника без сахара		200,00	11,82		0,68		4,30	19,92
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	11,3		6,60	1,10	41,00	200,30
20-00037777	Салат «Весна»		100,00	28		1,65	5,78	2,40	68,17
20-00029848	Салат из свеклы		100,00	52		1,50	6,09	8,78	95,94
20-00038518	Запеканка картофельная фаршированная отварным протертым мясом		280,00	2,48 (2 вариант)		26,19	22,11	35,31	445,01
20-00036047	Птица (филе бедра курицы) тушенная в соусе с овощами		250,00	468		17,91	20,67	22,83	348,93
20-00002356	Компот из смеси сухофруктов без сахара		200,00	11,106		0,83		12,60	53,74
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11,1		9,48	1,20	57,96	280,56
Второй ужин						9	12	16	207
20-00031897	Биоюгurt фруктовый питьевой		200,00			8,80	12,00	16,00	207,20
День 4						250,41	233,77	924,27	6 802,674
Завтрак						59	69	280	1 982
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)		200,00	11,9				48,00	192,00
20-00037053	Икра из кабачков промышленная		70,00	7,46		0,84	4,90	5,18	68,18
20-00007088	Пудинг из творога		150,00	222		20,14	20,77	32,17	396,16
20-00005014	Яйцо куриное диетическое сваренное вкрутую		50,00	261		6,35	5,75	0,35	78,55
20-00038143	Каша вязкая молочная пшеничная с тыквой		220,00	183		8,81	7,02	42,59	268,74
20-00037991	Каша кукурузная молочная жидкая		200,00	231		5,63	7,87	31,00	217,40
20-00037044	Соус клюквенный		50,00	435		0,03	0,01	7,37	29,73
20-00004505	Масло сливочное порционное		10,00	79		0,10	16,50	0,16	149,54
20-00005640	Кофейный напиток с молоком		200,00	379		3,65	3,34	26,20	149,43
20-00031744	Чай с молоком и сахаром		200,00	460		1,70	1,65	12,37	71,15
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11,1		9,48	1,20	57,96	280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный		20,00	11,3		2,64	0,44	16,40	80,12
Обед						87	69	297	2 161
20-00037288	Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне		250,00	87		5,79	5,14	19,50	147,42
20-00038520	Салат из фасоли с сыром с маслом растительным		100,00	573		10,32	17,85	10,28	243,07
20-00038519	Салат из моркови с яблоками		100,00	59		1,08	0,18	9,62	44,36
20-00004218	Рассольник "Ленинградский" на мясном бульоне		250,00	96, стр. 124		2,35	5,48	17,26	127,72
20-00010300	Биточки рубленые из кур		100,00	294		14,01	12,29	17,21	235,48
20-00001834	Азу из мяса отварного с картофелем		300,00	438		21,28	15,44	33,08	356,41
20-00038517	Макаронные изделия отварные с сыром		180,00	259		10,59	10,07	39,38	290,46
20-00002356	Компот из смеси сухофруктов без сахара		200,00	11,106		0,83		12,60	53,74
20-00031720	Компот из ягод с/м		200,00	491 м, ТК ДС №96		0,21	0,03	11,77	48,23
20-00031173	Хлеб пшеничный		80,00	11,1		12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный		60,00	11,3		7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник						19	32	87	718
20-00030950	Молоко		200,00			12,00	10,00	18,80	213,20
20-00031252	Вафли сливочные		40,00			5,44	21,84	49,68	417,04
20-00032294	Мандарин		200,00	338		2,00	0,50	18,75	87,50
Ужин						73	50	244	1 715
20-00007875	Отвар из шиповника без сахара		200,00	11,82		0,68		4,30	19,92
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	11,3		6,60	1,10	41,00	200,30
20-00037153	Салат из картофеля с зеленым горошком		100,00	26		1,81	6,27	9,36	101,10
20-00037852	Салат из белокочанной капусты и зеленого лука с растительным маслом		100,00	9,65 6)		2,54	7,28	6,61	102,08
20-00035832	Тефтели рыбные		100,00	239		15,15	11,26	14,44	219,73
20-00035831	Плов с отварной говядиной		280,00	258		32,11	17,72	46,94	475,65
20-00029717	Картофель тушенный с овощами		200,00	216, стр. 195		4,37	4,89	32,70	192,31
20-00009647	Кисель из вишни		200,00	11,113		0,27	0,06	30,39	123,20
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11,1		9,48	1,20	57,96	280,56
Второй ужин						12	13	16	227
20-00030970	Ряженка 3,2%		200,00			11,60	12,80	16,40	227,20
День 5						258,03	238,17	924,35	6 873,084
Завтрак						51	68	254	1 929
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)		200,00	11,9				48,00	192,00
20-00037194	Омлет натуральный запеченный		120,00	253		12,53	15,46	2,36	198,73
20-00002713	Котлеты морковные с творогом и сметаной		145,00	361		9,09	12,12	25,09	245,82
20-00037857	Каша вязкая молочная перловая с изюмом		200,00	177 м		7,63	10,17	40,71	284,92
20-00031857	Каша молочная жидкая Дружба		200,00	226		5,40	7,90	28,24	205,68
20-00004505	Масло сливочное порционное		10,00	79		0,10	16,50	0,16	149,54
20-00030152	Чай с лимоном с сахаром	200/7/10	11,41			0,10	0,02	10,19	41,33
20-00008117	Какао с молоком		200,00	382		3,97	3,80	25,07	150,36
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11,1		9,48	1,20	57,96	280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный		20,00	11,3		2,64	0,44	16,40	80,12
Обед						71	65	296	2 056
20-00038379	Салат из редиса с огурцами		100,00	13		0,97	6,09	2,53	68,79
20-00008984	Салат из свеклы с огурцами солеными с растительным маслом		100,00	55		1,68	6,12	8,03	93,95
20-00002449	Суп из овощей на мясном бульоне		250,00	109, стр. 266		1,70	4,35	7,14	74,45
20-00030338	Суп картофельный с пшеном		250,00	114		2,36	2,56	100,77	100,77
20-00037707	Рыба тушенная в томате с овощами		130,00	229		13,63	7,27	6,58	146,26
20-00035827	Тефтели мясные		100,00	278		14,52	14,46	13,84	243,53
20-00007015	Каша гречневая рассыпчатая		180,00	171		10,40	12,25	46,15	336,47
20-00037881	Пюре картофельное с морковью		200,00	340, стр. 295		4,32	7,52	26,78	192,06
20-00031563	Кисель из клюквы		200,00	479		0,11	0,04	22,75	91,79
20-00031667	Компот из апельсинов с яблоками		200,00	488		0,50	0,23	16,79	71,23
20-00038521	Соус томатный		30,00	366		0,31	1,56	1,82	22,61
20-00031173	Хлеб пшеничный		80,00	11,1		12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный		60,00	11,3		7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник						40	33	114	913
20-00037174	Творог детский порционный		100,00			17,00	9,00	7,00	177,00
20-00030950	Молоко		200,00			12,00	10,00	18,80	213,20
20-00032247	Груша		200,00	338		1,60	1,20	41,20	182,00
20-00038173	Бантики с корицей		50,00	528		9,14	12,83	47,12	340,51
Ужин						84	59	244	1 843
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	11,3		6,60	1,10	41,00	200,30
20-00037150	Салат из моркови с курагой		100,00	63		1,56	0,11	14,85	66,69
20-00026197	Огурцы свежие		100,00	9,119		0,80	0,10	1,70	10,90
20-00030105	Суфле из отварной курицы паровое		100,00	2,108 (II вариант)		31,63	27,13	5,48	392,59
20-00037090	Бефстроганов из отварной говядины		140,00	245		23,35	10,31	5,75	209,18

20-00035829	Рагу из овощей		180,00	143		3,97	10,74	22,50		202,53
20-00038504	Рис отварной с овощами		180,00	191		4,50	6,54	43,60		251,21
20-00004438	Компот из черной смородины		200,00	345, стр. 338		0,60	0,24	28,33		117,89
20-00008119	Кофейный напиток из цикория с молоком		200,00	692		1,55	1,64	22,60		111,37
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1		9,48	1,20	57,96		280,56
Второй ужин						12	13	16		232
20-00030952	Кефир 3,2 %		200,00			12,24	13,06	16,32		231,74
День 6						250,81	259,12	863,11		6 787,743
Завтрак						59	71	266		1 933
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)		200,00	11.9				48,00		192,00
20-00036978	Сыр Российский		25,00	15, стр. 65		7,25	9,22			111,97
20-00031147	Запеканка творожная с курагой		130,00	285 м, ТК ДС №122		16,73	12,19	24,51		274,61
20-00037157	Каша вязкая молочная "Геркулесовая" с маслом	190/10		173		9,75	15,71	38,75		335,34
20-00028161	Каша вязкая на молоке "Огонек" (рис, гречка)	200/5		221		7,45	8,18	39,42		261,11
20-00004505	Масло сливочное порционное		10,00	79		0,10	16,50	0,16		149,54
20-00005640	Кофейный напиток с молоком		200,00	379		3,65	3,34	26,20		149,43
20-00031613	Чай с сахаром		200,00	457		0,20	0,05	10,02		41,34
20-00031611	Соус молочный		50,00	403 м, ТК ДС №60		1,78	3,70	4,12		56,86
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1		9,48	1,20	57,96		280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный		20,00	11.3		2,64	0,44	16,40		80,12
Обед						96	85	225		2 046
20-00038522	Салат из свежих помидоров с перцем		100,00	20		1,07	6,15	4,74		78,54
20-00014348	Салат зеленый с огурцами		100,00	34, стр. 166		0,77	14,12	2,08		138,50
20-00036950	Зелень к блюдам		1,00			0,03	0,01	0,07		0,45
20-00036954	Суп-лапша на курином бульоне с курицей	230/20		111		7,11	9,91	19,45		195,49
20-00010038	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне		250,00	88		1,92	5,21	9,51		92,57
20-00031641	Куры отварные		100,00	366 м		26,99	23,05	1,18		320,08
20-00037046	Голубцы ленивые		320,00	333		31,36	17,79	22,64		376,11
20-00003788	Капуста цветная отварная с маслом		180,00	315		4,88	5,78	8,20		104,36
20-00002356	Компот из смеси сухофруктов без сахара		200,00	11.106		0,83		12,60		53,74
20-00010137	Компот из клубники свежемороженой		200,00	680		0,17	0,08	17,54		71,60
20-00031173	Хлеб пшеничный		80,00	11.1		12,64	1,60	77,28		374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный		60,00	11.3		7,92	1,32	49,20		240,36
Полдник						17	27	107		736
20-00030950	Молоко		200,00			12,00	10,00	18,80		213,20
20-00031566	Печенье		40,00	11.5		3,20	15,20	48,80		344,80
20-00032222	Яблоко		200,00	338		1,60	1,60	39,20		177,60
Ужин						70	65	250		1 866
20-00007875	Отвар из шиповника без сахара		200,00	11.82		0,68		4,30		19,92
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	11.3		6,60	1,10	41,00		200,30
20-00004913	Салат из свежих огурцов с маслом растительным		100,00	20		0,76	6,09	1,62		64,30
20-00008983	Винегрет овощной		100,00	67, стр. 99		1,49	10,19	39,60		256,02
20-00008741	Котлеты рыбные		100,00	234, стр. 243		16,19	11,46	16,92		235,57
20-00001725	Печень тушеная (говяжья)		100,00	633		26,36	16,66	12,00		303,34
20-00037102	Морковь тушеная с зеленым горошком		150,00	7.13		2,72	7,35	10,21		117,85
20-00038524	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом		180,00	667		4,17	5,37	33,26		198,04
20-00012817	Компот из груши		200,00	342		0,16	0,12	28,07		114,01
20-00002388	Соус молочный (бешамель)		50,00	10.24		1,88	5,26	5,35		76,29
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1		9,48	1,20	57,96		280,56
Второй ужин						9	12	16		207
20-00031897	Биоюгurt фруктовый питьевой		200,00			8,80	12,00	16,00		207,20
День 7						277,84	258,79	918,11		7 112,873
Завтрак						69	77	203		1 787
20-00038164	Суп молочный с макаронными изделиями		220,00	120		5,34	5,30	19,05		145,20
20-00037045	Омлет с сыром		130,00	275		18,76	24,52	2,92		307,34
20-00032016	Сырники из творога запеченные		130,00	286		18,87	12,99	29,07		308,66
20-00036969	Каша ячневая молочная вязкая с сахаром		200,00	6.43		6,81	7,39	35,98		237,65
20-00004505	Масло сливочное порционное		10,00	79		0,10	16,50	0,16		149,54
20-00008117	Какао с молоком		200,00	382		3,97	3,80	25,07		150,36
20-00031744	Чай с молоком и сахаром		200,00	460		1,70	1,65	12,37		71,15
20-00031611	Соус молочный		50,00	403 м, ТК ДС №60		1,78	3,70	4,12		56,86
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1		9,48	1,20	57,96		280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный		20,00	11.3		2,64	0,44	16,40		80,12
Обед						87	70	289		2 131
20-00037987	Кнели куриные с рисом		100,00	329		14,11	10,25	7,41		178,30
20-00037281	Борщ с мясом		250,00	65		10,35	7,50	15,11		169,36
20-00038525	Салат из цветной капусты, помидоров и зелени		100,00	32		1,37	6,19	5,24		82,16
20-00004416	Салат из свеклы и горошка консервированного		100,00	59, стр. 193		1,68	7,10	7,86		102,10
20-00031288	Суп овсяный с картофелем на мясном бульоне		250,00	115		2,44	3,14	17,12		106,52
20-00032506	Гуляш из отварного мяса		120,00	246		20,26	12,30	3,48		205,66
20-00038517	Макаронные изделия отварные с сыром		180,00	259		10,59	10,07	39,38		290,46
20-00035325	Рагу овощное (1 вариант) с соусом сметанным		200,00	360		4,14	10,41	19,64		188,81
20-00012724	Компот из кураги		200,00	348		1,04	0,06	30,16		125,34
20-00011800	Компот из клюквы свежемороженой		200,00	680		0,11	0,04	16,75		67,79
20-00031173	Хлеб пшеничный		80,00	11.1		12,64	1,60	77,28		374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный		60,00	11.3		7,92	1,32	49,20		240,36
Полдник						12	7	140		668
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)		200,00	11.9				48,00		192,00
20-00032371	Апельсин		200,00	338		3,60	0,80	32,40		151,20
20-00010584	Сдоба обыкновенная		50,00	421		8,65	5,77	59,47		324,38
Ужин						97	92	270		2 295
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	11.3		6,60	1,10	41,00		200,30
20-00030217	Язык говяжий отварной		50,00	2.85		27,08	20,35	4,78		310,55
20-00037707	Рыба тушеная в томате с овощами		130,00	229		13,63	7,27	6,58		146,26
20-00002065	Плов из птицы (куры)		280,00	291		31,62	31,81	71,99		700,67
20-00037109	Салат из кукурузы с картофелем		70,00	8.17		2,96	21,23	10,24		243,84
20-00007013	Пюре картофельное		180,00	312, стр. 316		4,15	7,02	26,61		186,26
20-00011685	Кисель из черной смородины		200,00	350		0,21	0,08	28,46		115,39
20-00008119	Кофейный напиток из цикория с молоком		200,00	692		1,55	1,64	22,60		111,37
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1		9,48	1,20	57,96		280,56
Второй ужин						12	13	16		232
20-00030952	Кефир 3,2 %		200,00			12,24	13,06	16,32		231,74
День 8						244,52	234,16	976,81		6 992,796
Завтрак						52	66	243		1 769
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)		200,00	11.9				48,00		192,00
20-00036978	Сыр Российский		25,00	15, стр. 65		7,25	9,22			111,97
20-00006645	Запеканка творожная с морковью		120,00	5.19		12,62	12,72	17,16		233,64
20-00038142	Каша жидкая молочная из манной крупы		220,00	181, стр. 195		6,75	12,19	34,51		274,73
20-00037219	Каша жидкая молочная гречневая		200,00	183		9,15	9,90	34,74		264,60
20-00037044	Соус клюквенный		50,00	435		0,03	0,01	7,37		29,73
20-00004505	Масло сливочное порционное		10,00	79		0,10	16,50	0,16		149,54
20-00030126	Чай с сахаром	200/10		376		0,04	0,01	0,50		2,25
20-00005640	Кофейный напиток с молоком		200,00	379		3,65	3,34	26,20		149,43
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1		9,48	1,20	57,96		280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный		20,00	11.3		2,64	0,44	16,40		80,12

Обед				83	77	312	2 272
20-00038522	Салат из свежих помидоров с перцем	100,00	20	1,07	6,15	4,74	78,54
20-00002083	Помидоры свежие порционные		9.123	1,10	0,20	3,00	21,40
20-00033266	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250,00	104, 97, 105	12,96	7,81	17,31	191,39
20-00001208	Суп из овощей вегетарианский	250,00	109, стр. 266	1,63	4,34	6,73	72,45
20-00037989	Котлеты или биточки рыбные (филе трески)	100,00	307	13,35	4,98	16,82	165,45
20-00009200	Рагу из мяса птицы (курица)	280,00	289, стр. 298	18,90	22,74	26,72	387,11
20-00038526	Капуста цветная отварная, запеченная в соусе сухарном	180,00	665	7,90	19,56	19,72	286,47
20-00014474	Рис отварной	180,00	304	5,09	8,09	48,47	287,03
20-00012818	Компот из вишни замороженной	200,00	342	0,40	0,16	26,87	110,53
20-00012565	Компот из яблок	200,00	409	0,16	0,16	13,90	57,68
20-00031173	Хлеб пшеничный	80,00	11.1	12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	11.3	7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник				25	20	143	854
20-00030950	Молоко	200,00		12,00	10,00	18,80	213,20
20-00037131	Крекер	30,00		6,60	8,40	40,20	262,80
20-00032270	Банан	200,00	338	6,00	2,00	84,00	378,00
Ужин				74	58	263	1 871
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	11.3	6,60	1,10	41,00	200,30
20-00038000	Салат из картофеля с огурцами	100,00	24	2,57	4,55	19,12	127,66
20-00038527	Салат из морской капусты с растительным маслом	100,00	527	0,87	7,20	6,86	95,78
20-00009936	Котлеты рубленые из кур	100,00	294	14,01	12,29	17,21	235,48
20-00037068	Печень тушенная (говяжья) в сметанном соусе	100/100	633	28,09	19,81	17,12	359,09
20-00003787	Макароны отварные с маслом	180,00	309	7,16	6,58	43,55	262,03
20-00038524	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом	180,00	667	4,17	5,37	33,26	198,04
20-00037225	Чай зеленый с сахаром пакетированный	200,00	376	0,06	0,02	9,99	40,40
20-00031667	Компот из апельсинов с яблоками	200,00	488	0,50	0,23	16,79	71,23
20-00010324	Хлеб пшеничный	60,00	11.1	9,48	1,20	57,96	280,56
Второй ужин				12	13	16	227
20-00030970	Ряженка 3,2%	200,00		11,60	12,80	16,40	227,20
День 9				304,48	223,40	1 152,26	7 837,588
Завтрак				59	70	259	1 899
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)	200,00	11.9			48,00	192,00
20-00035224	Пудинг из творога с яблоками	130,00	254	15,16	14,72	20,02	273,16
20-00037141	260 Перевалов Омлет с капустой цветной, сваренный на пару	150,00	260	12,97	11,24	4,88	172,57
20-00037857	Каша вязкая молочная перловая с изюмом	200,00	177 м	7,63	10,17	40,71	284,92
20-00037991	Каша кукурузная молочная жидкая	200,00	231	5,63	7,87	31,00	217,40
20-00004505	Масло сливочное порционное	10,00	79	0,10	16,50	0,16	149,54
20-00030152	Чай с лимоном с сахаром	200/7/10	11.41	0,10	0,02	10,19	41,33
20-00008117	Какао с молоком	200,00	382	3,97	3,80	25,07	150,36
20-00031611	Соус молочный	50,00	403 м, ТК ДС №60	1,78	3,70	4,12	56,86
20-00010324	Хлеб пшеничный	60,00	11.1	9,48	1,20	57,96	280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	11.3	2,64	0,44	16,40	80,12
Обед				142	81	572	3 583
20-00037204	Салат картофельный	70,00	35	39,06	7,27	293,20	1 394,44
20-00037259	Сельдь	50,00	316 м	9,00	14,00		162,00
20-00036166	Суп картофельный с мясом	250,00	113	7,90	4,85	18,95	151,04
20-00004612	Рассольник домашний	250,00	95	2,31	5,37	15,24	118,48
20-00036269	«Ежики» мясные под сметанным соусом	100/25	2.35	15,72	9,33	11,99	194,82
20-00037069	Птица в соусе с томатом	90/55	367	31,20	13,63	5,76	270,46
20-00007667	Рагу из овощей	200,00	143	4,43	11,31	25,03	219,65
20-00007015	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	171	10,40	12,25	46,15	336,47
20-00002356	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200,00	11.106	0,83		12,60	53,74
20-00011800	Компот из клюквы свежемороженой	200,00	680	0,11	0,04	16,75	67,79
20-00031173	Хлеб пшеничный	80,00	11.1	12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	11.3	7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник				29	21	92	672
20-00030950	Молоко	200,00		12,00	10,00	18,80	213,20
20-00032294	Мандарин	200,00	338	2,00	0,50	18,75	87,50
20-00031626	Ватрушка с творогом	60,00	531, 567	14,57	10,77	54,09	371,52
Ужин				63	38	214	1 452
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	11.3	6,60	1,10	41,00	200,30
20-00037994	Салат "Летний" с растительным маслом	100,00	34	2,74	7,40	9,10	113,99
20-00026197	Огурцы свежие	100,00	9.119	0,80	0,10	1,70	10,90
20-00037090	Бефстроганов из отварной говядины	140,00	245	23,35	10,31	5,75	209,18
20-00037989	Котлеты или биточки рыбные (филе трески)	100,00	307	13,35	4,98	16,82	165,45
20-00007131	Кабачки тушенные в сметанном соусе	180,00	8.41	2,01	6,27	13,27	117,54
20-00007013	Пюре картофельное	180,00	312, стр. 316	4,15	7,02	26,61	186,26
20-00011685	Кисель из черной смородины	200,00	350	0,21	0,08	28,46	115,39
20-00004869	Фиточай цветочно-плодовый с травами	200,00	685	0,01		12,98	51,94
20-00010324	Хлеб пшеничный	60,00	11.1	9,48	1,20	57,96	280,56
Второй ужин				12	13	16	232
20-00030952	Кефир 3,2 %	200,00		12,24	13,06	16,32	231,74
День 10				223,98	210,54	909,22	6 427,658
Завтрак				55	66	267	1 879
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)	200,00	11.9			48,00	192,00
20-00036978	Сыр Российский	25,00	15, стр. 65	7,25	9,22		111,97
20-00031739	Суфле творожное	130,00	285, ТК ДС №98	16,72	13,16	22,59	275,71
20-00037855	Каша вязкая молочная рисовая с изюмом	200,00	177	6,69	10,13	43,62	292,42
20-00036969	Каша ячневая молочная вязкая с сахаром	200,00	6.43	6,81	7,39	35,98	237,65
20-00004505	Масло сливочное порционное	10,00	79	0,10	16,50	0,16	149,54
20-00008117	Какао с молоком	200,00	382	3,97	3,80	25,07	150,36
20-00004869	Фиточай цветочно-плодовый с травами	200,00	685	0,01		12,98	51,94
20-00031611	Соус молочный	50,00	403 м, ТК ДС №60	1,78	3,70	4,12	56,86
20-00010324	Хлеб пшеничный	60,00	11.1	9,48	1,20	57,96	280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный	20,00	11.3	2,64	0,44	16,40	80,12
Обед				80	67	309	2 157
20-00007070	Салат из белокачанной капусты и свеклы	100,00	4	1,79	6,16	6,51	88,60
20-00037103	Икра баклажанная промышленного производства	100,00	76	1,70	13,30	5,10	146,90
20-00002493	Борщ сибирский с говядиной	250/10	111	7,25	4,96	16,09	138,02
20-00036596	Суп картофельный с рисом и мясом	235/15	115	6,97	4,66	16,95	137,64
20-00030342	Биточки, котлеты мясные запеченные	100,00	307	17,40	9,29	15,73	216,15
20-00038006	Котлеты рубленые из кур, запеченные с соусом молочным	100,00	324	11,05	14,75	11,23	221,82
20-00038005	Картофель отварной, запеченный в сметанном соусе	200,00	267	4,90	6,04	27,61	184,35
20-00026102	Каша пшеничная вязкая со сливочным маслом	200/5	411	6,38	4,68	35,34	208,94
20-00012685	Кисель из кураги	200,00	11.115	1,30		33,71	140,04
20-00038347	Компот из вишен и яблок 200	200,00	489	0,25	0,14	14,44	60,00
20-00031173	Хлеб пшеничный	80,00	11.1	12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный	60,00	11.3	7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник				15	12	86	512
20-00030950	Молоко	200,00		12,00	10,00	18,80	213,20
20-00002360	Яблоко печеное без сахара	105,00	11.306	1,06	1,06	25,87	117,22
20-00032247	Груша	200,00	338	1,60	1,20	41,20	182,00
Ужин				66	54	231	1 672
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный	50,00	11.3	6,60	1,10	41,00	200,30
20-00037734	Салат из свеклы с изюмом	100,00	29	2,03	8,71	10,21	127,36
20-00002083	Помидоры свежие порционные	100,00	9.123	1,10	0,20	3,80	21,40

20-00036986	Котлеты рыбные		120,00	234, стр.243	19,42	13,75	20,30	282,68
20-00035825	Тефтели мясные с рисом		100,00	279, стр. 287	14,01	14,40	13,29	238,74
20-00009104	Капуста тушеная		180,00	139	4,18	7,44	12,34	133,07
20-00038508	Макароны отварные с овощами		180,00	258	6,33	5,41	37,19	222,81
20-00002356	Компот из смеси сухофруктов без сахара		200,00	11.106	0,83		12,60	53,74
20-00008119	Кофейный напиток из цикория с молоком		200,00	692	1,55	1,64	22,60	111,37
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1	9,48	1,20	57,96	280,56
Второй ужин					9	12	16	207
20-00031897	Биоюгurt фруктовый питьевой		200,00		8,80	12,00	16,00	207,20
День 11					277,37	235,75	902,05	6 839,379
Завтрак					53	71	254	1 864
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)		200,00	11.9			48,00	192,00
20-00038175	Омлет с морковью, сваренный на пару		130,00	259	10,27	15,46	5,27	201,29
20-00038134	Запеканка рисовая с творогом		120,00	282	6,84	7,00	33,09	222,70
20-00008838	Хлопья кукурузные с молоком		220,00	172	7,81	6,88	24,91	192,82
20-00037157	Каша вязкая молочная "Геркулесовая" с маслом	190/10		173	9,75	15,71	38,75	335,34
20-00004505	Масло сливочное порционное		10,00	79	0,10	16,50	0,16	149,54
20-00030126	Чай с сахаром	200/10		376	0,04	0,01	0,50	2,25
20-00008117	Какао с молоком		200,00	382	3,97	3,80	25,07	150,36
20-00031611	Соус молочный		50,00	403 м, ТК ДС №60	1,78	3,70	4,12	56,86
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1	9,48	1,20	57,96	280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный		20,00	11.3	2,64	0,44	16,40	80,12
Обед					88	57	297	2 054
20-00007875	Отвар из шиповника без сахара		200,00	11.82	0,68		4,30	19,92
20-00038003	Салат из картофеля с помидорами		100,00	25	1,64	3,87	11,57	87,70
20-00037890	Салат из свеклы с курагой		100,00	29	1,80	6,22	12,63	113,65
20-00029844	Уха ростовская		250,00	119, стр. 280	9,88	4,92	15,88	147,37
20-00037269	Суп-пюре из разных овощей		250,00	46	3,47	4,81	16,56	123,47
20-00010278	Фрикадельки мясные паровые		100,00	2.11	17,55	5,33	7,25	147,17
20-00037094	Говядина, тушенная с черносливом		140,00	638	24,35	12,52	19,10	286,40
20-00035829	Рагу из овощей		180,00	143	3,97	10,74	22,50	202,53
20-00008267	Картофель отварной со сливочным маслом		180,00	310	3,63	5,92	29,39	185,35
20-00005767	Напиток лимонный (компот)		200,00	240	0,33	0,04	31,04	125,80
20-00031173	Хлеб пшеничный		80,00	11.1	12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный		60,00	11.3	7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник					22	13	97	591
20-00030950	Молоко		200,00		12,00	10,00	18,80	213,20
20-00032371	Апельсин		200,00	338	3,60	0,80	32,40	151,20
20-00010930	Пирожки с яблоком		50,00	476	5,91	2,06	46,19	226,97
Ужин					103	82	237	2 099
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	11.3	6,60	1,10	41,00	200,30
20-00037084	Салат из горошка зеленого консервированного		50,00	10	2,98	5,19	6,25	83,60
20-00010300	Биточки рубленые из кур		100,00	294	14,01	12,29	17,21	235,48
20-00037119	Рыба отварная под маринадом		150,00	3.47	28,67	14,87	13,19	301,31
20-00001725	Печень тушенная (говяжья)		100,00	633	26,36	16,66	12,00	303,34
20-00038526	Капуста цветная отварная, запеченная в соусе сухарном		180,00	665	7,90	19,56	19,72	286,47
20-00007013	Пюре картофельное		180,00	312, стр. 316	4,15	7,02	26,61	186,26
20-00005641	Кисель из брусники		200,00	350	0,15	0,10	28,64	116,05
20-00031744	Чай с молоком и сахаром		200,00	460	1,70	1,65	12,37	71,15
20-00035219	Соус молочный		30,00	403 м, ТК ДС №60	1,07	2,22	2,47	34,12
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1	9,48	1,20	57,96	280,56
Второй ужин					12	13	16	232
20-00030952	Кефир 3,2 %		200,00		12,24	13,06	16,32	231,74
День 12					243,81	229,85	823,98	6 339,824
Завтрак					65	81	222	1 878
20-00037045	Омлет с сыром		130,00	275	18,76	24,52	2,92	307,34
20-00031843	Запеканка творожная		130,00	285, ТК ДС №98	16,72	13,16	22,59	275,71
20-00028161	Каша вязкая на молоке "Огонек" (рис, гречка)	200/5		221	7,45	8,18	39,42	261,11
20-00038160	Каша манная молочная жидкая с изюмом		220,00	229	8,71	15,20	39,68	330,38
20-00037044	Соус клюквенный		50,00	435	0,03	0,01	7,37	29,73
20-00004505	Масло сливочное порционное		10,00	79	0,10	16,50	0,16	149,54
20-00009002	Фиточай цветочно-плодовый		200,00	685	0,01		12,98	51,94
20-00008119	Кофейный напиток из цикория с молоком		200,00	692	1,55	1,64	22,60	111,37
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1	9,48	1,20	57,96	280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный		20,00	11.3	2,64	0,44	16,40	80,12
Обед					78	56	256	1 846
20-00034210	Салат из моркови с изюмом		100,00	66, стр. 99	1,76	2,61	18,14	103,01
20-00037086	Овощи натуральные соленные (огурцы)		100,00	70	0,80	0,10	1,70	10,90
20-00010374	Юшка картофельная с кабачками и помидорами		250,00	112	2,08	7,04	15,03	131,78
20-00005683	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне		250,00	88	1,92	5,20	9,47	92,37
20-00033011	Азу из мяса отварного	50/50		2.38	17,49	10,44	5,51	185,98
20-00009948	Шницель рубленый куриный		100,00	294, стр. 303	25,05	15,67	11,24	286,21
20-00009104	Капуста тушеная		180,00	139	4,18	7,44	12,34	133,07
20-00037264	Картофель отварной, запеченный со сливочным маслом		160,00	667	3,70	4,77	29,56	176,03
20-00031594	Компот из яблок с лимоном		200,00	487	0,33	0,21	15,23	64,15
20-00031720	Компот из ягод с/м		200,00	491 м, ТК ДС №96	0,21	0,03	11,77	48,23
20-00031173	Хлеб пшеничный		80,00	11.1	12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный		60,00	11.3	7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник					5	17	136	714
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)		200,00	11.9			48,00	192,00
20-00031566	Печенье		40,00	11.5	3,20	15,20	48,80	344,80
20-00032222	Яблоко		200,00	338	1,60	1,60	39,20	177,60
Ужин					84	63	193	1 674
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	11.3	6,60	1,10	41,00	200,30
20-00038522	Салат из свежих помидоров с перцем		100,00	20	1,07	6,15	4,74	78,54
20-00009185	Икра из кабачков промышленная		100,00	7.46	1,20	7,00	7,40	97,40
20-00038351	Суфле из отварного мяса запеченное		100,00	104	21,74	15,22	6,75	250,92
20-00037286	Рыба запеченная в омлете		150,00	249	25,45	6,10	5,27	177,74
20-00003402	Овощи запеченные под соусом молочным		180,00	210	5,02	10,85	12,59	168,08
20-00038517	Макаронные изделия отварные с сыром		180,00	259	10,59	10,07	39,38	290,46
20-00002356	Компот из смеси сухофруктов без сахара		200,00	11.106	0,83		12,60	53,74
20-00030143	Чай без сахара		200,00	376	0,04	0,01		0,25
20-00002388	Соус молочный (бешамель)		50,00	10.24	1,88	5,26	5,35	76,29
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1	9,48	1,20	57,96	280,56
Второй ужин					12	13	16	227
20-00030970	Ряженка 3,2%		200,00		11,60	12,80	16,40	227,20
День 13					272,33	277,27	963,01	7 436,742
Завтрак					69	84	257	2 060
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)		200,00	11.9			48,00	192,00
20-00036978	Сыр Российский		25,00	15, стр. 65	14,50	18,44		223,94
20-00035224	Пудинг из творога с яблоками		130,00	254	15,16	14,72	20,02	273,16
20-00038135	Омлет фаршированный зеленым горошком запеченный		120,00	4.9	8,64	9,36	5,51	140,85
20-00007340	Каша жидкая пшеничная молочная		200,00	182	7,44	8,53	36,40	252,11
20-00036951	Каша жидкая рисовая молочная		200,00	182	5,07	7,55	32,83	219,50
20-00004505	Масло сливочное порционное		10,00	79	0,10	16,50	0,16	149,54
20-00030152	Чай с лимоном с сахаром	200/7/10		11.41	0,10	0,02	10,19	41,33

20-00008117	Какао с молоком		200,00	382		3,97	3,80	25,07	150,36
20-00031611	Соус молочный		50,00	403 м, ТК ДС №60		1,78	3,70	4,12	56,86
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1		9,48	1,20	57,96	280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный		20,00	11.3		2,64	0,44	16,40	80,12
Обед						95	79	318	2 365
20-00038000	Салат из картофеля с огурцами		100,00	24		2,57	4,55	19,12	127,66
20-00037804	Салат из белокочанной капусты с яблоками		100,00	46		1,71	6,26	9,53	101,25
20-00036606	Суп картофельный с зеленым горошком с мясом		250,00	114		7,47	5,95	12,62	133,87
20-00031655	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	250/10		95		2,12	6,68	12,95	120,39
20-00038378	Рулет картофельный с мясом		240,00	284, стр. 291		30,72	21,50	35,65	458,99
20-0003619	Пельмени детские из п/ф пром/производства с маслом сливочным		250,00	335, стр. 604		29,75	31,00	72,50	688,00
20-00031971	Компот из яблок		200,00	486 м, ТК ДС №155		0,08	0,08	11,94	48,80
20-00010137	Компот из клубники свежемороженой		200,00	680		0,17	0,08	17,54	71,60
20-00031173	Хлеб пшеничный		80,00	11.1		12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный		60,00	11.3		7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник						24	21	159	922
20-00030950	Молоко		200,00			12,00	10,00	18,80	213,20
20-00032270	Банан		200,00	338		6,00	2,00	84,00	378,00
20-00010919	Пирожки с вишней		50,00	12.7		6,43	8,77	56,52	330,72
Ужин						72	80	212	1 858
20-00007875	Отвар из шиповника без сахара		200,00	11.82		0,68		4,30	19,92
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	11.3		6,60	1,10	41,00	200,30
20-00036470	Салат из свеклы с яблоками		100,00	36		1,91	8,61	19,33	162,42
20-00037103	Икра баклажанная промышленного производства		100,00	76		1,70	13,30	5,10	146,90
20-0003613	Печень по - строгановски		150,00	255		21,23	24,10	10,01	341,82
20-00038529	Рыба запеченная с картофелем по-русски (треска)		280,00	275		23,72	21,03	28,39	397,71
20-0003402	Овощи запеченные под соусом молочным		180,00	210		5,02	10,85	12,59	168,08
20-00012685	Кисель из кураги		200,00	11.115		1,30		33,71	140,04
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1		9,48	1,20	57,96	280,56
Второй ужин						12	13	16	232
20-00030952	Кефир 3,2 %		200,00			12,24	13,06	16,32	231,74
День 14						253,22	235,69	887,12	6 682,611
Завтрак						64	65	200	1 645
20-00038164	Суп молочный с макаронными изделиями		220,00	120		5,34	5,30	19,05	145,20
20-00037141	260 Перевалов Омлет с капустой цветной, сваренный на пару		150,00	260		12,97	11,24	4,88	172,57
20-00031147	Запеканка творожная с курагой		130,00	285 м, ТК ДС №122		16,73	12,19	24,51	274,61
20-00037219	Каша жидкая молочная гречневая		200,00	183		9,15	9,90	34,74	264,60
20-00004505	Масло сливочное порционное		10,00	79		0,10	16,50	0,16	149,54
20-00006540	Кофейный напиток с молоком		200,00	379		3,65	3,34	26,20	149,43
20-00031744	Чай с молоком и сахаром		200,00	460		1,70	1,65	12,37	71,15
20-00031611	Соус молочный		50,00	403 м, ТК ДС №60		1,78	3,70	4,12	56,86
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1		9,48	1,20	57,96	280,56
20-00011307	Хлеб ржано-пшеничный		20,00	11.3		2,64	0,44	16,40	80,12
Обед						76	68	247	1 901
20-00026992	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленым луком и растительным маслом протертый		100,00	24		0,99	6,18	2,83	70,84
20-00037145	Салат из моркови с яблоками и курагой		100,00	61		1,29	6,14	10,14	100,97
20-00033455	Суп-пюре из цветной капусты		250,00	174		3,70	10,12	10,87	149,36
20-00006507	Щи из шпината		250,00	89		3,32	6,79	9,70	113,14
20-00036638	Птица (филе бедра кур) тушеная в красном соусе	100/50		318		19,35	10,75	3,98	190,06
20-00001834	Азу из мяса отварного с картофелем		300,00	438		21,28	15,44	33,08	356,41
20-00002108	Фасоль овощная отварная со сливочным маслом		160,00	164		4,33	8,76	5,21	117,01
20-00004438	Компот из черной смородины		200,00	345, стр. 338		0,60	0,24	28,33	117,89
20-00031667	Компот из апельсинов с яблоками		200,00	488		0,50	0,23	16,79	71,23
20-00031173	Хлеб пшеничный		80,00	11.1		12,64	1,60	77,28	374,08
20-00037011	Хлеб ржано-пшеничный		60,00	11.3		7,92	1,32	49,20	240,36
Полдник						24	31	123	874
20-00030954	Сок 0,2 (в ассортименте)		200,00	11.9				48,00	192,00
20-00037174	Творог детский порционный		100,00			17,00	9,00	7,00	177,00
20-00031252	Вафли сливочные		40,00			5,44	21,84	49,68	417,04
20-00032294	Мандарин		200,00	338		2,00	0,50	18,75	87,50
Ужин						81	59	300	2 056
20-00009726	Хлеб ржано-пшеничный		50,00	11.3		6,60	1,10	41,00	200,30
20-00007070	Салат из белокочанной капусты и свеклы		100,00	4		1,79	6,16	6,51	88,60
20-00026197	Огурцы свежие		100,00	9.119		0,80	0,10	1,70	10,90
20-00037108	Тефтели рыбные		120,00	239		18,18	13,51	17,33	263,67
20-00038390	Макаронник с печенью		280,00	264		28,45	15,13	64,92	509,67
20-00037193	Картофельные лепешки		200,00	149		10,54	11,57	64,44	404,10
20-00002356	Компот из смеси сухофруктов без сахара		200,00	11.106		0,83		12,60	53,74
20-00031563	Кисель из клюквы		200,00	479		0,11	0,04	22,75	91,79
20-00002388	Соус молочный (бешамель)		50,00	10.24		3,76	10,53	10,70	152,58
20-00010324	Хлеб пшеничный		60,00	11.1		9,48	1,20	57,96	280,56
Второй ужин						9	12	16	207
20-00031897	Биойогурт фруктовый питьевой		200,00			8,80	12,00	16,00	207,20