

				соус основной	50	0,77	2,24	6,09	47,34	833	2,97
				гор.напиток чай с витамином С	200	12	3,1	14	53,06	943	4
				хлеб хлеб пшеничный	40	2,34	0,44	19,76	91,96		3
				фрукты мандарин	100						41
				тефтели	70	8,85	6,64	4,56	118,11	74	55
				итого	610	29,86	20,53	75,7	540,23		119,07
1	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	5	Итого за день:			610	29,86	20,53	75,7	540,23		119,07
2	1	Завтрак	гор.блюдо каша рисовая	200	6,98	10,4	25	222,38	98		21,39
			гор.напиток чай с витамином С	200	12	3,1	14	53,06	943		4
			хлеб хлеб пшеничный	40	2,34	0,44	19,76	91,96			3
			фрукты яблоко	100	0,4	0,4	8,8	47			22
			творог	90	5,9	9,2	3,8	115			44
			итого	630	27,62	23,54	71,36	529,4			94,39
2	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	1	Итого за день:			630	27,62	23,54	71,36	529,4		94,39
2	2	Завтрак	гор.блюдо борщ с сметаной	300	1,95	2,13	10,53	70	26		34,85
			гор.напиток чай с лимоном	208	4,51	1,14	7,71	57,33	31		6,98
			хлеб хлеб пшеничный	40	2,34	0,44	19,76	91,96			3
			фрукты салат помидор с луком	100	1,1	6,08	3,74	74,1	23		22,1
			итого	648	9,9	9,79	41,74	293,39			66,93
2	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	2	Итого за день:			648	9,9	9,79	41,74	293,39		66,93
2	3	Завтрак	гор.блюдо гречка	180	8,95	6,73	43	276,53	679		12,64
			котлета мясная	100	15,55	11,55	15,7	228,75	608		50
			гор.напиток чай	200	0,2	0	28	14	93		4
			хлеб хлеб пшеничный	40	2,34	0,44	19,76	91,96			3
			фрукты соус	50	0,77	2,24	6,09	47,34	833		2,97
			итого	570	27,81	20,96	112,55	658,58			72,61
2	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	3	Итого за день:			570	27,81	20,96	112,55	658,58		72,61
2	4	Завтрак	гор.блюдо суп рыбный	250	7,1	5,4	11,71	154,75	87		37,65
			гор.напиток какао с молоком	200	3,52	3,72	25,49	145,2	959		24
			хлеб хлеб пшеничный	40	2,34	0,44	19,76	91,96			3
			фрукты яблоко	100	0,4	0,4	8,8	47			22

2	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	4	Итого за день:			590	13,36	9,96	65,76	438,91		86,65
2	5	Завтрак	гор.блюдо	рагу из овощей	180	2,75	13,2	17,33	199,2	321	33,1
				Салат из квашенной кпусты	100	2,9	3,19	15,82	107	81	14,3
			гор.напиток	чай	200	1,2	3,1	14	53,06	943	4
			хлеб	хлеб пшеничный	40	2,34	0,44	19,76	91,96		3
			фрукты								
				йогурт	95	2,5	1,2	16	65		35
			итого		615	11,69	21,13	82,91	516,22		89,4
2	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	5	Итого за день:			615	11,69	21,13	82,91	516,22		89,4
		Среднее значение за период:			609,3	19,253	17,528	77,536	526,686		88,043