

Картофельное пюре	150	3,06	4,08	20,45	137,25
Котлета	90	13,99	10,39	14,13	205,87
Чай с сахаром и лимоном	200	0,4	0,08	10,24	43,3
Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
ИТОГО:	540	20,95	18,68	63,2	512,36

6 ДЕНЬ

Каша пшённая на молоке	200	5,67	5,28	32,55	200
Хлеб пшеничный йодированный	40	0,368	0,368	15,92	90,59
Компот из сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,2
Пряник	60	3,92	3,5	53,41	253,4
ИТОГО:	500	9,998	9,148	126,64	638,19

7 ДЕНЬ

Запеканка творожная со сгущённым молоком	150/20	24,60	19,00	33,80	408
Чай витаминизированный с сахаром	200	0,2	0	14	28
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47
Пряник	30	3,92	3,5	53,41	253,4
ИТОГО:	500	29,12	22,90	111,01	736,4

8 ДЕНЬ

Греча отварная с маслом	150/10	7,46	5,61	35,84	230,45
Чай витаминизированный с сахаром	200	0,2	0	14	28
Тефтеля в соусе	90/50	12,13	14,7	25,11	242,37
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
ИТОГО:	540	22,43	20,79	88,31	570,42

9 ДЕНЬ

Плов из мяса птицы	200	15,50	6,12	21,70	409,5
Компот из сухофруктов	200	0,04	0	24,76	94,2
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47
ИТОГО:	540	18,58	7,00	69,62	620,3

10 ДЕНЬ

Картофельное пюре	180	3,67	5,76	24,35	164,7
Рыба запечённая с яйцом	100	10,7	7,05	5,6	251,6
Салат из белокочанной капусты со свеж. огурцом	60	1,5	0,9	4,1	30,3
Чай с сахаром и лимоном	200	0,4	0,08	10,24	43,3
Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6
ИТОГО:	600	18,91	14,27	57,65	559,5