

День 13	50/М	Салат из свеклы с сыром	60	2,6	4,65	4,88	73,92
	88/М	Щи из капусты с картофелем и сметаной, 200/5	205	2,01	4,01	9,48	82,6
	268/М	Шницель из говядины и мяса птицы с маслом сливочным, 90/5	95	11,53	17,05	10,92	244,82
	202/М	Макаронь отварные	150	6,6	0,78	42,3	202,8
	342/М	Компот из свежих яблок, 200/11	200	0,16	0,16	14,9	62,69
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,86	79,2
	Итого за Обед		780	27,91	27,43	112,83	816,53
День 14	45/М	Салат из белокочанной капусты	60	1,01	4,1	2,98	53,15
	102/М	Суп картофельный с бобовыми (горохом)	200	4,7	2,44	15,42	102,7
	268/М	Котлеты из говядины с маслом сливочным, 90/5	95	13,28	14,49	12,7	234,34
	415/К	Рис припущенный с овощами	150	3,47	3,45	31,61	171,56
	349/М	Компот из сухофруктов, 200/11	200	0,59	0,05	18,58	77,94
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,86	79,2
	Итого за Обед		775	28,06	25,31	111,61	789,39
День 15	20/М	Салат из свежих огурцов	60	0,53	5,06	1,98	55,61
	82/М	Борщ из капусты с картофелем и сметаной, 200/5	205	1,53	4,9	7,94	82,42
	232/М	Рыба запеченная с маслом сливочным, 90/5	95	20,16	7,80	3,45	165,08
	128/М	Картофельное пюре	150	3,24	6,82	22,25	163,78
	342/М	Компот из вишни, 200/11	200	0,16	0,04	15,42	63,6
		Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5
		Хлеб ржано-пшеничный	60	3,96	0,72	23,79	118,8
	Итого за Обед		820	33,53	25,84	98,98	766,79
День 16	67/М	Винегрет овощной	60	1,05	5,12	5,64	73,32
	96/М	Рассольник ленинградский со сметаной, 200/5	205	1,95	3,06	13,54	90,08
	260/М	Гуляш из говядины	90	13,59	11,42	3,41	170,92
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,34	5,28	28,62	187,05
	342/М	Компот из яблок и вишни, 200/11	200	0,24	0,13	15,14	64,06
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	19,83	99
	Итого за Обед		795	29,63	26,01	105,50	778,43
День 17	23/М	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	60	1,07	3,29	4,21	50,52
	101/М	Суп картофельный с рисом со сметаной, 200/5	205	1,79	6,03	14,48	119,65
	293/М	Куры запеченные	90	21,6	10,6		176,99
	487	Овощи тушеные	150	2,65	3,4	11,76	89,67
	349/М	Компот из сухофруктов, 200/11	200	0,59	0,05	18,58	77,94
		Хлеб пшеничный	50	3,95	0,5	24,15	117,5
		Хлеб ржано-пшеничный	60	3,96	0,72	23,79	118,8
	Итого за Обед		815	35,61	24,59	96,97	751,07
День 18	49/М	Салат витаминный /2 вариант/	60	1,26	3,11	4,46	51
	102/М	Суп картофельный с бобовыми (фасолью)	200	4,7	2,44	15,42	102,7
	268/М	Котлета из мяса и печени с сливочным маслом, 90/5	95	10,27	17,07	10,33	239,01
	202/М	Макаронь отварные	150	6,6	0,78	42,3	202,8
	342/М	Компот из вишни, 200/11	200	0,16	0,04	15,42	63,6
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
		Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	15,86	79,2
	Итого за Обед		775	28,00	24,22	118,28	808,81