





	Рыба «Треска» тушеная с овощами	343	80	13,3	7,2	6,3	143	0,06	18	2,5	102	0,01	19,5	3,1	0,5
	Картофель отварной с маслом сливочным	426	150	2,9	7,4	19,0	153	0,15	16,5	21	78	0,03	30,0	0,1	1,2
	Компот «Ассорти» из фруктов свежих	507	200	0,5	0,0	27,0	110	0,02	28	0,5	16	0,0	14	0,2	1,1
	Хлеб пшеничный	108	35	7,6	0,8	49,2	60	0,11	0,0	0,0	1,1	20,0	6,5	1,4	1,1
	Апельсин	112	240	0,9	0,2	8,1	43	0,04	60	0,0	0,2	34,0	23,0	13,0	0,3
	<b>Итого за день:</b>			<b>25,9</b>	<b>25,7</b>	<b>111,6</b>	<b>611</b>								
ПТ.	Салат из помидор свежих с маслом растительным	22	60	1,0	10,2	3,5	110	0,04	16,5	0,0	5,0	13,0	24,0	1,8	0,8
	Бифитекс рубленый из говядины	371	80	16,0	10,0	20,0	163	0,05	9	0,0	135	0,1	19,2	0,6	1,6
	Макаронны отварные	291	150	37,7	4,5	29,4	161	0,38	0,1	0,0	5,3	38,0	23,8	5,4	5,2
	Кисель плодово-ягодный	503	200	1,4	0,0	2,9	60	0,00	1,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,1
	Хлеб пшеничный	108	35	7,6	0,8	49,2	43	0,11	4,3	0,0	1,1	20,0	6,5	1,4	1,1
	Яблоко	112	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10,0	0,0	0,2	16,0	11,0	1,4	1,1
	<b>Итого за день:</b>			<b>64,1</b>	<b>25,9</b>	<b>114,8</b>	<b>584</b>							<b>9,0</b>	<b>2,2</b>
ПН.	Каша «Дружба» молочная с маслом сливочным	260	200/10	5,3	11,7	25,0	226	0,4	6,6	0,4	1,0	6,3	12,6	1,53	2,8
	Сырники творожные с молоком стученным	320	75/10	11,8	10,9	15,0	205	0,08	0,3	0,14	0,8	20,2	30,5	3,1	1,0
	Чай с сахаром	493	200	0,1	0,0	15,0	60	0,00	0,0	0,0	0,0	11,0	3,0	1,0	0,3
	Хлеб пшеничный	108	35	7,6	0,8	49,2	60	0,11	0,0	0,0	1,2	20,0	6,5	1,4	1,1
	Мандарин	112	100	0,8	0,2	7,5	38	0,06	38	0,0	0,2	35,0	17,0	11,0	0,1
	<b>Итого за день:</b>			<b>25,6</b>	<b>23,6</b>	<b>111,7</b>	<b>589</b>								
ВТ.	Салат из огурцов, помидоров свежих с маслом растительным	19	60	0,6	3,0	3,3	38	0,04	14,1	0,0	4,8	13,0	1,8	1,4	1,3
	Тертленг с соусом красным основным	389	60/50	9,5	15,3	11,4	221	0,05	0,8	0,11	0,5	0,02	10,8	1,6	1,5
	Пюре картофельное	429	150	3,1	6,6	10,9	138	0,9	3,9	0,1	0,1	26,0	57,0	19,0	0,7
	Сок натуральный в ассортименте	518	200	0,5	0,1	0,1	192	0,01	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7
	Хлеб пшеничный	108	35	7,6	0,8	49,2	60	0,11	0,0	0,0	1,1	20,0	6,5	1,4	1,1
	Персик	112	100	0,9	0,1	9,5	45	0,04	10,0	0,0	1,1	20,0	6,5	1,4	1,1
	<b>Итого за день:</b>			<b>22,2</b>	<b>25,9</b>	<b>84,4</b>	<b>694</b>							<b>16,0</b>	<b>0,6</b>
СР.	Яйцо вареное	300	1/40	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0,0	0,1	0,2	22,0	7,7	0,5	1,0
	Запеканка творожная с джемом яблочным	313	150/20	24,0	25,2	23,9	425	0,07	0,6	0,2	0,7	29,7	34,7	3,8	1,0
	Чай с сахаром	493	200	0,1	0,0	15,0	60	0,00	0,0	0,0	0,0	11,0	3,0	1,0	0,3
	Хлеб пшеничный	108	35	7,6	0,8	49,2	60	0,11	0,0	0,0	1,1	20,0	6,5	1,4	1,1
	Банан	112	180	1,5	0,5	21,0	96	0,04	10,0	0,0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6
	<b>Итого за день:</b>			<b>38,3</b>	<b>31,1</b>	<b>109,4</b>	<b>704</b>								
ЧТ.	Салат из капусты свежей с редисом и маслом растительным	1	60	0,3	6,0	5,6	82	0,04	16,8	15,0	26	0,0	12,0	2,7	0,048
	Котлета «Московская»	381	81	17,8	17,5	14,3	286	0,09	0,0	0,3	148	0,04	26,0	0,5	2,8

Каши гречневая рассыпчатая	237	150	8,7	7,8	37,7	253	0,38	15,0	0,0	21,0	0,03	13,5	0,6	4,5
чай с сахаром и лимоном	494	200/15/7	0,1	0,0	15,2	61	0,0	14,2	2,8	4,0	0,0	2,0	0,0	0,4
Хлеб пшеничный	108	35	7,6	0,8	49,2	60	0,11	0,0	0,0	1,1	20,0	6,5	1,4	1,1
Яблоко	112	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10,0	0,0	0,2	16,0	11,0	9,0	2,2
<b>Итого за день:</b>			<b>34,9</b>	<b>32,5</b>	<b>131,8</b>	<b>789</b>								
<b>Итого за 14 дней</b>			<b>443,3</b>	<b>384,9</b>	<b>1621,5</b>	<b>9529</b>								