

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q
46		Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84	0,08	0	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6		
47		Груша	250	0,4	0,4	9,8	88	0,03	7	0	0,2	16,1	9	11	2,21	82	
48		Печенье в инд упк пром произв	25	2,5	2,7	15,5	104	0,02	0	2,5	1,5	8	5	25	0,5	582	
49		Итого обед:	1195				1001,7										
50		Пятый день															
51	обед	Суп гороховый с мясом	270	6,1	8,3	30,2	220	1,72	0,25	0,02	0,41	82	64,4	13,87	0,8	113	
52		Рис отварной	180	4,1	5,6	45,3	219,4	0,09	0	0,04	0	11,82	81,26	11,7	0,07	385	
53		Тефтели в томат соусе	80	9,9	13,1	9,3	172	0,03	0,09	0,04	0	23	129,4	12,1	0,34	350	
54		Огурец консервированный (порциями)	100	0,8	0,1	1,7	11	0,02	2,5	0	0,1	23,2	14,1	24,2	0,6	149	
55		Компот из плодов или ягод свежих	200	0,3	0,1	29,8	122	0	0,4	0	0	31,82	15,4	6	1,25	486	
56		Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84	0,08	0	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6		
57		Сок натуральный инд упк	200	1	0,2	20,2	86	0,02	4	0	0,2	14	8	14	2,8	501	
58		Шоколад	15	5	23	63	110	0,04	0	5	2,5	15	10	45	1,1		
59		Итого обед:	1085				1024,4										
60		Шестой день															
61	обед																
62		Рассольник домашний	250	5,03	11,03	32,38	149,6	0,1	11,5	0,025	0,27	44,9	70,25	31,35	1,07	100	
63		Каша гречневая рассыпчатая	180	9,5	7,4	45	252,4	0,25	0	0,03	0	19,76	271,9	11,1	2	202	
64		Соус томатный	30	0,2	1,8	2,1	22,3	0,06	6,6	0	0,5	12,7	13,2	95,7	1,4	419	
65		Котлета мясная "Школьная"	100	15,3	11	13,3	213	0,14	0	30	1,4	50	21	136	2,07	347	
66		Овощи консервированные (порциями)	100	0,8	0,1	1,7	11	0,02	2,5	0	0,1	23,2	14,1	24,2	0,6	149	
67		Чай с сахаром и лимоном	205	0,1	0	15,2	61	0,8	0	0	0	2,2	0,1	0,5	0,1	459	
68		Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84	0,08	0	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6		
69		Мандарин	250	0,4	0,4	9,8	88	0,03	7	0	0,2	16,1	9	11	2,21	82	
70		Итого обед:	1155				881,3										
71		Седьмой день															
72	обед																
73		Суп картофельный с крупой	250	4,2	6,7	14,3	100	2,04	0,06	0,05	0,1	24,94	92,63	8,53	0,5	114	
74		Плов	250	22,3	21,15	50,41	477,47	0,21	8,97	24	0	31,1	337	22,86	0,88	330	
75		Икра кабачковая (пром.произв)	100	1,9	8,9	7,7	118	0,02	7	0	3,1	41	15	37	0,7	150	
76		Компот из смеси сухофруктов	200	0,9	0	26,3	80	0	0	0	0	0	0	0	0	495	
77		Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84	0,08	0	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6		
78		Яблоко	250	0,4	0,4	9,8	88	0,03	7	0	0,2	16,1	9	11	2,21	82	
79		Итого обед:	1090				947,47										
80		Восьмой день															
81	обед																
82		Суп с сайрой	250	8,6	3,4	16	115	0,1	7,11	0,12	0	45,3	17,35	0,17	7,11	122	
83		Рагу из овощей с кашей	180	5,7	7,37	21,8	176	0,1	8	30	0,4	92	41	122	1,04	180	
84		Мясо отварное (куриное)	100	14,1	13,4	6,3	194	2,6	0,1	0,02	1,3	90,4	208	9,3	1,3	318	
85		Кисель из конц. на плод.ягодн. экст	200	0,4	0	36,3	159	0,22	0	0	0	21,85	15,87	2,25	0,43	484	
86		Мучное изделие промышлен. произв.	30	4,3	8	28,8	179	0,05	0	39,5	0,7	9,8	6	31,9	0,45	543	
87		Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84	0,08	0	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6		
88		Шоколад	50	15	46	83	180	0,04	0	5	2,5	15	10	45	1,1		
89		Итого обед:	850				1087										
90																	
91		Десятый день															

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q
92	обед																
93		Суп гороховый с мясом	250	6,1	8,3	30,2	220	1,72	0,25	0,02	0,41	82	64,4	13,87	0,8	113	
94		Картофельное пюре	180	5	7	11	146	0,14	4	36	0,2	48	30	90	100	377	
95		Печень в сметанном соусе	100	10,8	4,05	4,2	225	0,06	0,82	19	0,4	23	21	113	0,59	359	
96		Винегрет овощной	100	1,6	6,2	6,6	88	0,04	6,2	0	2,8	2	136,8	21,2	0,2	47	
97		Чай с сахаром	200	0,1	0	15,2	61	0,8	0	0	0	2,2	0,1	0,5	0,1	457	
98		Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84	0,08	0	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6		
99		Йогурт инв. упк	90	2,8	3	4	50	0,04	0,7	20	0	170	14	90	0,1	470	
100		Шоколад	15	5	23	63	110	0,04	0	5	2,5	15	10	45	1,1		
101		Итого обед:	975				984										
102																	
103																	
104	Десятый день																
105	обед																
106		Борщ с картофелем	250	7,46	9,85	21,35	177	0,08	1,14	0,04	0	241,1	201,8	38,1	0,21	95	
107		Макаронные отварные	180	7,4	6,6	39,4	220	0,08	0	42	1	16	10	60	1,4	256	
108		Гуляш мясной	100	12,2	16,9	4,9	258	0,19	0,04	0,05	1,91	11,66	149,27	11,26	1,39	327	
109		Чай с сахаром	200	0,1	0	15,2	61	0,8	0	0	0	2,2	0,1	0,5	0,1	457	
110		Хлеб пшеничный	40	2,7	0,98	16,7	84	0,08	0	0,07	1,84	14,95	56,55	9,7	0,6		
111		Печенье в инд упк пром произв	50	4,5	4,7	34,4	208	0,04	0	5	2,5	15	10	45	1,1	582	
112		Итого обед:	820				1008										