



			фрукты									
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0		
1	2	Обед	закуска	салат из свёклы отварной	60	0,84	3,66	4,56	87	ТК-75	3	
			1 блюдо	суп картофельный с бобовыми на м.к.б.	200	4,96	3,65	17,08	124,88	ТК-14	21	
			2 блюдо	жаркое по домашнему	200	17,21	4,67	13,72	220,84	ТК-31	24	
			гарнир									
			напиток	кисель из концентрата	200	0	0	15	60	ТК-291	7,4	
			хлеб бел.	хлеб пшеничный в/с	60	4,56	0,48	29,52	140,4	ТК-878	1,7	
			хлеб черн.	хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103		1,3	
				<i>итого</i>		770	31,57	13,21	99,93	736,12		58,4
1	2	<b>Итого за день:</b>			770	31,57	13,21	99,93	736,12		58,4	
1	3	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
				<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
1	3		Обед	закуска	салат из моркови	60	0,82	3,71	5,06	56,88	ТК-41	2,18
		1 блюдо		рассольник "Ленинградский" на м.к.б.	200	1,68	4,09	13,27	158,38	ТК-36	21	
		2 блюдо		тефтели из говядины	110	8,4	6,5	9,7	131	ТК-43	41	
		гарнир		капуста тушеная	150	3	5,1	11,4	103,5	ТК-26	3,1	
		напиток		компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	ТК-5	6	
		хлеб бел.		хлеб пшеничный в/с	60	4,56	0,48	29,52	140,4	ТК-878	1,7	
		хлеб черн.		хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103		1,3	
		фрукты		апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8	ТК-21010	10,8	

			<i>итого</i>		930	23,96	20,93	117,2	814,96		87,08	
1	3	<b>Итого за день:</b>				930	23,96	20,93	117,2	814,96	87,08	
1	4	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0	0	0
1	4	Обед	закуска	помидор свежий	60	0,68	0,71	2,83	47,46	ТК-67	6	
			1 блюдо	щи из капусты с картофелем на м.к.б.	200	1,4	3,91	6,79	129,62	ТК-7	18	
			2 блюдо	рыба отварная	100	15,6	0,6	0,96	72	ТК-42	24,7	
			гарнир	рис отварной	150	4,14	7,71	15,49	147,14	ТК-37	15	
			напиток	напиток из шиповника	200	0,87	0,38	37,2	116	ТК-398	8	
			хлеб бел.	хлеб пшеничный в/с	60	4,56	0,48	29,52	140,4	ТК-878	1,7	
			хлеб черн.	хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103		1,3	
			соус	соус сметанный с томатом	30	0,6	0,78	1,857	16,89	ТК-21	3	
			<i>итого</i>		850	31,85	15,32	114,7	772,51		77,7	
1	4	<b>Итого за день:</b>			850	31,85	15,32	114,7	772,51	77,7		
1	5	Завтрак	гор.блюдо									
			гор.напиток									
			хлеб									
			фрукты									
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0	0	
1	5	Обед	закуска	салат из белокачанной капусты	60	0,87	3,6	5,04	56,4	ТК-6	1,1	



			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0	0	
2	2	Обед	закуска	салат из белокачанной капусты	60	0,87	3,6	5,04	56,4	тк-6	1,1
			1 блюдо	суп картофельный с бобовыми на м.к.б.	200	4,96	3,65	18,08	124,88	тк14	18
			2 блюдо	курица отварная	100	16,2	12	0,3	174	тк-366	20
			гарнир	макароны отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45	тк-25	10
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	тк-5	6
			хлеб бел.	хлеб пшеничный в/с	60	4,56	0,48	29,52	140,4	тк-878	1,7
			хлеб черн.	хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103		1,3
			соус	соус томатный	30	0,6	0,78	1,857	16,89	тк-223	3
			фрукты	апельсин	100	0,9	0,2	8,1	37,8	тк-210102	10,8
			<i>итого</i>		950	38,21	26,08	129,5	905,82		71,9
2	2	<b>Итого за день:</b>			950	38,21	26,08	129,5	905,82		71,9
2	3	Завтрак	гор.блюдо								
			гор.напиток								
			хлеб								
			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	3	Обед	закуска	огурец свежий	60	0,48	3,6	15,6	40,8	тк-52	6,4
			1 блюдо	Рассольник "Ленинградский" на м.к.б.	200	1,68	4,09	13,27	158,38	тк-36	21
			2 блюдо	рыба отварная	100	15,6	0,6	0,96	72	тк-42	24,7
			гарнир	каша гречневая рассыпчатая	150	7,46	5,61	35,84	230,45	тк-55	15



			фрукты								
			<i>итого</i>		0	0	0	0	0		0
2	5	Обед	закуска	салат из свеклы отварной	60	0,84	3,66	4,56	54,6	ТК-75	3
			1 блюдо	суп картофельный с крупой на м.к.б.	200	2,22	2,82	7,84	103,98	ТК-61	19,2
			2 блюдо	котлеты из говядины	100	16	15,5	12	253	ТК-17	70
			гарнир	картофель отварной	150	4,14	7,71	15,43	147,14	ТК-37	13
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,1	20,1	84	ТК-5	6
			хлеб бел.	хлеб пшеничный в/с	60	4,56	0,48	29,52	140,4	ТК-878	1,7
			хлеб черн.	хлеб ржаной	50	4	0,75	20,05	103		1,3
			соус	соус томатный	30	0,6	0,78	1,857	16,89	ТК-223	1,8
				<i>итого</i>		850	32,96	31,8	111,36	903,01	
2	5	<b>Итого за день:</b>			850	32,96	31,8	111,36	903,01		116
		<b>Среднее значение за период:</b>			879	33,78	22,87 4	134,11	891,497		91,126