

			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого	0	0	0	0	0	0			0
1	5	Обед	закуска	Пирожок с картофелем	70	4,32	3,53	25,12	149,45	406		20
			1 блюдо	Суп крестьянский	200	16,63	11,03	24,96	215,93	98		20
			2 блюдо	Плов	150	12	16	25,7	327,6	265		20
			гарнир									
			напиток	компот	200	0,59	0,05	17,59	73,95	349		20
			хлеб бел.	хлеб	30	2,3	0,3	11,5	57,9	пром		3
			хлеб черн.									
			итого		650	35,84	30,61	93,37	766,93			83
1	5	Итого за день:			650	35,84	30,61	93,37	766,93			83
2	1	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0			0
2	1	Обед	закуска	Сыр порциями	15	3,48	4,43	0	54,6	15		20
			1 блюдо	Лапша тувинская	200	7,75	5,33	10,46	120,87	222		20
			2 блюдо	Жаркое по домашнему	150	16,2	13,8	15,7	248	258		20
			гарнир									
			напиток	Кисель	200	0	0	24	100	350		20
			хлеб бел.	хлеб	30	2,3	0,3	11,5	57,9	пром		3
			хлеб черн.									
			итого		595	27,43	23,56	50,16	523,47			83
2	1	Итого за день:			595	27,43	23,56	50,16	523,47			83
2	2	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0			0
2	2	Обед	закуска	Свежие фрукты (мандарин)	120	0,6	0,6	14,64	66,34	338		20
			1 блюдо	Борщ	210	1,58	3,65	7,65	70,23	82		20
			2 блюдо	Котлеты	100	15,54	11,45	11,2	210,32	268		20
			гарнир	Каша пшеничная рассыпчатая	100	4,4	3,82	25,26	130	302		20
			напиток	Чай сладкий	200	0,2	0,02	10,05	41,42	376		20
			хлеб бел.	хлеб	30	2,3	0,3	11,5	57,9	пром		3
			хлеб черн.									
			итого		760	22,32	19,54	68,8	518,31			103
2	2	Итого за день:			760	22,32	19,54	68,8	518,31			103
2	3	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0			0
2	3	Обед	закуска	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	209		20
			1 блюдо	Суп картофельный с рисом	200	5,3	5,96	14,3	132,18	101		20
			2 блюдо	Гуляш из говядины	80	12,02	10,6	3,36	160,37	246		20
			гарнир	Картофельное пюре	150	3,42	7,8	23,82	179,64	128		20
			напиток	Снежок	200	5,8	6,4	8	118	389		20
			хлеб бел.	хлеб	30	2,3	0,3	11,5	57,9	пром		3
			хлеб черн.									
			итого		700	33,94	35,36	49,78	653,19			103
2	3	Итого за день:			700	33,94	35,36	49,78	653,19			103
2	4	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			итого		0	0	0	0	0			0
2	4	Обед	закуска	Вафли	20	2,43	5,58	24,93	136,5	пром		20
			1 блюдо	Щи	210	2,18	3,77	9,87	82,76	88		20

			2 блюдо	Котлеты	100	15,54	11,45	11,2	140	268	20
			гарнир	Макароны отварные	150	5,53	4,78	35,29	271,4	202	20
			напиток	Сок натуральный	200	1	0	24,2	59	377	20
			хлеб бел.	хлеб	30	2.3.	0.3.	11.5.	57.9	пром	3
			хлеб черн.								
				<i>итого</i>	710	26,68	25,58	105,49	418,26		103
2	4		Итого за день:		710	26,68	25,58	105,49	418,26		103
2	5	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
				<i>итого</i>	0	0	0	0	0		0
2	5	Обед	закуска	Салат винегрет	60	1,05	3,13	5,64	55,34	67	20
			1 блюдо	Каша вязкая молочная из смеси круп	150	4,21	4,98	25,03	162,24	175	20
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток	Компот	200	0,59	0,05	17,59	73,95	349	20
			хлеб бел.	хлеб	30	2.3.	0.3.	11.5.	57.9	пром	3
			хлеб черн.								
				<i>итого</i>	440	5,85	8,16	48,26	291,53		63
2	5		Итого за день:		440	5,85	8,16	48,26	291,53		63
			Среднее значение за период:		668,5	25,969	23,44	68,729	531,588		93