

Итого за полдник:			0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:			38,24	90,59	175,18	1353,19	

Неделя	36	День	2	12.09.2023				
Завтрак	Суп молочный с макаронами		250	7,00	6,75	19,25	161,50	
	Чай ягодный с сахаром		200	0,25	0,06	11,62	48,63	377/м/ссж
	Хлеб пшеничный		40	3,16	0,40	19,32	94,00	
	Масло сливочное		5	0,08	7,25	0,13	33,00	14/м
	Сыр		15	3,48	4,43	0,00	54,60	15/м
	Яйцо вареное		40	5,08	4,60	0,28	62,80	209/М
	Киви		120	0,96	0,48	9,72	56,40	338/М
Итого за завтрак:				19,05	23,49	50,60	454,53	
Обед	Суп гороховый с говядиной		250	8,25	9,98	19,28	200,11	102/м/ссж
	Котлета домашняя со сметанно-томатным соусом		100	17,65	16,55	15,53	282,40	268/м/ссж
	Каша гречневая		180	8,35	5,66	37,75	235,01	171/м/ссж
	Салат картофельный с кальмаром		100	4,63	4,34	7,34	87,26	89/м/ссж
	Компот из кураги		200	0,78	0,05	18,63	78,69	348/м/ссж
	Хлеб пшеничный		30	2,37	0,30	14,49	70,50	
	Хлеб ржано-пшеничный		60	3,96	0,72	23,78	118,80	
Итого за обед:				45,99	37,60	136,80	1072,77	
Полдник								
Итого за полдник:				0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:				65,04	61,09	187,40	1527,30	

Неделя	36	День	3	13.09.2023				
Завтрак	Сырники с молоком сгущенным		200/30	35,64	19,26	37,45	472,51	219/м/ссж
	Булочка		80	4,77	2,78	30,39	165,15	
	Чай с молоком и сахаром		200	1,82	1,42	13,74	75,65	378/м/ссж
Итого за завтрак:				42,23	23,46	81,58	713,31	

Обед	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250	7,68	8,45	18,43	180,86	106/м/ссж
	Салат из свежих томатов и перца	100	1,17	6,83	3,81	82,90	37/м/ссж
	Плов с отварной птицей (курица)	280	28,06	19,14	47,61	470,41	291/м/ссж
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50	
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,96	0,72	23,78	118,80	
	Напиток витаминный	200	0,49	0,16	21,67	93,99	388/м/ссж
	Груша	120	0,48	0,36	12,36	56,40	338/м
Итого за обед:			44,20	35,96	142,14	1073,86	
Полдник							
Итого за полдник:			0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:			86,43	59,42	223,73	1787,17	

Неделя	36	День	4	14.09.2023				
Завтрак	Котлета из говяжьего мяса и печени	130	13,98	11,34	14,42	216,75	268/м/ссж	
	Каша гречневая, рассыпчатая со сливочным маслом	180	8,35	5,66	37,75	235,01	171/м/ссж	
	Чай с шиповником	200	0,30	0,06	12,50	53,93	376/м/ссж	
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00		
	Масло сливочное	5	0,16	14,50	0,26	33,00	14/м	
	Виноград	120	0,72	0,72	18,48	86,40	338/м	
Итого за завтрак:			26,67	32,68	102,73	719,08		
Обед	Суп картофельный с макаронами	250	5,38	11,04	20,98	199,03	102/м/ссж	
	Рыба запеченная в сметанном соусе	100	18,05	7,83	6,80	170,62	232/м/ссж	
	Картофельное пюре со сливочным маслом	180	3,59	6,32	19,67	155,76	128/м/ссж	
	Салат из цветной капусты, томатов, свежей зелени	100	1,67	8,48	3,67	99,42	32/м/ССЖ	
	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,50		
	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,96	0,72	23,78	118,80		
	Компот из сухофруктов	200	0,37	0,02	21,01	47,00	349/м/ссж	

Итого за обед:			35,38	34,71	110,41	861,12	
Полдник							
Итого за полдник:			0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:			62,05	67,39	213,14	1580,20	

Неделя	36	День	5	15.09.2023				
Завтрак	Каша молочная рисовая со сливочным маслом		200	5,74	6,53	45,44	264,14	174/м/ссж
	Чай с сахаром и лимоном		200	0,00	0,00	15,00	60,00	377/м/ссж
	Батон		40	3,20	1,16	20,80	95,20	
	Масло сливочное		5	0,08	7,25	0,13	33,00	14/м
	Сыр полутвердый		15	3,48	4,43	0,00	54,60	15/м
	Яйцо вареное		40	5,08	4,60	0,28	62,80	209/М
	Апельсин		120	1,08	0,24	9,72	51,60	338/м
Итого за завтрак:				18,66	24,21	91,37	621,34	
Обед	Борщ с капустой и картофелем, говядиной, со сметаной		250	4,46	12,74	12,89	184,91	82/м/ссж
	Бифштекс рубленый с соусом сметанно-томатным		100/30	19,85	19,04	3,54	265,13	266/м/ссж
	Макароны отварные, со сливочным маслом		180	7,00	0,83	44,84	214,97	202/м/ссж
	Салат из свеклы с зеленым горошком		100	1,67	8,53	8,25	116,82	53/м/ссж
	Компот из ягод вишни		200	0,16	0,04	13,10	54,29	342/м/ссж
	Хлеб пшеничный		30	2,37	0,30	14,49	70,50	
	Хлеб ржано-пшеничный		60	3,96	0,72	23,78	118,80	
	Яблоко		120	0,48	0,48	11,76	56,40	338/М
Итого за обед:				39,95	42,68	132,66	1081,82	
Полдник								
Итого за полдник:				0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за день:				58,61	66,89	224,03	1703,16	

Среднее значение за период:			62,07	69,07	204,69	1590,20	