

	сок фруктовый		180	0,1	0	26,7	101
	хлеб пшеничный, ржаной	хлеб	30/20	4,5	1,2	29,2	140
						итого (Ккал)	631
	4 день						
	<i>завтрак</i>						
№ 744	Каша рассыпчатая	крупа гречневая	100	3,9	3,7	29,7	158
№697	куры отварные	курица I категории	50/5	13,1	17,3	0,6	212
№1025	какао с молоком	какао- порошок	180	3	3,2	22,8	126
	хлеб пшеничный, ржаной	хлеб	30/20	4,5	1,2	29,2	140
						итого (Ккал)	636
	<i>обед</i>						
№258	суп молочный с макаронными изделиями	молоко, лапша	200	4,9	5,1	17	119
№642	плов	говядина, крупа рисовая	25/100	10,4	6,9	28,1	210
№1098	пирожок с повидлом	повидло яблочн.	75	4,6	4,3	51,2	250
№933	компот из сухофруктов	сухофрукты	180	0,5	0	30,2	116
	хлеб пшеничный, ржаной	хлеб	30/20	4,5	1,2	29,2	140
						итого (Ккал)	835
	5 день						
	<i>завтрак</i>						
№753	макаронные изделия отварные	макароны	100	3,6	3,2	25,6	139
№671	биточки паровые	говядина	50	7,7	12,1	4,6	158
№1011	чай с молоком	молоко	150/50/15	1,6	1,6	17,3	86
	хлеб пшеничный, ржаной	хлеб	30/20	4,5	1,2	29,2	140
						итого (Ккал)	523
	<i>обед</i>						
№206	рассольник	картофель	200	3,2	3,9	12,8	91
№690	голубцы с рисом и мясом	говядина , капуста белокочанная	108/50	13,7	12,9	12	204
№1098	ватрушка	повидло абрикосовое	75	4,6	4,3	51,2	250
№1032	кефир	кефир нежирный	180	5,6	6,4	8,2	118
	хлеб пшеничный, ржаной	хлеб	30/20	4,5	1,2	29,2	140
						итого (Ккал)	803
	6 день						
	<i>завтрак</i>						
№ 408	каша рассыпчатая с печенью	крупа гречневая	150/25	9,4	8,3	38,6	259
№1011	чай с молоком	молоко	150/50/15	1,6	1,6	17,3	86
	хлеб пшеничный, ржаной	хлеб	30/20	4,5	1,2	29,2	140
						итого (Ккал)	485
	<i>обед</i>						
№241/ 184	суп с крупой и мясными фрикадельками	говядина, крупа рисовая	200/17	6,6	5,4	10,8	120
№497/ 360	пудинг из творога (запеченный)	творог полужирный	100/30	14,7	12	26,7	271
	сок фруктовый		100	0,5	0	11,7	47
	хлеб пшеничный, ржаной	хлеб	30/20	4,5	1,2	29,2	140
						итого (Ккал)	587
	7 день						
	<i>завтрак</i>						
№417	каша жидкая с маслом	пшено	150/10	5,8	11,6	28,9	236
№568	мясо отварное	говядина	50	15,7	5,3	0,2	113
№1009	Чай с сахаром	сахар	180/15	0,1	0	15	57
	хлеб пшеничный, ржаной	хлеб	30/20	4,5	1,2	29,2	140
						итого (Ккал)	546