

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>1 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Яйцо	40	5.82	9.02	1.52	110.54	0.33	110
Икра овощная	75	1.5	6.75	6.4	91.5	12	
Чай	150	2.09	1.9	9.95	65.4	0.58	262
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>11.82</b>	<b>18.27</b>	<b>33.8</b>	<b>323.64</b>	<b>13.11</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	100	0.4	0	9.8	45	165	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>4.2</b>	<b>3.75</b>	<b>6.15</b>	<b>77.25</b>	<b>1.05</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	40	0.89	3.98	1.45	42.1	14.4	7
Свекольник со сметаной	150/7,5	1.15	3.8	6.03	62.49	8.52	34
Тефтели	100	7.83	11.56	8.07	167.64	21.6	174
Макаронные изделия отварные	60	2.2	2.11	14.12	84.43	0	194
Сок фруктовый/овощной	150	0.6	0	16.95	64.5	18	
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
Хлеб ржаной	30	1.65	0.3	9.6	46.5	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>16.69</b>	<b>22.35</b>	<b>64.62</b>	<b>513.86</b>	<b>62.52</b>	
<b>Полдник</b>							
Печенье творожное	70	10.82	3.27	11.06	117.04	0.13	116
Компот из сухофруктов	150	2.82	2.94	19.46	115.44	0.97	248
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>13.64</b>	<b>6.21</b>	<b>30.52</b>	<b>232.48</b>	<b>1.1</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>46.35</b>	<b>50.58</b>	<b>135.09</b>	<b>1147.23</b>	<b>77.78</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>2 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Сыр	10	2.7	2.7	0	34.5	0.3	
Суп молочный с мак. изд.	150	3.7	4.54	13.96	111.4	0.85	43
Кофейный напиток	150	1.88	2.15	13.29	80.1	0.87	253
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>10.65</b>	<b>9.99</b>	<b>35.65</b>	<b>272.2</b>	<b>2.02</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Кисломолочный напиток	150/7,5	4.2	3.75	6.15	77.25	1.05	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.4</b>	<b>0</b>	<b>9.8</b>	<b>45</b>	<b>1.65</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	40	0.32	0.04	0.06	5.2	2	
Суп гороховый с мясом	150/15	1.4	2.33	8.16	59.27	6.3	36
Котлета рыбная любительская	65	7.98	2.38	4.08	69.64	0.9	135
Картофельное пюре	130	2.76	5.25	20.18	139.05	4.66	206
Сок фруктовый/овощной	140	0.6	0	16.95	64.5	18	
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
Хлеб ржаной	30	1.65	0.3	9.6	46.5	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>17.08</b>	<b>10.9</b>	<b>67.43</b>	<b>430.36</b>	<b>31.86</b>	
<b>Полдник</b>							
Маннйй тортик	80	8.48	5.84	19.52	172.31	1.88	320
Молоко кипяченное	150	4.2	3.75	6.15	77.25	1.05	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>12.68</b>	<b>9.59</b>	<b>25.67</b>	<b>249.56</b>	<b>2.93</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>40.81</b>	<b>30.48</b>	<b>138.55</b>	<b>997.12</b>	<b>201.81</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ реп-ры
		Б	Ж	У			
<b>3 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша рисовая с яблоком	100	2.51	4.2	21.84	135	41.2	97
Чай	150	2.09	1.9	9.95	65.4	0.58	262
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
<b>ИТОГО</b>		<b>6.97</b>	<b>6.7</b>	<b>40.19</b>	<b>246.6</b>	<b>41.78</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	100	0.4	0	9.8	45	165	
<b>ИТОГО</b>		<b>0.4</b>	<b>0</b>	<b>9.8</b>	<b>45</b>	<b>165</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	60	1.02	3	2.89	44.1	15.38	17
Борщ с мясом	150/15	0.75	1.97	31.3	164.3	0.63	289
Запеканка из печени	120	22.56	20.52	8.28	311.25	35.28	482
Компот из сухофруктов	150	0.41	0	20.89	85.33	0.9	241
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
Хлеб ржаной	30	1.65	0.3	9.6	46.5	0	
<b>ИТОГО</b>		<b>28.76</b>	<b>26.39</b>	<b>81.36</b>	<b>697.68</b>	<b>52.19</b>	
<b>Полдник</b>							
Сочники	60	4.87	8.58	39.58	256.1	0	769
Кисломолочный напиток	150	4.2	3.75	6.15	77.25	1.05	
<b>ИТОГО</b>		<b>9.07</b>	<b>12.33</b>	<b>45.73</b>	<b>333.35</b>	<b>1.05</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>45.2</b>	<b>45.42</b>	<b>177.08</b>	<b>1322.63</b>	<b>260.02</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>4 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Сыр	10	2.7	2.7	0	34.5	0.3	
Суп молочный манный	150	3.7	4.54	13.96	111.4	0.85	43
Кофейный напиток	150	2.09	2.39	14.77	89	0.97	253
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>10.86</b>	<b>10.23</b>	<b>37.13</b>	<b>281.1</b>	<b>2.12</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	70	0.28	0	6.86	31.5	115.5	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.28</b>	<b>0</b>	<b>6.86</b>	<b>31.5</b>	<b>115.5</b>	
<b>Обед</b>							
Суп рисовый с томатом	150	7.93	2.47	4.02	69.74	9.08	41
Биточек	60	5.1	4.6	0.3	63	0	9
Картофельное пюре	150	3.93	4.84	20.17	130.74	3.12	200
Кисель из сухофруктов	170	1.15	0	24.65	98.69	0	233
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
Хлеб ржаной	30	1.65	0.3	9.6	46.5	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>22.13</b>	<b>12.81</b>	<b>67.14</b>	<b>454.87</b>	<b>12.2</b>	
<b>Полдник</b>							
Сырники	80	15.58	6.45	15.52	182.48	0.36	117
Кисломолочный напиток	150	4.2	3.75	6.15	77.25	1.05	
		<b>19.78</b>	<b>10.2</b>	<b>21.67</b>	<b>259.73</b>	<b>1.41</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>53.05</b>	<b>33.24</b>	<b>132.8</b>	<b>1027.2</b>	<b>131.23</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>5 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Сельдь	35	4.2	4.2	5.46	71.4	0.14	87
Картофель отварной	90	1.91	3.63	13.97	96.27	3.23	204
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
Чай	150	2.09	1.9	9.95	65.4	0.58	262
<b>ИТОГО</b>		<b>10.57</b>	<b>10.33</b>	<b>37.78</b>	<b>279.27</b>	<b>3.95</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	100	0.4	0	9.8	45	165	
<b>ИТОГО</b>		<b>0.4</b>	<b>0</b>	<b>9.8</b>	<b>45</b>	<b>165</b>	
<b>Обед</b>							
Суп с фрикадельками	150	3.02	6.78	19.43	89.76	7.36	33
Жаркое по домашнему	160	17.82	14.4	20.76	280.59	8.59	153
Сок фруктовый/овощной	150	0.6	0	16.95	64.5	18	
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
Хлеб ржаной	30	1.65	0.3	9.6	46.5	0	
<b>ИТОГО</b>		<b>25.46</b>	<b>22.08</b>	<b>75.14</b>	<b>527.55</b>	<b>33.95</b>	
<b>Полдник</b>							
Кондитерское изделие	22.5	2.9	3.82	32.6	191.7	0	
Кофейный напиток	150	2.51	2.87	17.73	106.8	1.17	253
<b>ИТОГО</b>		<b>5.41</b>	<b>6.69</b>	<b>50.33</b>	<b>298.5</b>	<b>1.17</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>41.84</b>	<b>39.1</b>	<b>173.05</b>	<b>1150.32</b>	<b>204.07</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ реп-ры
		Б	Ж	У			
<b>6 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Омлет	65	6.4	11.7	5.55	155	2.6	454
Икра овощная	100	3.6	2.24	18.6	109.03	0	186
Чай	150	2.09	1.9	9.95	65.4	0.58	262
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>14.46</b>	<b>16.44</b>	<b>42.5</b>	<b>375.63</b>	<b>3.18</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	100	0.4	0	9.8	45	165	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>4.2</b>	<b>3.75</b>	<b>6.15</b>	<b>77.25</b>	<b>1.05</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	50	0.95	2.5	4	43	9.15	45
Суп лапша домашняя	150	1.5	1.38	10.98	63.5	6.21	138
Капуста тушеная с мясом	100	2.62	3.23	13.45	87.16	2.08	200
Компот из сухофруктов	150	0.41	0	20.89	85.3	0.9	241
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
Хлеб ржаной	30	1.65	0.3	9.6	46.5	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>8.55</b>	<b>5.51</b>	<b>63.32</b>	<b>328.66</b>	<b>9.19</b>	
<b>Полдник</b>							
Булочка	60	4.87	8.58	39.58	256.1	0	769
Молоко кипяченое	150	4.2	3.75	6.15	77.25	1.05	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>9.07</b>	<b>12.33</b>	<b>45.73</b>	<b>333.35</b>	<b>1.05</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>36.28</b>	<b>38.03</b>	<b>157.7</b>	<b>1114.89</b>	<b>14.47</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>7 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный гречневый	150	3.7	4.54	13.96	111.4	0.85	43
Кофейный напиток	150	2.09	2.39	14.77	89	0.97	
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>8.16</b>	<b>7.53</b>	<b>37.13</b>	<b>246.6</b>	<b>1.82</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Кисломолочный напиток	150	4.2	3.75	6.15	77.25	1.05	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.4</b>	<b>0</b>	<b>9.8</b>	<b>45</b>	<b>165</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	40	0.7	2	1.92	29.4	10.2	17
Борщ со сметаной	150/6	0.75	1.97	31.3	164.3	0.63	289
Оладьи из печени	80	6.75	8.15	7.75	132.5	0	95
Каша рисовая	100	6.18	3.54	24.58	154.52	0	191
Сок фруктовый/овощной	150	0.6	0	16.95	64.5	18	
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
Хлеб ржаной	30	1.65	0.3	9.6	46.5	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>19</b>	<b>16.56</b>	<b>100.5</b>	<b>637.92</b>	<b>28.83</b>	
<b>Полдник</b>							
Кондитерское изделие	22.5	2.9	3.82	32.6	191.7	0	
Компот из сухофруктов	150	2.51	2.87	17.73	106.8	1.17	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>5.41</b>	<b>6.69</b>	<b>50.33</b>	<b>298.5</b>	<b>1.17</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>32.97</b>	<b>30.78</b>	<b>197.76</b>	<b>1228.02</b>	<b>196.82</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>8 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная манная	150	3.7	4.54	13.96	111.4	0.85	43
Какао	150	4.2	3.75	6.15	77.25	1.05	
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>10.27</b>	<b>8.89</b>	<b>28.51</b>	<b>234.85</b>	<b>1.9</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	70	0.28	0	6.86	31.5	115.5	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.28</b>	<b>0</b>	<b>6.86</b>	<b>31.5</b>	<b>115.5</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	40	0.32	0.04	0.06	5.2	2	
Суп овощной	150	1.15	3.51	7.55	69.14	11.18	35
Гуляш	130	11.22	11.44	8.42	181.2	20.2	150
Картофельное пюре	80	1.7	3.23	12.42	85.58	2.87	206
Чай	150	2.09	1.9	9.95	65.4	0.58	262
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
Хлеб ржаной	30	1.65	0.3	9.6	46.5	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>20.5</b>	<b>21.02</b>	<b>56.4</b>	<b>499.22</b>	<b>36.83</b>	
<b>Полдник</b>							
Запеканка творожная	75	14.61	6.55	14.55	171.11	0.35	117
Кисломолочный напиток	150	4.2	3.75	6.15	77.25	1.05	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>18.81</b>	<b>10.3</b>	<b>20.7</b>	<b>248.36</b>	<b>1.4</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>49.86</b>	<b>40.21</b>	<b>112.47</b>	<b>1013.93</b>	<b>155.63</b>	



Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>9 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Сыр	10	2.7	2.7	0	34.5	0.3	
Суп молочный с мак. изд.	150	4.18	4.59	14.79	117.06	0.85	43
Кофейный напиток	150	2.09	2.39	14.77	89	0.97	253
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>11.34</b>	<b>10.28</b>	<b>37.96</b>	<b>286.76</b>	<b>2.12</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	70	0.28	0	6.86	31.5	115.5	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.28</b>	<b>0</b>	<b>6.86</b>	<b>31.5</b>	<b>115.5</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	40	0.76	2	3.2	34.4	7.32	45
Суп с клецками с мясом	150	2.25	1.97	10.27	97.16	3.18	37
Биточек	60	11.04	10.72	5.27	161.64	0	451
Каша гречневая	100	6.18	3.54	24.58	154.52	0	188
Компот из сухофруктов	150	0.41	0	20.89	85.3	0.9	241
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
Хлеб ржаной	30	1.65	0.3	9.6	46.5	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>24.66</b>	<b>19.13</b>	<b>82.21</b>	<b>625.72</b>	<b>11.4</b>	
<b>Полдник</b>							
Кулибяка	65		2.63	41.81	219.07	0	289
Кисломолочный напиток	150	4.2	3.75	6.15	77.25	1.05	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>4.2</b>	<b>6.38</b>	<b>47.96</b>	<b>296.32</b>	<b>1.05</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>40.48</b>	<b>35.79</b>	<b>174.99</b>	<b>1240.3</b>	<b>130.07</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ реп-ры
		Б	Ж	У			
<b>10 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Картофельное пюре	80	1.7	3.23	12.42	85.58	2.87	206
Рыба тушеная с овощами	140	14.52	8.03	7.51	160.29	2.5	144
Сок	150	0.41	0	20.89	85.3	0.9	241
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>17.3</b>	<b>8.63</b>	<b>36.8</b>	<b>291.79</b>	<b>3.4</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	73	0.28	0	6.86	31.5	115.5	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.28</b>	<b>0</b>	<b>6.86</b>	<b>31.5</b>	<b>115.5</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	60	0.51	3.64	4.34	51.78	6.4	1
Суп с макарон. изделиями	150	0.42	3.78	3.89	51.3	1.65	38
Плов из птицы	150	8.76	6.55	21.4	182.3	2.96	492
Кисель из сухофруктов	140	3.64	0	23.1	109.2	1.18	651
Хлеб пшеничный	20	2.37	0.6	8.4	46.2	0	
Хлеб ржаной	30	1.65	0.3	9.6	46.5	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>17.35</b>	<b>14.87</b>	<b>70.73</b>	<b>487.28</b>	<b>12.19</b>	
<b>Полдник</b>							
Ковришка шоколадный	50	1.29	5.17	27.82	170.29	0.2	5
Кисломолочный напиток	140	3.92	3.5	5.74	72.1	0.98	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>5.21</b>	<b>8.67</b>	<b>33.56</b>	<b>242.39</b>	<b>1.18</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>40.14</b>	<b>32.17</b>	<b>147.95</b>	<b>1052.96</b>	<b>132.27</b>	

среднесуточная норма

41.51 38.89 15.54 1141.6 155.8

Согласованно \_\_\_\_\_ О.С. Помазан

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ реп-ры
		Б	Ж	У			
<b>1 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Яйцо	40	5.82	9.02	1.52	110.54	0.33	110
Икра овощная	100	2	9	8.54	122	16	
Чай	180	2.51	2.29	11.94	78.52	0.7	262
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.75	10.5	57.75	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>12.23</b>	<b>21.06</b>	<b>32.5</b>	<b>368.81</b>	<b>17.03</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	100	0.4	0	9.8	45	165	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>4.05</b>	<b>4.05</b>	<b>0</b>	<b>51.75</b>	<b>0.45</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	60	1.34	5.98	2.18	63.15	21.6	7
Свекольник со сметаной	200/10	1.54	5.07	8.04	83.33	11.38	34
Тефтели	100	7.83	11.56	8.07	167.64	21.6	174
Макаронные изделия отварные	95	3.49	3.35	22.37	133.69	0	194
Сок фруктовый/овощной	180	0.72	0	20.34	77.4	21.6	
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	72	0	
Хлеб ржаной	37.5	2.07	0.37	11.45	55.33	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>19.27</b>	<b>26.6</b>	<b>87.36</b>	<b>652.54</b>	<b>76.18</b>	
<b>Полдник</b>							
Печенье творожное	150	23.2	7.01	23.7	250.8	0.28	116
Компот из сухофруктов	200	3.77	3.93	25.95	153.92	1.3	248
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>26.97</b>	<b>10.94</b>	<b>49.65</b>	<b>404.72</b>	<b>1.58</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>62.52</b>	<b>62.65</b>	<b>169.51</b>	<b>1477.82</b>	<b>95.24</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ реп-ры
		Б	Ж	У			
<b>2 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Сыр	15	4.05	4.05	0	51.75	0.45	
Суп молочный с мак. изд.	200	4.94	6.06	18.62	148.54	1.14	43
Кофейный напиток	180	2.51	2.87	17.73	106.8	1.17	253
Хлеб пшеничный	20	1.52	0.48	9.94	48	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>13.02</b>	<b>13.46</b>	<b>46.29</b>	<b>355.09</b>	<b>2.76</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Кисломолочный напиток	200/10	5.6	5	8.4	103.8	0.6	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>3.49</b>	<b>3.35</b>	<b>22.37</b>	<b>133.69</b>	<b>0</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	70	0.56	0.07	0.11	9.1	3.5	
Суп гороховый с мясом	200/20	1.87	3.11	10.89	79.03	8.41	36
Котлета рыбная любительская	65	7.98	2.38	4.08	69.64	0.9	135
Картофельное пюре	150	3.19	6.06	23.29	160.45	5.38	206
Сок фруктовый/овощной	180	0.72	0	20.34	77.4	21.6	
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	72	0	
Хлеб ржаной	37.5	2.07	0.37	11.45	55.33	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>18.67</b>	<b>12.26</b>	<b>85.07</b>	<b>522.95</b>	<b>39.79</b>	
<b>Полдник</b>							
Маннйй тортик	100	10.6	7.3	24.4	215.39	2.35	320
Молоко кипяченное	200	5.64	5	9.46	104	2.4	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>16.24</b>	<b>12.3</b>	<b>33.86</b>	<b>319.39</b>	<b>4.75</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>51.42</b>	<b>41.37</b>	<b>187.59</b>	<b>1331.12</b>	<b>47.3</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ реп-ры
		Б	Ж	У			
<b>3 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша рисовая с яблоком	150	3.77	6.3	32.77	202.5	61.8	97
Чай	180	0.1	0	13.5	55.35	0	262
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.75	10.5	57.75	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>5.77</b>	<b>7.05</b>	<b>56.77</b>	<b>315.6</b>	<b>61.8</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	100	0.4	0	9.8	45	165	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.4</b>	<b>0</b>	<b>9.8</b>	<b>45</b>	<b>165</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	60	1.05	3	2.89	44.1	15.38	17
Борщ с мясом	200/20	1	2.63	41.81	219.07	0.84	289
Запеканка из печени	160	30.08	87.52	11.04	415	47.04	482
Компот из сухофруктов	180	0.5	0	25.07	102.4	1.09	241
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	72	0	
Хлеб ржаной	37.5	2.07	0.37	11.45	55.33	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>36.98</b>	<b>93.79</b>	<b>107.17</b>	<b>907.9</b>	<b>64.35</b>	
<b>Полдник</b>							
Сочники	65	7.08	2.63	41.81	219.07	0.84	769
Кисломолочный напиток	200	5.6	5	8.4	103.8	0.6	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>12.68</b>	<b>7.63</b>	<b>50.21</b>	<b>322.87</b>	<b>1.44</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>55.83</b>	<b>108.47</b>	<b>223.95</b>	<b>1591.37</b>	<b>292.59</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ ре-ры
		Б	Ж	У			
<b>4 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Сыр	15	4.05	4.05	0	51.75	0.45	
Суп молочный манный	200	4.94	6.06	18.62	148.54	1.14	43
Кофейный напиток	180	2.51	2.87	17.73	106.8	1.17	253
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.75	10.5	57.75	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>13.4</b>	<b>13.73</b>	<b>46.85</b>	<b>364.84</b>	<b>2.76</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	100	0.4	0	9.8	45	165	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.4</b>	<b>0</b>	<b>9.8</b>	<b>45</b>	<b>165</b>	
<b>Обед</b>							
Суп рисовый с томатом	200/20	1.96	3.91	11.13	87.5	0	47
Биточек	60	5.1	4.6	0.3	63	0	9
Картофельное пюре	150	3.93	4.84	20.17	130.74	3.12	200
Кисель из сухофруктов	180	1.22	0	26.11	104.5	0	233
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	72	0	
Хлеб ржаной	37.5	2.07	0.37	11.45	55.33	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>16.56</b>	<b>13.99</b>	<b>84.07</b>	<b>513.07</b>	<b>3.12</b>	
<b>Полдник</b>							
Сырники	100	19.48	8.07	19.4	228.1	0.46	117
Кисломолочный напиток	200	5.6	5	8.4	103.8	0.6	
		<b>25.08</b>	<b>13.07</b>	<b>27.8</b>	<b>331.9</b>	<b>1.06</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>55.44</b>	<b>40.79</b>	<b>168.52</b>	<b>1254.81</b>	<b>171.94</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ реп-ры
		Б	Ж	У			
<b>5 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Сельдь	50	6	6	7.8	102	0.2	87
Картофель отварной	100	3.19	6.06	23.29	160.45	5.38	204
Чай	180	0.1	0	13.5	55.35	0	262
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.75	10.5	57.75	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	100	0.4	0	9.8	45	165	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.4</b>	<b>0</b>	<b>9.8</b>	<b>45</b>	<b>165</b>	
<b>Обед</b>							
Суп с фрикадельками	200	4.02	9.04	25.9	119.68	9.81	33
Жаркое по домашнему	190	21.16	17.1	24.65	333.2	10.2	153
Сок фруктовый/овощной	180	0.72	0	20.34	77.4	21.6	
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	72	0	
Хлеб ржаной	37.5	2.07	0.37	11.45	55.33	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>30.25</b>	<b>26.78</b>	<b>97.25</b>	<b>657.61</b>	<b>41.61</b>	
<b>Полдник</b>							
Кондитерское изделие	40	2.9	3.82	32.6	191.7	0	
Кофейный напиток	180	2.51	2.87	17.73	106.8	1.17	253
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>2.51</b>	<b>2.87</b>	<b>17.73</b>	<b>106.8</b>	<b>1.17</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>33.16</b>	<b>29.65</b>	<b>124.78</b>	<b>809.41</b>	<b>207.78</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>6 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Омлет	65	11	9.6	4	146.4	0.5	110
Икра овощная	200	4.8	15.2	26	164	27.2	78
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.75	10.5	57.75	0	
Чай	180	0.1	0	13.5	55.35	0	263
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>16.36</b>	<b>18.03</b>	<b>82.86</b>	<b>529.9</b>	<b>0.4</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	100	0.4	0	9.8	45	165	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	50	0.95	2.5	4	43	9.15	45
Суп лапша домашняя	200	2	1.84	14.64	84.75	8.28	138
Капуста тушеная с мясом	100	2.62	3.23	13.45	87.16	2.08	200
Компот из сухофруктов	200	0.5	0	25.07	102.4	1.09	241
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	72	0	
Хлеб ржаной	37.5	2.07	0.37	11.45	55.33	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>9.47</b>	<b>5.71</b>	<b>79.52</b>	<b>401.64</b>	<b>11.45</b>	
<b>Полдник</b>							
Булочка	65	4.87	8.58	39.58	256.1	0	769
Молоко кипяченое	200	5.64	5	9.73	104	2.6	255
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>10.51</b>	<b>13.58</b>	<b>49.31</b>	<b>360.1</b>	<b>2.6</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>41.38</b>	<b>41.82</b>	<b>219.25</b>	<b>1385.06</b>	<b>14.99</b>	



Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>7 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Суп молочный гречневый	200	4.94	6.06	18.62	148.54	1.14	43
Кофейный напиток	180	2.51	2.87	17.73	106.8	1.17	253
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.75	10.5	57.75	0	
<b>ИТОГО</b>	<b>405</b>	<b>9.35</b>	<b>9.68</b>	<b>46.85</b>	<b>313.09</b>	<b>2.31</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Кисломолочный напиток	180	5.04	4.5	7.56	93.42	0.54	
<b>ИТОГО</b>	<b>30</b>	<b>2.28</b>	<b>0.27</b>	<b>14.91</b>	<b>72</b>	<b>0</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	60	1.05	3	2.89	44.1	15.3	17
Борщ со сметаной	200/7	1	2.63	41.81	219.07	0.84	289
Оладьи из печени	80	6.75	8.15	7.75	132.5	0	95
Каша рисовая	150	9.27	5.32	36.87	231.78	0	191
Сок фруктовый/овощной	180	0.72	0	20.34	77.4	21.6	
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	72	0	
Хлеб ржаной	37.5	2.07	0.37	11.45	55.33	0	
<b>ИТОГО</b>	<b>764.5</b>	<b>23.14</b>	<b>19.74</b>	<b>136.02</b>	<b>832.18</b>	<b>37.74</b>	
<b>Полдник</b>							
Кондитерское изделие	40	2.9	3.82	32.6	191.7	0	
Компот из сухофруктов	180	2.51	2.87	17.73	106.8	1.17	253
<b>ИТОГО</b>	<b>220</b>	<b>5.41</b>	<b>6.69</b>	<b>50.33</b>	<b>298.5</b>	<b>1.17</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>		<b>40.18</b>	<b>36.38</b>	<b>248.11</b>	<b>1515.77</b>	<b>41.22</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>8 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная манная	200	4.94	6.06	18.62	148.54	1.14	43
Какао	150	4.2	3.75	6.15	77.25	1.05	
Хлеб пшеничный	20	1.52	0.18	9.94	48	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>10.66</b>	<b>9.99</b>	<b>34.71</b>	<b>273.79</b>	<b>2.19</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	100	0.4	0	9.8	45	165	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.4</b>	<b>0</b>	<b>9.8</b>	<b>45</b>	<b>165</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	60	0.66	0.06	0.96	9.6	6	
Суп овощной	200	1.54	4.69	10.07	92.19	14.91	35
Гуляш	130	11.22	11.44	8.42	181.2	20.2	150
Картофельное пюре	100	2.13	4.04	15.53	106.97	3.59	206
Чай	180	0.1	0	13.5	55.35	0	263
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	72	0	
Хлеб ржаной	37.5	2.07	0.37	11.45	55.33	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>20</b>	<b>20.87</b>	<b>74.84</b>	<b>572.64</b>	<b>44.7</b>	
<b>Полдник</b>							
Запеканка творожная	75/7,5	14.61	6.55	14.55	171.11	0.35	117
Кисломолочный напиток	200/10	5.6	5	8.4	103.8	0.6	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>20.21</b>	<b>11.55</b>	<b>22.95</b>	<b>274.91</b>	<b>0.95</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>51.27</b>	<b>42.41</b>	<b>142.3</b>	<b>1166.34</b>	<b>212.84</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>9 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Сыр	15	4.05	4.05	0	51.75	0.45	
Суп молоч с мак. изд.	200	5.58	6.12	19.73	156.08	1.14	43
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.75	10.5	57.75	0	
Кофейный напиток	180	2.51	2.87	17.73	106.8	1.17	253
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>14.04</b>	<b>13.79</b>	<b>47.96</b>	<b>372.38</b>	<b>2.76</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	100	0.4	0	9.8	45	165	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.4</b>	<b>0</b>	<b>9.8</b>	<b>45</b>	<b>165</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	100	1.9	5	8	86	18.3	45
Суп с клецками с мясом	200/20	3	2.63	13.7	89.55	4.25	37
Биточек	60	11.04	10.72	5.27	161.64	0	451
Каша гречневая	150	9.27	5.32	36.87	231.78	0	188
Компот из сухофруктов	200	0.8	0	25.6	86	24	
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	72	0	
Хлеб ржаной	37.5	2.07	0.37	11.45	55.33	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>30.36</b>	<b>24.31</b>	<b>115.8</b>	<b>782.3</b>	<b>46.55</b>	
<b>Полдник</b>							
Кулибяка	65	7.08	2.63	41.81	219.07	0	289
Кисломолочный напиток	200	5.6	5	8.4	103.8	0.6	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>12.68</b>	<b>7.63</b>	<b>50.21</b>	<b>322.87</b>	<b>0.6</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>57.48</b>	<b>45.73</b>	<b>223.77</b>	<b>1522.55</b>	<b>214.91</b>	

Наименование блюда	Выход блюда,	пищевые вещества, гр.			Ккал	Вит-н С	№ рец-ры
		Б	Ж	У			
<b>10 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Картофельное пюре	100	2.13	4.04	15.53	106.97	3.59	206
Рыба тушенная с овощами	190	19.7	10.9	10.19	217.54	3.39	144
Сок фруктовый/овощной	180	0.72	0	20.34	77.4	21.6	
Хлеб пшеничный	25	1.9	0.75	10.5	57.75	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>22.32</b>	<b>11.65</b>	<b>41.03</b>	<b>352.69</b>	<b>24.99</b>	
<b>2-й завтрак</b>							
Фрукты свежие	110	0.4	0	9.8	45	165	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>0.4</b>	<b>0</b>	<b>9.8</b>	<b>45</b>	<b>165</b>	
<b>Обед</b>							
Соленья	60	0.51	3.64	4.34	51.78	6.4	1
Суп с макарон. изделиями	200	0.57	5.04	5.19	68.4	2.2	38
Плов из птицы	190	11.1	8.3	27.15	231	3.76	492
Кисель из сухофруктов	180	1.22	0	26.11	104.5	0	233
Хлеб пшеничный	30	2.28	0.27	14.91	72	0	
Хлеб ржаной	37.5	2.07	0.37	11.45	55.33	0	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>17.75</b>	<b>17.62</b>	<b>89.15</b>	<b>583.01</b>	<b>12.36</b>	
<b>Полдник</b>							
Ковришка шоколадный	100	2.58	10.34	55.64	340.58	0.4	5
Кисломолочный напиток	180	5.04	4.5	7.56	934.2	0.54	
<b><u>ИТОГО</u></b>		<b>7.62</b>	<b>14.84</b>	<b>63.2</b>	<b>1274.78</b>	<b>0.94</b>	
<b><u>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</u></b>		<b>48.09</b>	<b>44.11</b>	<b>203.18</b>	<b>2255.48</b>	<b>203.29</b>	

среднесуточная норма

46.1    46.08    189.9    1433.92    170.6

Согласованно \_\_\_\_\_ О.С. Помазан