



747/1981	Рис отварной	150	3,81	6,11	38,61	228	32,73	82,28	28,67	0,77	0,03	0	0,03
ГОСТ	Хлеб ржаной	35	2,77	0,35	16,9	55	8,05	43,75	14	0,99	0,15	0,14	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		19,39	15	100,94	826	186,4	383,79	131,39	6,16	0,48	16,56	0,06
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		26,95	27,69	159,41	1200	326,42	572,97	177,47	8,55	0,62	17,88	0,12
<b>2-й день:</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
411/1981	Каша вязкая молочная пшенная	200/10	8,18	12,8	42,46	318	129,12	197,54	53,22	1,42	0,22	1,2	0,06
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		8,38	12,85	57,47	375	134,37	205,78	57,62	2,28	0,22	1,3	0,06
<b>ОБЕД</b>													
197/1981	Щи из свежей капусты с картофелем	250/5	1,97	5,32	9,33	94	42,44	49,97	21,12	0,76	0,08	30,89	0,03
632/1981	Гуляш свиной	50/50	16,16	7,02	4,8	150	16,94	178,64	25,66	8,86	0,1	3,12	0,02
257/1994	Каша перловая вязкая	150	3,47	6,45	30,75	183	19,89	81,98	104,87	0,9	0,06	0,01	0,02
ГОСТ	Хлеб ржаной	35	2,77	0,35	16,9	55	8,05	43,75	14	0,99	0,15	0,14	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		24,57	19,19	76,79	539	92,57	362,58	170,05	12,37	0,39	34,26	0,07
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		32,95	32,04	134,26	914	226,94	568,36	227,67	14,65	0,61	35,56	0,13
<b>3-й день:</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
417/1981	Каша молочная манная	200/10	5,96	11,80	31,02	254	133,36	119,02	19,9	0,42	0,08	1,32	0,06
ГОСТ	Батон нарезной	25	1,5	0,6	10,3	53	9,53	28,28	5,36	0,75	0,02	0	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		7,66	12,45	56,33	364	148,14	155,54	29,66	2,03	0,1	1,42	0,06
<b>ОБЕД</b>													
216/1981	Суп крестьянский с крупой пшено	250/5	2,05	5,43	10,64	101	32,27	50,70	20,37	0,71	0,07	20,01	0,03
Кулинарный совет КП "Космос"	Плов из курицы	150	41,76	17,73	41,76	347	32,99	200,22	82,43	1,63	0,07	4,66	0,02

ГОСТ	Хлеб ржаной	35	2,77	0,35	16,9	55	8,05	43,75	14	0,99	0,15	0,14	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		46,78	23,56	84,31	560	78,56	302,91	121,2	4,19	0,29	24,91	0,05
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		54,44	36,01	140,64	924	226,7	458,45	150,86	6,22	0,39	26,33	0,11
<b>4-й день:</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
405/1981	Каша молочная гречневая	200/10	8,73	4,75	33,94	216	131,26	230,35	108,31	3,23	0,24	1,3	0,02
ГОСТ	Батон нарезной	25	1,5	0,6	10,3	53	9,53	28,28	5,36	0,75	0,02	0	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,20	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,40	0,86	0,00	0,10	0,0
	Итого:		10,43	5,4	59,25	326	146,04	266,87	118,07	4,84	0,26	1,4	0,02
<b>ОБЕД</b>													
219/1981	Суп картофельный с крупой перловой	250	2,72	4,54	20,54	137	21,02	88,05	26,52	1,02	0,11	16,50	0,02
Кулинарный совет КП «Космос»	Котлета куриная	75	33,69	15,05	24,54	248	18,89	132,63	58,28	1,34	0,06	1,49	0,02
753/1981	Макаронные отварные	150	5,48	4,98	34,88	212	40,95	60,06	24,59	0,99	0,12	0	0,03
ГОСТ	Хлеб ржаной	35	2,77	0,35	16,9	55	8,05	43,75	14	0,99	0,15	0,14	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		44,86	24,97	111,87	709	94,16	332,73	127,79	5,2	0,44	18,23	0,07
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		55,29	30,37	171,12	1035	240,20	599,60	245,86	10,04	0,7	19,63	0,09
<b>5-й день:</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
417/1981	Каша молочная рисовая	200/10	4,98	11,8	32,14	256	129,78	138,4	29,44	0,42	0,06	1,32	0,06
ГОСТ	Батон нарезной	25	1,5	0,6	10,3	53	9,53	28,28	5,36	0,75	0,02	0	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		6,68	12,45	57,45	366	144,56	174,92	39,2	2,03	0,08	1,42	0,06
<b>ОБЕД</b>													
223/1981	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,86	4,56	20,73	139	19,72	67,35	27,02	0,99	0,12	16,50	0,02

157/2003	Ежик мясной	60	12,4	10,6	5,3	207	16,34	95,35	21,88	0,89	0,06	18,52	0,00
744/1981	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,75	6,62	43,07	270	17,24	207,47	138,75	4,67	0,29	0	0,03
ГОСТ	Хлеб ржаной	35	2,77	0,35	16,9	55	8,05	43,75	14	0,99	0,15	0,14	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		26,98	22,18	101,01	728	66,6	422,16	206,05	8,4	0,62	35,26	0,05
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		33,66	34,63	158,46	1094	211,16	597,08	245,25	10,43	0,7	36,68	0,11
<b>6-й день:</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
411/1981	Каша молочная овсяная	200/10	7,94	14,14	34,36	298	146,96	253,44	69,12	2,00	0,26	1,20	0,06
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		8,14	14,19	49,37	355	152,21	261,68	73,52	2,86	0,26	1,3	0,06
<b>ОБЕД</b>													
176/1981	Борщ из свежей капусты с картофелем	250/5	2,06	5,27	13,01	108	42,89	55,50	22,33	1,20	0,05	20,46	0,03
Кулинарный совет КШП "Загорье"	Котлета свиная	75	7,4	27,05	9,2	311	13,91	77,66	16,52	1,14	0,32	0,32	0,02
257/1994	Каша перловая вязкая	150	3,47	6,45	30,75	183	19,89	81,98	104,87	0,9	0,06	0,01	0,02
ГОСТ	Хлеб ржаной	35	2,77	0,35	16,9	55	8,05	43,75	14	0,99	0,15	0,14	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		15,9	39,17	84,87	714	89,99	267,13	162,12	5,09	0,58	21,03	0,07
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		24,04	53,36	134,24	1069	242,20	528,81	235,64	7,95	0,84	22,33	0,13
<b>7-й день:</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
68/Прейскурант	Каша молочная "Дружба"	200/10	5,86	12,04	33,16	264	125,24	152,66	36,32	0,78	0,12	1,22	0,06
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		6,06	12,09	48,17	321	130,49	160,9	40,72	1,64	0,12	1,32	0,06
<b>ОБЕД</b>													
219/1981	Суп картофельный с крупой рисовой	250	2,14	4,48	17,46	121	17,62	63,25	25,02	0,89	0,10	16,50	0,02

Кулинарный совет ГУП «Школьник»	Гуляш из филе куриных грудок	50/50	41,26	17,99	19,57	249	16,96	153,01	67,46	1,21	0,04	4,26	0,01
753/1981	Макароны отварные	150	5,48	4,98	34,88	212	40,95	60,06	24,59	0,99	0,12	0	0,03
ГОСТ	Хлеб ржаной	35	2,77	0,35	16,9	55	8,05	43,75	14	0,99	0,15	0,14	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		51,85	27,85	103,82	694	88,83	328,31	135,47	4,94	0,41	21	0,06
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		57,91	39,94	151,99	1015	219,32	489,21	176,19	6,58	0,53	22,32	0,12
<b>8-й день:</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
411/1981	Каша вязкая молочная пшеничная	200/10	8,18	12,8	42,46	318	129,12	197,54	53,22	1,42	0,22	1,2	0,06
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		8,38	12,85	57,47	375	134,37	205,78	57,62	2,28	0,22	1,3	0,06
<b>ОБЕД</b>													
217/1981	Суп из овощей	250/5	2,02	5,37	11,4	104	30,12	55,1	21,95	0,8	0,08	21,26	0,03
Кулинарный совет КШП "Загорье"	Тефтели свиные	60/50	15,92	17,98	20,87	257	19,74	86,48	42,92	1,14	0,22	2,77	0,04
747/1981	Рис отварной	150	3,81	6,11	38,61	228	32,73	82,28	28,67	0,77	0,03	0	0,03
ГОСТ	Хлеб ржаной	35	2,77	0,35	16,9	55	8,05	43,75	14	0,99	0,15	0,14	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		24,72	29,86	102,79	701	95,89	275,85	111,94	4,56	0,48	24,27	0,1
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		33,1	42,71	160,26	1076	230,26	481,63	169,56	6,84	0,7	25,57	0,16
<b>9-й день:</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
417/1981	Каша молочная манная	200/10	5,96	11,80	31,02	254	133,36	119,02	19,9	0,42	0,08	1,32	0,06
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		6,16	11,85	46,03	311	138,61	127,26	24,3	1,28	0,08	1,42	0,06
<b>ОБЕД</b>													
215/1981	Суп картофельный	250	2,54	4,58	20	135	20,97	77,50	31,15	1,18	0,14	24	0,02

Кулинарный совет ГУП «Школьник»	Тефтели куриные	60/50	22,46	12,54	20,06	242	21,18	110,11	47,99	1,10	0,05	2,89	0,02
744/1981	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,75	6,62	43,07	270	17,24	207,47	138,75	4,67	0,29	0	0,03
ГОСТ	Хлеб ржаной	35	2,77	0,35	16,9	55	8,05	43,75	14	0,99	0,15	0,14	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		36,72	24,14	115,04	759	72,69	447,07	236,29	8,8	0,63	27,13	0,07
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		42,88	35,99	161,07	1070	211,3	574,33	260,59	10,08	0,71	28,55	0,13
<b>10-й день:</b>													
<b>ЗАВТРАК</b>													
411/1981	Каша молочная овсяная	200/10	7,94	14,14	34,36	298	146,96	253,44	69,12	2,00	0,26	1,20	0,06
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		8,14	14,19	49,37	355	152,21	261,68	73,52	2,86	0,26	1,3	0,06
<b>ОБЕД</b>													
216/1981	Суп крестьянский с крупой пшено	250/5	2,05	5,43	10,64	101	32,27	50,70	20,37	0,71	0,07	20,01	0,03
Кулинарный совет КП «Космос»	Капуста тушеная с мясным фаршем	210	12,92	15,33	14,24	292	90,26	165,82	46,18	1,91	0,06	18,69	0,29
ГОСТ	Хлеб ржаной	35	2,77	0,35	16,9	55	8,05	43,75	14	0,99	0,15	0,14	0
1009/1981	Чай с сахаром	200/15	0,2	0,05	15,01	57	5,25	8,24	4,4	0,86	0	0,1	0
	Итого:		17,94	21,16	56,79	505	135,83	268,51	84,95	4,47	0,28	38,94	0,32
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		26,08	35,35	106,16	860	288,04	530,19	158,47	7,33	0,54	40,24	0,38