

		<u>Обед</u>					
ТТК 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08	
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	3,10	6,60	19,24	124,38	
ТТК 466	Чиполлетти из мяса	100	10,89	11,57	9,74	221,17	
276/94	Макаронные изделия отварные с сыром	180	6,36	6,56	39,86	214,12	
ТТК 418	Компот из яблок с сухофруктами	200	0,10	0,00	17,10	69,00	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
	Итого за 'Обед '		26	27,60	115,14	796,07	
	Итого		46,28	47,82	205,58	1396,19	
	Неделя 1 день 4	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
	<u>Завтрак</u>						
257/94	Каша пшеничная молочная с маслом сл.	200/5	7,86	7,18	36,02	232,18	
297/1994	Запеканка из творога с молоком сгущ.	80/20	5,44	10,45	15,36	221,80	
628/1994	Чай с сахаром	200	0,08	0,02	9,80	37,80	
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
	Итого за 'Завтрак '		17,03	18,82	81,28	606	
	<u>Обед</u>						
ТТК 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08	
120/1994	Щи из свежей капусты со сметаной	250/5	3,35	4,30	16,20	230,00	
ТТК 199	Филе индейки. тушен. в соусе смет.с том с овощ	100	13,75	14,36	7,74	177,70	
ТТК 358	Рис "Золотистый" (с куркумой)	180	4,17	8,16	36,90	218,21	
638/1994	Компот из кураги	200	1,02	0,06	19,76	87,60	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
	Итого за 'Обед '		27,80	28,39	109,80	880,91	
	Итого		44,83	47,21	191,08	1486,67	
	Неделя 1 день 5	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
	<u>Завтрак</u>						
430/1994	Запеканка картофельная с мясом с соусом сметанным с томатом	250/50	14,70	17,89	46,99	390,01	
ТТК 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
	Итого за 'Завтрак '		18,47	19,09	77,13	544,00	
	<u>Обед</u>						
ТТК 245	Овощная подгарнировка	20	0,21	0,04	0,75	5,08	
139/1994	Суп картофельный с макаронными изд.	250	7,59	8,95	19,31	163,27	
ТТК 467	Азу из мяса по - домашнему	100	10,60	12,40	12,90	216,00	
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	7,89	6,37	34,51	208,10	
ТТК 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами	200	0,15	0,08	26,52	110,92	
-	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
	Итого за 'Обед '		32,14	29,31	134,04	914,37	
	Итого		50,61	48,40	211	1458,37	
	Неделя 2 день 1	выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
	<u>Завтрак</u>						
3/2004	Бутерброд с маслом и сыром	15/10/15	6,36	11,91	11,81	182,02	
257/1994	Каша ячневая вязкая молочная с маслом сл.	200/5	8,28	7,52	36,83	238,29	
ТТК 420	Чай лимонный	200	0,12	0,03	10,04	40,01	
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
-	Фрукт	100	0,40	0,00	11,60	48,68	
	Итого за 'Завтрак '		16,81	19,76	78,63	557,35	

		<u>Обед</u>					
		30	0,32	0,06	1,12	7,62	
ТТК 245	Овощная подгарнировка	250	5,54	5,93	20,78	164,06	
138/1994	Суп картофельный с бобовыми	100/50	10,25	13,53	11,63	176,00	
ТТК 410	Тефтели из мяса с отрубями с соусом молочным	180	4,35	5,57	43,70	236,10	
36/2003	Рис припущенный с овощами	200	1,02	0,06	17,76	87,60	
ТТК 302	Компот из ягод "Ассорти"	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Батон с отрубями	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
-	Хлеб ржаной						
		Итого за 'Обед '		26,78	26,62	123,44	833,70
		Итого		43,59	46,38	202,07	1391,05
Неделя 2 день 2		выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
		<u>Завтрак</u>					
		20	0,21	0,04	0,75	5,08	
ТТК 245	Овощная подгарнировка	100	10,89	11,57	17,74	231,17	
401/1994	Гуляш из мяса	180	7,89	7,37	34,51	208,10	
463/1994	Каша гречневая рассыпчатая	200	0,08	0,02	9,80	37,80	
628/1994	Чай с сахаром	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Батон с отрубями	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
-	Хлеб ржаной						
		Итого за 'Завтрак '		22,72	20,17	82,90	596,13
		<u>Обед</u>					
		30	0,32	0,06	1,12	7,62	
ТТК 245	Овощная подгарнировка	250/5	6,60	10,15	29,58	189,96	
5/2	Борщ с морской капустой со сметаной	250	18,13	18,72	56,02	399,05	
394/94	Жаркое из мяса с овощами с куркумой	200	0,10	0,00	17,10	69,00	
ТТК 418	Компот из яблок с сухофруктами	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Батон с отрубями	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
-	Хлеб ржаной						
		Итого за 'Обед '		30,45	30,40	132,27	827,95
		Итого		53,17	50,57	215,17	1424,08
Неделя 2 день 3		выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
		<u>Завтрак</u>					
		15/20	2,20	1,55	5,47	16,17	
1/2004	Бутерброд с сыром	100	6,51	9,90	7,43	144,53	
ТТК 413	Котлета куриная с отрубями	180	6,36	6,57	38,87	220,73	
469/1994	Макаронные изделия отварные	200	0,00	0,00	13,10	56,00	
705/2004	Напиток из шиповника	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
-	Хлеб ржаной						
		Итого за 'Завтрак '		16,72	18,32	73,22	485,77
		<u>Обед</u>					
		30	0,32	0,06	1,12	7,62	
ТТК 245	Овощная подгарнировка	250/5	5,35	8,30	27,20	230,00	
132/1994	Суп из овощей с зеленым горш со сметаной	250	14,50	17,64	46,51	341,56	
ТТК 360	Плов из мяса с томатом с куркумой	200	0,72	0,03	21,09	88,19	
ТТК 289	Компот из кураги и изюма	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Батон с отрубями	50	3,30	0,60	16,70	96,69	
-	Хлеб ржаной						
		Итого за 'Обед '		26	27,50	124,37	829,69
		Итого		42,91	45,82	197,59	1315,47
Неделя 2 день 4		выход	Б	Ж	У	ЭЦ	
		<u>Завтрак</u>					
		200/5	9,72	7,25	36,45	224,51	
257/94	Каша молочная рисовая с маслом сл	150/5	8,45	9,84	22,37	203,44	
284/1994	Омлет натуральный с маслом сл.	200	0,08	0,02	9,80	37,80	
628/1994	Чай с сахаром	25	2,00	0,87	11,75	65,63	
-	Батон с отрубями	25	1,65	0,30	8,35	48,35	
-	Хлеб ржаной						
		Итого за 'Завтрак '		21,90	18,28	88,72	579,73
		<u>Обед</u>					
		30	0,32	0,06	1,12	7,62	
ТТК 245	Овощная подгарнировка	250/10	7,86	10,58	17,59	168,98	
167/1994	Суп-пюре из разных овощей с гренками						

ТТК 199	Филе кур. тушен. в соусе смет.с том с овощ	100	8,75	10,56	8,74	177,70
ТТК 255	Макароны отварные с овощами	180	6,20	8,90	41,16	221,20
ТТК 263	Компот из ягод	200	1,02	0,06	19,76	87,60
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
	Итого за 'Обед '		29,45	31,63	116,82	825,42
	Итого		51,35	49,91	205,54	1405,15
	Неделя 2 день 5	выход	Б	Ж	У	ЭЦ
	Завтрак					
43/2003	Суфле "Рыбка"	100	11,29	13,70	16,79	198,00
472/1994	Картофельное пюре	180	3,72	5,39	24,11	159,09
ТТК 469	Чай ягодный	200	0,30	0,00	7,30	30,80
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
	Итого за 'Завтрак '		20,61	20,56	76,65	550,21
	Обед					
ТТК 245	Овощная подгарнировка	30	0,32	0,06	1,12	7,62
129/1994	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250/5	3,10	6,60	19,24	124,38
401/1994	Гуляш из мяса	100	10,89	11,57	17,74	231,17
ТТК 393	Капуста тушеная с куркумой	180	7,44	8,23	42,67	234,14
ТТК 270	Компот "Здоровье" из яблок с ягодами	200	0,15	0,08	26,52	110,92
	Батон с отрубями	25	2,00	0,87	11,75	65,63
-	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	96,69
	Итого за 'Обед '		27,20	28,01	135,74	870,55
	Итого		47,81	48,57	212,39	1420,76
	Итого за 10 дней		480,73	483,89	2038,38	14231,61
	Итого за один день		48,07	48,39	203,84	1423,16