

	Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	-	-	4,9	19,4	-	№588,1994г.
	Хлеб ржаной	50	3,2	1,1	19,9	99,9	-	
Полдник	Сок яблочный	150	0,8	0,2	15,2	64,5	3,0	
	Сметанник	60	3,8	10,6	25,7	212,3	-	
Ужин	Каша «Янтарная»	200	6,2	8,1	27,7	210,2	2,5	№261,1994г
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	
	Напиток из ягод	180	0,1	-	5,7	24,3	9,3	№647,1994г.
Итого за пятый день		1882	54,0	69,2	177,4	1553,2	24,8	
Итого среднее за вторую неделю		9489	285,6	310,8	916,9	7645,4	204,91	

			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Третья НЕДЕЛЯ								
День первый								
	Каша молочная гречневая вязкая	200	6,5	7,7	25,1	196,7	0,60	№257,1994г.
	Чай с сахаром	180	0,1	-	5,2	21,3	0,20	№627,1994г.
	Печенье	35	2,5	3,3	25,2	141,6	-	
	Масло сливочное порционное	6	-	5,0	-	44,9	-	№ 22,1997г.
Завтрак 2	Кисломолочный продукт (снежок)	150	4,3	3,7	5,8	77,1	0,40	№645,1994г.
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	10,4	11,3	17,6	214,9	10,10	№131,114, 1994г.
	Гуляш	70	11,8	12,2	3,2	170,4	0,60	№401,1994г.
	Макаронные изделия отварные	120	4,4	2,9	28,0	156,1		№273,469,1994г.
	Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	-	-	4,9	19,4	-	№588,1994г.
	Хлеб ржаной	50	3,2	1,1	19,9	99,9	-	

Полдник	Сок яблочный	150	0,8	0,2	15,2	64,5	3,0	
	Оладьи	65	5,5	6,4	28,0	191,2	0,20	№681,682,1994г.
Ужин	Овощи, тушеные в сметанном соусе	180	4,0	11,3	28,6	233,4	13,20	№217,600,2004г.
	Огурец соленый	35	0,3	-	0,6	4,6	1,8	
	Хлеб пшеничный	35	2,68	0,35	17,27	82,83		
	Кисель из ягод свежих	180	0,1	0,1	12,1	49,9	11,60	№590,1994г.
Итого за первый день		1836	55,0	66,9	224,0	1725,1	39,40	

День второй

Завтрак 1	Каша молочная пшенная жидкая	200	5,6	7,4	22,8	181,9	0,60	№262,1994г.
	Кофейный напиток на молоке	180	4,1	4,1	12,6	104,0	0,70	№762,1997г.
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	
	Масло сливочное порционное	6	-	5,0	-	44,9	-	№ 22,1997г.
	Джем	20	0,1	-	14,2	55,1	3,2	
Завтрак 2	Кисломолочный продукт (снежок)	150	4,3	3,7	5,8	77,1	0,40	№645,1994г.
Обед	Щи из свежей капусты	200	4,9	6,4	7,8	109,6	9,7	№120,1994г.
	Рыба, запеченная в сметанном соусе	60/20	11,6	4,5	1,2	91,2	0,20	№373,1997г.
	Картофельное пюре	150	3,4	5,8	19,7	144,7	9,2	№472,1994г.
	Икра морковная	60	0,7	1,9	3,7	36,2	1,2	№75,1994г.
	Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	-	-	4,9	19,4	-	№588,1994г.
	Хлеб ржаной	50	3,2	1,1	19,9	99,9	-	
Полдник	Сок яблочный	150	0,8	0,2	15,2	64,5	3,0	
Ужин	Пудинг из творога со сгущенным молоком	140/20	18,0	17,0	27,3	342,7	0,10	№296/3,1994г.

	Чай с сахаром	180	0,1	-	5,2	21,3	0,2	№627,1994г.
	Гренки с сыром	30/7	2,3	1,9	5,0	46,8	-	№705,1994г.
	Груша свежая	100	0,4	0,3	10,3	47,0	5,0	
Итого за второй день		1938	60,5	59,0	181,6	1511,1	33,5	

День третий

Завтрак 1	Вермишель отварная в молоке	200	5,0	7,1	20,6	167,4	0,60	№ 273 1994г.
	Чай с сахаром	180	0,1	-	5,2	21,3	0,2	№627,1994г.
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	
	Сыр порционный	12	2,4	3,1	-	38,5	-	№23 1997г.
	Масло сливочное порционное	6	-	4,9	-	43,6	-	№22 1997г.
Завтрак 2	Кисломолочный продукт (снежок)	150	4,3	3,7	5,8	77,1	0,40	№645,1994г.
Обед	Рассольник домашний	200	5,5	8,8	12,8	153,7	10,30	№128/3,1994г.
	Шницель	70	19,4	22,5	8,0	315,6	-	ТТК
	Рагу овощное	150	2,5	2,3	14,6	89,8	12,2	№486,1994г.
	Салат из зеленого горошка	60	1,2	1,6	3,0	30,7	1,8	№71,1997г.
	Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	-	-	4,9	19,4	-	№588,1994г.
	Хлеб ржаной	50	3,2	1,1	19,9	99,9	-	
	Напиток клюквенный	180	0,1	-	7,3	31,1	0,9	№647,1994г.
Полдник	Пряник	35	-	-	25,2	141,6	-	
Ужин	Зразы рыбные рубленые	80	11,4	9,7	10,1	173,1	0,80	№378,1997г.
	Картофель в молоке	180	4,1	5,7	23,6	162,9	11,10	№201,1994г.
	Огурец свежий	35	0,3	-	0,9	4,8	3,5	
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	
	Напиток из яблок	180	0,1	0,1	8,9	37,1	0,9	№648,1994г.
Итого за третий день		2018	62,7	71,6	155,3	1526,8	42,7	

День четвертый

	Каша молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая	200	5,1	7,8	21,2	177,1	0,06	№262,1994г.
	Кофейный напиток на молоке	180	4,1	4,1	12,6	104,0	0,70	№762,1997г.
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	
	Масло сливочное порционное	6	-	5,0	-	44,9	-	№ 22,1997г.
	Джем	20	0,1	-	14,2	55,1	3,2	
Завтрак 2	Кисломолочный продукт (снежок)	150	4,3	3,7	5,8	77,1	0,40	№645,1994г.
Обед	Суп куриный с яйцом	200	5,1	10,4	2,1	122,0	0,80	
	Гренки	30	0,8	0,1	5,0	24,3	-	№704,1994г.
	Плов с птицей	180	13,9	19,5	25,9	335	1,0	№449,1994г.
	Помидор свежий	35	0,4	0,1	1,3	8,4	8,80	
	Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	-	-	4,9	19,4	-	№588,1994г.
Полдник	Хлеб ржаной	50	3,2	1,1	19,9	99,9	-	
	Чай с сахаром	180	0,1	-	5,2	21,3	0,2	№627,1994г.
	Пирожки печеные сладкие с капустой	80	6,3	4,7	35,4	209,9	8,30	№685,687,724,199
Ужин	Лапшевник с творогом со стухенным молоком	150/20	12,9	12,2	23,7	263,0	0,10	№278,1994г.
	Сок	150	0,8	0,2	15,2	64,5	3,0	
	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0	10,0	
Итого за четвертый день		1946	58,5	69,4	205,3	1690,1	36,56	

День пятый

Завтрак 1	Омлет натуральный	140	12,8	15,8	3,2	206,9	0,30	№284,1994г.
	Зеленый горошек отварной	60	1,8	0,1	3,8	23,3	2,4	
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	
	Сыр порционный	6	1,3	1,6	-	19,3	-	№ 23, 1997г.
	Масло порционное	6	-	5,0	-	44,9	-	№ 22, 1997г.
Завтрак 2	Чай с сахаром	180	0,1	-	5,2	21,3	0,2	№627,1994г.
	Кисломолочный продукт (снежок)	150	4,3	3,7	5,8	77,1	0,40	№645,1994г.
	Борщ с капустой и картофелем	200	4,7	7,8	8,0	121	6,4	№110,1994г.
	Гуляш	70	11,8	12,2	3,2	170,4	0,60	№401,1994г.
	Запеканка картофельная	150	4,3	6,9	20,9	165,8	5,98	№430,1994г.
Обед	Огулец соленый	35	0,3	-	0,6	4,6	1,8	
	Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	-	-	4,9	19,4	-	№588,1994г.
	Хлеб ржаной	50	3,2	1,1	19,9	99,9	-	
	Сок яблочный	150	0,8	0,2	15,2	64,5	3,0	
	Оладьи рисовые со ступенным молоком	150/20	7,1	14,2	47,1	344,7	0,50	№324,2004г.
Ужин	Напиток из ягод	180	0,1	-	5,7	24,3	9,3	№647,1994г.
	Гренки с сыром	30/7	2,3	1,9	5,0	46,8	-	№705,1994г.
	Итого за пятый день	1799	56,1	71,6	156,4	1496,5	29,18	
	Итого среднее за третью неделю	9537	292,8	338,5	922,6	7949,6	181,34	

Четвертая неделя

День первый								
Завтрак 1	Каша пшеничная молочная жидкая	200	5,6	7,2	22,3	177,4	0,6	№ 262,1994г.
	Чай с сахаром	180	0,1	-	5,2	21,3	0,20	№627,1994г.
	Печенье	35	2,5	3,3	25,2	141,6	-	

	Масло сливочное порционное	6	-	5,0	-	44,9	-	№22,1997г.
Завтрак 2	Кисломологичный продукт (обереженка)	150	4,3	3,7	5,8	77,1	0,40	№645,1994г.
Обед	Суп молочный с овощами	200	4,0	3,9	13,5	105,3	6,9	№163,1994г.
	Котлета мясная	70	10,5	10,4	6,6	162,4	0,30	
	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,7	3,7	30,2	180,8	-	№463,1994г.
	Соус красный основной	50	0,4	-	2,9	14,1	0,60	№528,1994г.
	Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	-	-	6,8	27,1	-	№588,1994г.
	Хлеб ржаной	50	3,2	1,1	19,9	99,9	-	
Полдник	Сок яблочный	150	0,8	0,2	15,2	64,5	3,0	
	Сметанник	60	3,8	10,6	25,7	212,3	-	
Ужин	Голубцы лобительские с мясом	180	14,4	13,6	13,5	235,6	21,10	№494,1997г.
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	
	Напиток из яблок	180	0,1	0,1	8,9	37,1	0,9	№648,1994г.
Итого за первый день		1846	57,4	62,9	203,9	1615,2	34	

День второй

Завтрак	Каша молочная манная жидкая	200	4,9	7,1	19,6	162,2	0,60	№262,1994г.
	Кофейный напиток на молоке	180	4,1	4,1	12,6	104,0	0,70	№762,1997г.
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	

	Джем	20	0,1	-	14,2	55,1	3,2	
	Масло порционное	6	-	5,0	-	44,9	-	№22 1997г.
Завтрак 2	Кисломолочный продукт (обереженка)	150	4,3	3,7	5,8	77,1	0,40	№645,1994г.
Обед	Борщ с фасолью	200	2,9	3,7	9,0	81,0	5,6	№158, 1997г.
	Шницель рыбный натуральный	80	13,4	5,5	7,6	133,2	0,70	№330/2, 1994г.
	Картофель, запеченный в сметанном соусе	150	3,4	6,0	19,8	148,6	8,6	№240/3,1994г.
	Огулец соленый	35	0,3	-	0,6	4,6	1,8	
	Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	-	-	4,9	19,4	-	№588, 1994г.
	Хлеб ржаной	50	3,2	1,1	19,9	99,9	-	
Подник	Сок яблочный	150	0,8	0,2	15,2	64,5	3,0	
Ужин	Запеканка рисовая с творогом со стущенным молоком	150/20	9,5	10,5	42,4	304,8	0,10	№265/2,1994г.
	Кисель из ягод свежих	180	0,1	0,1	12,1	49,9	11,60	№590,1994г.
	Гренки с сыром	30/7	2,3	1,9	5,0	46,8	-	№705,1994г.
	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47,0	10,0	
Итого за второй день		1923	50,5	49,3	203,3	1466,2	46,3	

День третий

Завтрак	Каша молочная ячневая жидкая	200	4,9	7,1	21,7	171,5	0,6	№262,1994г.
	Какао с молоком	180	4,6	4,6	11,2	105,2	0,70	№642,1994г.
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	
	Масло порционное	6	-	5,0	-	44,9	-	№ 22, 1997г.
	Сыр порционный	6	1,3	1,6	-	19,3	-	№ 23, 1997г.

Завтрак 2	Кисломолочный продукт (обереженка)	150	4,3	3,7	5,8	77,1	0,40	№645,1994г.
Обед	Суп картофельный с душистым горохом	200	8,0	6,8	15,5	154,2	3,7	№138,1994г.
	Оладьи из печени с морковью	70	13,6	7,1	5,6	155,1	8,90	№178,2003г.
	Макаронные изделия отварные	120	4,4	2,9	28,0	156,1		№273,469,1994г.
	Соус красный основной	50	0,4	-	2,9	14,1	0,60	№528,1994г.
	Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	-	-	6,8	27,1	-	№588,1994г.
	Хлеб ржаной	50	3,2	1,1	19,9	99,9	-	
	Чай с сахаром	180	0,1	-	5,2	21,3	0,20	№627,1994г.
Ужин	Печенье	35	2,5	3,3	25,2	141,6	-	
	Рыба, запеченная в омлете	80	13,7	5,7	2,6	117,1	0,10	№372,1997г.
	Картофельное пюре	180	4,1	5,7	23,6	162,9	11,1	№472,1994г.
	Огурец свежий	35	0,3	-	0,9	4,8	3,5	
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	
Итого за третий день	Напиток из ягод	180	0,1	-	5,7	24,3	9,3	№647,1994г.
		1972	68,9	58,3	188,9	1578,4	39,1	

День четвертый

Завтрак	Каша молочная жидкая «Дружба»	200	5,7	7,4	29,7	209,4	0,60	№262,1994г.
	Кофейный напиток на молоке	180	4,1	4,1	12,6	104,0	0,70	№762,1997г.
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	
	Масло сливочное порционное	6	-	5,0	-	44,9	-	№ 22,1997г.

	Масло порционное	6	-	5,0	-	44,9	-	№ 22, 1997г.
	Чай с сахаром	180	0,1	-	5,2	21,3	0,2	№627,1994г.
Завтрак 2	Кисломолочный продукт (обереженка)	150	4,3	3,7	5,8	77,1	0,40	№645,1994г.
Обед	Свекольник по-домашнему со сметаной, мясом	200	5,0	6,4	10,8	121,8	5,20	ТТК
	Тфтели	70	8,9	10,4	6,9	156,7	0,60	№422,1994г.
	Рис отварной	120	2,8	3,6	29,9	163,3	-	№463,1994г.
	Икра морковная	60	0,7	1,9	3,7	36,2	1,2	№75,1994г.
	Компот из смеси сухофруктов с витамином «С»	180	-	-	4,9	19,4	-	№588,1994г.
Подник	Сок	150	0,8	0,2	15,2	64,5	3,0	
Ужин	Каша кукурузная молочная жидкая	200	5,4	7,9	20,9	177,4	1,2	№262,1994г.
	Хлеб пшеничный	35	1,0	0,1	6,0	29,2	-	
	Напиток из ягод	180	0,1	-	5,7	24,3	9,3	№647,1994г.
	Ватрушка из дрожжевого теста с творогом	80	7,8	7,4	34,3	236,7	0,10	№685,695,734,1994г
Итого за пять дней		1672	56,5	63,7	182,9	1537,4	23,20	
Итого среднее за четвертую неделю		9159	298,2	304	1018,1	8056,7	195,7	