



1 ДЕНЬ									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры		
			Б	Ж	У				
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша гречневая вязкая	130	5,81	5,10	26,08	128,3	243		
	Икра кабачковая (промышленного производства)	40	0,76	3,56	3,08	23,4	121		
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,5	114		
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	66,2	111		
	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,40	2,03	11,92	59,25	513		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>360,00</b>	<b>11,30</b>	<b>19,18</b>	<b>55,92</b>	<b>347,65</b>			
10:00	Фрукты свежие	150,00	0,40	0,40	9,80	90,10	118		
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150,00</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>90,10</b>			
<b>ОБЕД</b>	Борщ с капустой и картофелем	150,00	6,51	7,56	18,20	105,60	133		
	Плов	150,00	11,62	22,30	25,45	215,30	411		
	Овощи по сезону	40,00	0,32	0,04	1,00	9,40	112		
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60	115		
	Соки овощные, фруктовые и ягодные(витаминизированные)	170,00	0,75	0,15	15,15	80,00	537		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>550,00</b>	<b>21,84</b>	<b>30,53</b>	<b>73,16</b>	<b>479,90</b>			
<b>УПЛОТНЕНН</b>	Омлет натуральный	95,00	8,19	12,71	2,19	296,80	307		
	Овощи по сезону	40,00	0,44	0,08	1,52	9,40	112		
	Хлеб пшеничный	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114		
	Кисломолочный напиток	150,00	4,35	3,75	6,00	60,30	535		
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>315,00</b>	<b>15,26</b>	<b>16,78</b>	<b>24,47</b>	<b>437,00</b>			
<b>УЖИН 2</b>	Пирожки печеные из сдобного теста с фаршем	70,00	4,98	5,52	30,17	143,50	562		
	Чай с сахаром, лимоном	150,00	0,15	0,00	9,77	18,00	503,00		
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>220,00</b>	<b>5,13</b>	<b>5,52</b>	<b>39,94</b>	<b>161,50</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1595,00</b>	<b>53,93</b>	<b>72,41</b>	<b>203,29</b>	<b>1516,15</b>			

## 2 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша манная молочная жидкая	150,00	4,65	5,60	23,15	152,30	268
	Яйца вареные	50,00	6,38	5,75	0,38	60,10	306
	Масло сливочное	10,00	0,05	8,25	0,08	66,20	111
	Хлеб пшеничный	40,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
	Чай с сахаром	180	0,18	0,00	11,72	17	502
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>250,00</b>	<b>13,54</b>	<b>19,84</b>	<b>50,09</b>	<b>366,10</b>	
<b>10:00</b>	Фрукты свежие	110,00	0,40	0,40	9,80	57,80	118
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>110,00</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>57,80</b>	
<b>ОБЕД</b>	Рассольник	150,00	1,11	3,04	8,46	130,40	138
	Котлеты, биточки, шницели	70,00	6,71	13,64	9,12	128,20	386
	Каша кукурузная вязкая	110,00	3,00	4,97	24,49	128,30	252
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60	115
	Компот из кураги	150,00	0,12	0,12	12,67	51,04	528
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>520,00</b>	<b>13,58</b>	<b>22,25</b>	<b>68,10</b>	<b>507,54</b>	
<b>УПЛОТНЕНИЕ</b>	Сердце в соусе	50,00	12,15	6,70	2,05	117,00	408,00
	Капуста, тушеная с рисом	130,00	4,81	4,68	5,07	81,90	428,00
	Овощи по сезону	40,00	0,32	0,04	1,00	9,40	112
	Хлеб пшеничный	30,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕНИЕ</b>	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150,00	4,35	3,75	6,00	60,30	535
<b>УЖИН 2</b>		<b>400,00</b>	<b>23,91</b>	<b>15,41</b>	<b>28,88</b>	<b>339,10</b>	
	Кондитерское изделие помышленного пр-ва	24,00	0,56	0,66	15,46	78,00	607
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные (витаминизированные)	160,00	0,75	0,15	15,15	72,80	537
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>184,00</b>	<b>1,31</b>	<b>0,81</b>	<b>30,61</b>	<b>150,80</b>	
		<b>1464,00</b>	<b>52,74</b>	<b>58,71</b>	<b>187,48</b>	<b>1421,34</b>	



3 ДЕНЬ							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша манная молочная жидкая	150,00	4,65	5,60	23,15	152,30	268
	Хлеб пшеничный	40,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,40	2,03	11,92	59,25	513
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>340,00</b>	<b>9,33</b>	<b>7,87</b>	<b>49,83</b>	<b>282,05</b>	
10:00	Флоды свежие	150,00	0,40	0,40	9,80	67,80	118
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150,00</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>67,80</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с макаронными изделиями	150,00	6,02	5,57	18,08	117,50	152
	Курица в сметанном соусе	50,00	3,95	6,26	1,30	118,30	410
	Каша пшеничная вязкая	110,00	4,22	3,74	23,15	128,50	249
	Овощи по сезону	40,00	0,32	0,04	1,00	9,40	112
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60	115
	Кисель из яблок сушеных	150,00	0,21	0,01	19,30	59,80	519
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>540,00</b>	<b>17,36</b>	<b>16,10</b>	<b>76,19</b>	<b>503,10</b>
<b>УПЛОТН</b>	Рыба тушен. в томате с овощами	60,00	6,08	3,46	2,00	126,10	349
	Картофельное пюре	110,00	2,31	4,84	11,99	135,20	434
	Хлеб пшеничный	40,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150,00	4,35	3,75	6,00	60,30	535
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>360,00</b>	<b>15,02</b>	<b>12,29</b>	<b>34,75</b>	<b>392,10</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Булочка домашняя	50,00	5,63	7,27	42,34	138,30	583
	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,00	9,77	17,00	502
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>200,00</b>	<b>5,78</b>	<b>7,27</b>	<b>52,11</b>	<b>155,30</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1590,00</b>	<b>47,89</b>	<b>43,93</b>	<b>222,68</b>	<b>1400,35</b>	



		4 ДЕНЬ				Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)				
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>	Голубцы ленивые	150,00	12,75	12,45	6,00	124,60	377
	Хлеб пшеничный	40,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
	Масло сливочное	10,00	0,05	8,25	0,08	66,20	111
	Чай с сахаром и лимоном	150,00	0,15	0,00	9,77	18,00	503
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350,00</b>	<b>15,23</b>	<b>20,94</b>	<b>30,61</b>	<b>279,30</b>	
<b>10:00</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные (витаминизированные)	160,00	0,75	0,15	15,15	72,80	537
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>160,00</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>72,80</b>	
<b>ОБЕД</b>	Щи из квашеной капусты с картофелем	150,00	1,05	2,99	4,66	115,30	147
	Каша гречневая вязкая	130,00	5,81	5,10	26,08	128,30	243
	Мясо тушеное	50,00	5,64	12,44	1,00	128,10	369
	Овощи по сезону	40,00	0,32	0,04	1,00	9,40	112
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60	115
	Хлеб пшеничный	40,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
	Кисель из кураги	150,00	0,21	0,01	19,30	59,80	521
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>600,00</b>	<b>17,95</b>	<b>21,30</b>	<b>80,16</b>	<b>581,00</b>
<b>УПЛОТНЕНИЕ</b>	Запеканка из творога	130,00	20,80	21,84	20,71	298,10	319
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150,00	4,35	3,75	6,00	60,30	535
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>280,00</b>	<b>25,15</b>	<b>25,59</b>	<b>26,71</b>	<b>358,40</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Кондитерское изделие помышленного пр-ва	24,00	1,50	1,96	14,88	78,00	609
	Молоко кипяченое	150,00	4,35	3,75	7,20	74,50	534
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>174,00</b>	<b>5,85</b>	<b>5,71</b>	<b>22,08</b>	<b>152,50</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1564,00</b>	<b>64,93</b>	<b>73,69</b>	<b>174,71</b>	<b>1444,00</b>	

## 5 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150,00	5,37	7,05	21,60	118,90	272
	Хлеб пшеничный	20,00	1,52	0,16	9,84	60,00	114/1
	Масло сливочное	10,00	0,05	8,25	0,08	66,20	111
	Сыр твердый	10,00	2,56	2,61	0,00	38,10	106
	Чай с сахаром и лимоном	150,00	0,15	0,00	9,77	18,00	503,00
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>340,00</b>	<b>9,65</b>	<b>18,07</b>	<b>41,29</b>	<b>301,20</b>	
<b>10:00</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные (витаминизированные)	170,00	0,75	0,15	15,15	80,00	537
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>170,00</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>80,00</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с бобовыми	150,00	1,38	2,55	9,08	105,30	149
	Гренки из пшеничного хлеба	20,00	2,25	0,23	13,95	28,70	176
	Котлеты, биточки, шницели	70,00	6,71	13,64	9,12	128,20	386
	Икра свекольная или морковная	110,00	2,64	7,81	11,44	110,30	124
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60	115
	Компот из плодов шиповника	150,00	0,12	0,12	12,67	51,04	538,00
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>540,00</b>	<b>15,74</b>	<b>24,83</b>	<b>69,62</b>	<b>490,10</b>
<b>УПЛОТН</b>	Рыба, запеченная со взбитым яйцом	70,00	5,99	5,05	6,09	126,00	349,00
	Картофельное пюре	110,00	2,31	4,84	11,99	135,20	434
	Хлеб пшеничный	20,00	2,28	0,24	14,76	60,00	114
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150,00	4,35	3,75	6,00	60,30	535
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>350,00</b>	<b>14,93</b>	<b>13,88</b>	<b>38,84</b>	<b>381,50</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Кондитерское изделие помышленного пр-ва	24,00	1,50	1,96	14,88	78,00	609
	Кисель из кураги	150,00	0,21	0,01	19,30	59,80	521,00
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>174,00</b>	<b>1,71</b>	<b>1,97</b>	<b>34,18</b>	<b>149,04</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1574,00</b>	<b>42,78</b>	<b>58,90</b>	<b>199,08</b>	<b>1401,84</b>	



## 6 ДЕНЬ

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Макаронные изделия отварные	110,00	4,15	0,49	21,30	115,30	297,00
	Хлеб пшеничный	20,00	2,28	0,24	14,76	57,60	114
	Масло сливочное	10,00	0,05	8,25	0,08	66,20	111
	Сыр твердый порциями	10,00	2,56	2,61	0,00	38,10	106
	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,00	9,77	17,00	502
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>300,00</b>	<b>9,19</b>	<b>11,59</b>	<b>45,91</b>	<b>294,20</b>	
10:00	Фрукты свежие	150,00	0,40	0,40	9,80	90,10	118
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>150,00</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>90,10</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Борщ с капустой и картофелем	150,00	6,51	7,56	18,20	105,60	133
	Жаркое по-домашнему	140,00	7,74	17,25	12,68	218,60	374
	Овощи по сезону	40,00	0,32	0,04	1,00	9,40	112
	Хлеб пшеничный	20,00	2,28	0,24	14,76	57,60	114
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60	115
	Компот из смеси сухофруктов	150,00	0,38	0,00	20,25	51,04	527
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>540,00</b>	<b>19,87</b>	<b>25,57</b>	<b>80,25</b>	<b>511,84</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>							
	Творог творожный запеченный	120,00	17,94	17,07	27,47	294,30	325
	Соус молочный сладкий	30,00	0,78	1,91	4,71	28,15	449
	Хлеб пшеничный	20,00	2,28	0,24	14,76	57,60	114
	Яйца вареные	50,00	6,38	5,75	0,38	60,10	306
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150,00	4,35	3,75	6,00	60,30	535
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>370,00</b>	<b>31,73</b>	<b>28,72</b>	<b>53,32</b>	<b>500,45</b>	
<b>УЖИН 2</b>							
	Кондитерское изделие промышленного пр-ва	24,00	0,56	0,66	15,46	78,00	607
	Какао с молоком	150,00	2,79	2,75	14,23	91,30	508
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>174,00</b>	<b>3,35</b>	<b>3,41</b>	<b>29,69</b>	<b>169,30</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1534,00</b>	<b>64,54</b>	<b>69,69</b>	<b>218,97</b>	<b>1565,89</b>	

7 ДЕНЬ							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК	Каша молочная "геркулес"	150	5,94	5,4	27,8	134,2	273
	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,76	70,5	114
	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	66,2	111
	Чай с сахаром и лимоном	150,00	0,15	0,00	9,77	18,00	503,00
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 10:00	Фрукты свежие	350	8,42	13,89	52,41	287,9	
		150	0,4	0,4	9,8	67,8	118
ИТОГО ЗА ОБЕД 10:00	Суп крестьянский с крупой	150	0,4	0,4	9,8	67,8	
	Картофельное пюре	150	1,28	3,06	8,73	89,3	160
	Мясо тушеное	110	2,31	4,84	11,99	135,2	434
	Овощи по сезону	50	5,64	12,44	1	128,1	369
	Хлеб ржаной	40	0,44	0,08	1,52	9,6	112
	Кисель из яблок сушеных	40	2,64	0,48	13,36	69,6	115
		150	0,21	0,01	19,3	59,8	519
ИТОГО ЗА ОБЕД УПЛОТНЕННЫЙ	Омлет натуральный	540	12,52	20,91	55,9	491,6	
	Хлеб пшеничный	95	8,19	12,71	2,19	296,8	307
	Икра кабачковая (промышленного производства)	40	2,28	0,24	14,76	70,5	114
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	40	0,76	3,56	3,08	23,4	121
ИТОГО ЗА УЖИН 2	Булочка молочная	325	15,58	20,26	27,23	465,2	
	Молоко кипяченое	70	6,72	1,54	39,34	152,6	585
ИТОГО ЗА УЖИН 2		150,00	4,35	3,75	7,20	74,50	534
ИТОГО ЗА УЖИН 2		220	11,07	5,29	45,34	212,9	



8 ДЕНЬ							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	150,00	4,27	3,95	14,23	119,20	171
	Хлеб пшеничный	40,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
	Сыр твердый	10,00	2,56	2,61	0,00	38,10	106
	Какао с молоком	150,00	2,79	2,75	14,23	91,30	508
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>350,00</b>	<b>11,90</b>	<b>9,55</b>	<b>43,22</b>	<b>319,10</b>	
<b>10:00</b>	Фрукты свежие	150,00	0,40	0,40	9,80	67,80	118
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>100,00</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>67,80</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с клецками	150,00	0,66	1,42	4,79	118,10	151
	Каша кукурузная вязкая	110,00	3,00	4,97	24,49	128,30	252
	Суфле из птицы	50,00	7,38	7,37	0,26	115,60	742
	Свекла отварная с растительным маслом	40,00	0,44	0,08	1,52	20,80	112
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60	115
	Компот из свежих плодов	150,00	0,12	0,12	12,67	51,04	526
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>540,00</b>	<b>14,24</b>	<b>14,44</b>	<b>57,09</b>	<b>503,44</b>	
<b>УПЛОТНЕ</b>	Котлеты или биточки рыбные	50,00	6,95	1,05	4,80	120,80	351
	Соус томатный с овощами	20,00	0,24	0,82	1,49	14,32	463
	Картофельное пюре	110,00	2,31	4,84	11,99	135,20	434
	горошек зеленый (промышленного производства)	40,00	0,76	3,56	3,08	23,40	121
	Хлеб пшеничный	40,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150	4,35	3,75	6	60,3	535
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>410,00</b>	<b>16,89</b>	<b>14,26</b>	<b>42,12</b>	<b>424,52</b>	
<b>УЖИН 2</b>	"Крендель сахарный"	70,00	4,85	9,15	41,16	132,90	574
	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,00	9,77	18,00	502
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>220,00</b>	<b>5,00</b>	<b>9,15</b>	<b>50,93</b>	<b>189,60</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1620,00</b>	<b>48,43</b>	<b>47,80</b>	<b>203,16</b>	<b>1504,46</b>	

## 9 ДЕНЬ

Прим п/ци	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рисовая молочная жидкая	150,00	4,15	6,46	24,30	112,30	274
	Хлеб пшеничный	40,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
	Масло сливочное	10,00	0,05	8,25	0,08	66,20	111
	Сыр твердый порциями	10,00	2,56	2,61	0,00	38,10	106
	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,00	9,77	18,00	503
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>360,00</b>	<b>9,19</b>	<b>17,56</b>	<b>48,91</b>	<b>305,10</b>	
<b>10:00</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные (витаминизированные)	170,00	0,75	0,15	15,15	80,00	537
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>170,00</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>78,40</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с рыбой	150,00	5,91	2,89	9,09	92,30	156
	Котлеты, биточки, шницели	70,00	6,71	13,64	9,12	128,20	386
	Капуста тушеная	110,00	4,07	3,96	4,29	78,90	428
	Хлеб пшеничный	40,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60	115
	Компот из смеси сухофруктов	150,00	0,38	0,00	20,25	51,04	527
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>560,00</b>	<b>21,99</b>	<b>21,21</b>	<b>70,87</b>	<b>490,54</b>	
<b>УПЛОТНЕНИЕ</b>	Вареники ленивые	130,00	18,38	13,99	17,77	268,40	331
	Соус молочный сладкий	30,00	0,78	1,91	4,71	28,15	449
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150,00	4,35	3,75	6,00	60,30	535
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>310,00</b>	<b>23,51</b>	<b>19,65</b>	<b>28,48</b>	<b>356,85</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Кондитерское изделие промышленного пр-ва	24,00	1,50	1,96	14,88	78,00	609
	Кофейный напиток с молоком	150,00	2,40	2,03	11,92	59,25	513
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>174,00</b>	<b>3,90</b>	<b>3,99</b>	<b>26,80</b>	<b>137,25</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1574,00</b>	<b>59,34</b>	<b>62,56</b>	<b>190,21</b>	<b>1368,14</b>	



10 ДЕНЬ							
Приним пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (гр)			Энергетическая ценность (Ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша молочная жидкая	150,00	4,79	5,07	27,89	138,90	271
	Яйца вареные	50,00	6,38	5,75	0,38	60,10	306
	Хлеб пшеничный	40,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
	Молоко кипяченое	150,00	4,35	3,75	7,20	74,50	534
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>390,00</b>	<b>17,80</b>	<b>14,81</b>	<b>50,23</b>	<b>344,00</b>	
<b>10:00</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные (витаминизированные)	170,00	0,75	0,15	15,15	80,00	537
<b>ИТОГО ЗА 10:00</b>		<b>170,00</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>78,40</b>	
<b>ОБЕД</b>	Свекольник	150,00	5,85	6,42	12,90	103,20	136
	Тефтели из свинины с рисом ("ежики")	70,00	6,38	15,25	8,15	198,40	395
	Каша гречневая вязкая	130	5,81	5,10	26,08	128,3	243
	Овощи по сезону	40,00	0,32	0,04	1,00	9,40	112
	Хлеб ржаной	40,00	2,64	0,48	13,36	69,60	115
	Компот из свежих плодов	150,00	0,12	0,12	12,67	51,04	526
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>580,00</b>	<b>21,12</b>	<b>27,41</b>	<b>74,16</b>	<b>559,94</b>
<b>УПЛОТНЕНН</b>	Азу из говядины (сердце говяжье)	150,00	9,10	7,38	16,08	258,90	370
	Овощи по сезону	40,00	0,32	0,04	1,00	9,40	112
	Хлеб пшеничный	40,00	2,28	0,24	14,76	70,50	114
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150,00	4,35	3,75	6,00	60,30	535
<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>		<b>380,00</b>	<b>16,05</b>	<b>11,41</b>	<b>37,84</b>	<b>399,10</b>	
<b>УЖИН 2</b>	Пирожки запеченные из сдобного теста с повидлом	80,00	4,80	4,26	48,80	180,10	561
	Чай с сахаром	150,00	0,15	0,00	9,77	18,00	502
<b>ИТОГО ЗА УЖИН 2</b>		<b>230,00</b>	<b>4,95</b>	<b>4,26</b>	<b>58,57</b>	<b>198,10</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1750,00</b>	<b>60,67</b>	<b>58,04</b>	<b>235,95</b>	<b>1579,54</b>	