





Итого за день:				53,818	58,498	227,227	1651	0,80	38,37	168,41	9,05	627,85	957,48	161,98	12,10
<b>2 день</b>															
<b>1 прием пищи</b>															
1 Коллета из говядины и цыплят	(0)	100	15,441	12,955	10,792	222	0,10	2,27	10,40	2,69	52,59	202,93	28,90	2,44	
2 Рис, припущенный с овощами	(25)	180	3,713	6,013	41,652	236	0,06	1,35	21,60	1,48	24,39	108,11	35,86	0,87	
3 Зелень укропа, петрушки свежая	(12)	2	0,040	0,008	0,110	1	0,00	2,00	0,00	0,03	4,46	1,86	1,40	0,03	
4 Чай с лимоном	686 (21)	200/8/7	0,212	0,007	7,207	30	0,00	2,90	0,00	0,01	7,99	9,79	5,24	0,89	
5 Хлеб пшеничный	(2)	60	3,765	0,496	24,533	118	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66	
6 Хлеб дарницкий	(2)	30	1,673	0,310	13,480	63	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93	
<b>Итого:</b>			<b>24,844</b>	<b>19,789</b>	<b>97,773</b>	<b>669</b>	<b>0,26</b>	<b>8,52</b>	<b>32,00</b>	<b>5,15</b>	<b>108,33</b>	<b>393,48</b>	<b>87,30</b>	<b>5,82</b>	
<b>2 прием пищи</b>															
1 Щи из свежей капусты с картофелем	124 (21)	250	1,438	3,429	7,612	67	0,06	30,00	20,00	0,14	39,52	46,83	20,43	0,77	
2 Говядина отварная (для первых блюд)	(21)	15	3,546	3,176	0,000	43	0,01	0,00	0,00	0,10	7,68	46,24	5,61	0,69	
3 Сметана	(1)	10	0,207	1,241	0,313	13	0,00	0,04	10,00	0,00	8,80	6,10	0,90	0,02	
4 Зелень укропа, петрушки свежая	(12)	5	0,106	0,024	0,301	2	0,00	5,00	0,00	0,09	11,15	4,65	3,50	0,08	
5 Форель в сметанном соусе	627 (13)	100	10,255	5,672	2,695	103	0,01	0,05	12,50	0,06	16,46	11,82	2,01	0,11	
6 Пюре картофельное	520 (21)	180	3,107	4,846	22,951	148	0,20	31,13	30,60	0,15	59,24	117,48	39,77	1,50	
7 Напиток из сухофруктов	588 (12)	200	0,349	0,017	24,157	98	0,00	0,40	0,00	0,20	22,68	15,40	6,00	1,25	
8 Хлеб пшеничный	(2)	60	3,765	0,496	24,533	118	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66	
9 Хлеб дарницкий	(2)	40	2,231	0,414	17,973	85	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24	
10 Кондитерские изделия	(12)	60	3,803	9,362	38,087	252	0,60	0,00	72,00	43,20	13,80	39,00	6,00	0,48	
<b>Итого:</b>			<b>28,806</b>	<b>28,676</b>	<b>138,622</b>	<b>928</b>	<b>1,00</b>	<b>66,62</b>	<b>145,10</b>	<b>44,95</b>	<b>200,53</b>	<b>368,92</b>	<b>102,62</b>	<b>6,80</b>	
<b>Итого за день:</b>			<b>53,649</b>	<b>48,466</b>	<b>236,395</b>	<b>1596</b>	<b>1,26</b>	<b>75,14</b>	<b>177,10</b>	<b>50,10</b>	<b>308,85</b>	<b>762,41</b>	<b>189,92</b>	<b>12,62</b>	
<b>3 день</b>															
<b>1 прием пищи</b>															
1 Запеканка из творога с тыквой и морковью	224 (32)	200	26,648	24,284	42,969	497	0,18	4,19	15,53	4,00	289,20	483,97	61,43	3,56	
2 Соус вишневый	358 (26)	50	0,162	0,000	28,553	115	0,01	3,83	0,00	0,00	10,34	7,65	6,63	0,45	
3 Чай с молоком натуральным	630 (12)	150/50/8	1,311	1,034	9,094	51	0,02	0,75	10,00	0,00	65,19	53,25	11,40	0,89	
4 Батон пшеничный	(25)	20	1,034	0,115	9,151	42	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
5 Груши свежие	627 (21)	125	0,422	0,352	12,309	54	0,03	6,25	0,00	0,00	23,75	20,00	15,00	2,88	
<b>Итого:</b>			<b>29,578</b>	<b>25,786</b>	<b>102,075</b>	<b>759</b>	<b>0,23</b>	<b>15,01</b>	<b>25,53</b>	<b>4,00</b>	<b>388,47</b>	<b>564,87</b>	<b>94,46</b>	<b>7,77</b>	
<b>2 прием пищи</b>															
1 Борщ из свежей капусты, картофеля	77 (26)	250	1,242	3,669	7,772	69	0,04	17,50	20,00	0,09	32,83	40,15	17,52	0,94	



2	Говядина отварная (для первых блюд)	(21)	10	2,364	2,118	0,000	29	0,01	0,00	0,00	0,06	5,12	30,83	3,74	0,46
3	Сметана	(1)	10	0,207	1,241	0,313	13	0,00	0,04	10,00	0,00	8,80	6,10	0,90	0,02
4	Зелень укропа, петрушки свежая	(12)	4	0,085	0,019	0,241	1	0,00	4,00	0,00	0,07	8,92	3,72	2,80	0,06
5	Шницели рубленные из говядины с луком	416 (12)	100	13,150	15,108	13,302	242	0,10	1,00	0,00	3,15	32,88	195,24	31,28	3,19
6	Соус "Солнечный"	(25)	30	0,209	0,830	1,394	14	0,01	0,35	5,40	0,05	3,51	5,64	2,68	0,08
7	Каша гречневая рассыпчатая	508 (21)	180	8,358	6,047	41,286	253	0,36	0,00	25,20	0,66	28,07	251,59	166,82	5,66
8	Напиток из плодов шиповника	1047 (1)	200	0,254	0,116	12,580	52	0,01	130,00	0,00	0,72	5,90	1,60	1,60	0,29
9	Хлеб пшеничный	(2)	60	3,765	0,496	24,533	118	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
10	Хлеб дарницкий	(2)	40	2,231	0,414	17,973	85	0,04	0,00	0,00	0,36	9,20	42,40	10,00	1,24
	<b>Итого:</b>			<b>31,865</b>	<b>30,057</b>	<b>119,393</b>	<b>876</b>	<b>0,64</b>	<b>152,89</b>	<b>60,60</b>	<b>5,83</b>	<b>147,23</b>	<b>616,27</b>	<b>245,74</b>	<b>12,60</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>61,442</b>	<b>55,843</b>	<b>221,468</b>	<b>1634</b>	<b>0,87</b>	<b>167,91</b>	<b>86,13</b>	<b>9,83</b>	<b>535,70</b>	<b>1181,14</b>	<b>340,20</b>	<b>20,38</b>
	<b>4 день</b>														
	<b>1 прием пищи</b>														
1	Томаты свежие порциями	(12)	80	0,744	0,150	2,906	16	0,05	20,00	0,00	0,56	11,20	20,80	16,00	0,72
2	Гуляш из говядины	437 (21)	100	12,028	13,805	2,556	183	0,06	1,00	0,00	2,14	18,11	158,48	19,70	2,31
3	Макаронные изделия отварные	516 (21)	180	5,380	4,467	37,483	212	0,10	0,00	25,41	0,00	24,83	57,46	10,48	1,08
4	Кофейный напиток с молоком	395 (26)	200	1,152	1,034	9,034	50	0,02	0,65	10,00	0,00	60,24	45,00	7,00	0,07
5	Хлеб пшеничный	(2)	30	1,882	0,248	12,266	59	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
6	Хлеб дарницкий	(2)	30	1,673	0,310	13,480	63	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
7	Яблоки свежие	627 (21)	140	0,473	0,053	13,116	55	0,04	14,00	0,00	0,28	22,40	15,40	12,60	3,08
	<b>Итого:</b>			<b>23,332</b>	<b>20,068</b>	<b>90,842</b>	<b>637</b>	<b>0,34</b>	<b>35,65</b>	<b>35,41</b>	<b>3,58</b>	<b>149,68</b>	<b>348,44</b>	<b>77,48</b>	<b>8,52</b>
	<b>2 прием пищи</b>														
1	Суп-лапша домашняя	148 (21)	250	2,265	2,170	12,829	80	0,05	1,53	10,02	0,34	19,88	39,23	9,23	0,56
2	Грудки куриные (для первого блюда)	(25)	25	5,245	0,641	0,000	27	0,03	0,62	0,01	0,00	9,86	50,73	6,22	0,45
3	Зелень укропа, петрушки свежая	(12)	2	0,040	0,008	0,110	1	0,00	2,00	0,00	0,03	4,46	1,86	1,40	0,03
4	Котлеты домашние	476 (13)	100	11,252	17,811	9,214	242	0,20	0,25	0,00	2,61	18,21	160,51	24,31	2,31
5	Пюре гороховое с маслом сливочным	(25)	100	9,157	2,761	20,923	145	0,41	0,00	14,00	0,25	65,70	167,05	53,94	3,46
6	Брокколи, припущенные с маслом	(25)	80	1,189	4,568	7,156	74	0,04	6,21	11,20	0,93	33,10	51,88	21,13	0,65
7	Напиток клюквенно-брусничный	(25)	200	0,119	0,072	22,131	90	0,00	3,75	0,00	0,00	5,59	3,38	2,75	0,20
8	Хлеб пшеничный	(2)	60	3,765	0,496	24,533	118	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
9	Хлеб дарницкий	(2)	60	3,346	0,620	26,959	127	0,07	0,00	0,00	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	<b>Итого:</b>			<b>36,377</b>	<b>29,148</b>	<b>123,855</b>	<b>903</b>	<b>0,86</b>	<b>14,36</b>	<b>35,23</b>	<b>5,37</b>	<b>182,61</b>	<b>577,23</b>	<b>142,38</b>	<b>10,19</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>59,709</b>	<b>49,216</b>	<b>214,697</b>	<b>1541</b>	<b>1,20</b>	<b>50,01</b>	<b>70,65</b>	<b>8,95</b>	<b>332,28</b>	<b>925,67</b>	<b>219,85</b>	<b>18,71</b>



<b>5 день</b>															
<b>1 прием пищи</b>															
1	Огурцы свежие порциями	(12)	30	0,167	0,025	0,496	3	0,01	2,10	0,00	0,03	5,10	9,00	4,20	0,15
2	Томаты свежие порциями	(12)	30	0,279	0,056	1,090	6	0,02	7,50	0,00	0,21	4,20	7,80	6,00	0,27
3	Омлет натуральный	340 (21)	200	17,730	23,366	3,406	295	0,13	1,66	50,06	0,00	161,68	348,30	26,71	3,94
4	Напиток растворимый "Дикорий" с молоком	(25)	200	1,225	1,175	9,240	52	0,02	0,65	10,00	0,00	60,24	45,00	7,00	0,07
5	Хлеб пшеничный	(2)	40	2,510	0,331	16,355	78	0,04	0,00	0,00	0,44	8,00	26,00	5,60	0,44
6	Кондитерские изделия	(12)	50	2,493	2,209	35,850	173	1,20	0,00	0,00	0,00	5,50	0,00	4,50	0,40
	<b>Итого:</b>			<b>24,404</b>	<b>27,162</b>	<b>66,437</b>	<b>608</b>	<b>1,42</b>	<b>11,91</b>	<b>60,06</b>	<b>0,68</b>	<b>244,72</b>	<b>436,10</b>	<b>54,01</b>	<b>5,28</b>
<b>2 прием пищи</b>															
1	Огурцы свежие порциями	(12)	60	0,334	0,050	0,992	6	0,02	4,20	0,00	0,06	10,20	18,00	8,40	0,30
2	Суп из овощей	135 (21)	250	1,506	2,874	9,646	70	0,09	21,25	17,00	0,14	28,44	53,55	21,80	0,82
3	Говядина отварная (для первых блюд)	(21)	15	3,546	3,176	0,000	43	0,01	0,00	0,00	0,10	7,68	46,24	5,61	0,69
4	Сметана	(1)	5	0,103	0,620	0,157	7	0,00	0,02	5,00	0,00	4,40	3,05	0,45	0,01
5	Зелень укропа, петрушки свежая	(12)	0	0,000	0,000	0,000	0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
6	Азу по-татарски	402 (12)	225	19,463	24,319	16,246	362	0,20	21,05	0,00	5,03	33,56	292,17	52,37	4,31
7	Напиток из яблок и клюквы	(25)	200	0,090	0,025	22,317	90	0,01	3,15	0,00	0,03	4,50	2,77	3,02	0,42
8	Хлеб пшеничный	(2)	60	3,765	0,496	24,533	118	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
9	Хлеб дарницкий	(2)	60	3,346	0,620	26,959	127	0,07	0,00	0,00	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	<b>Итого:</b>			<b>32,153</b>	<b>32,181</b>	<b>100,849</b>	<b>822</b>	<b>0,46</b>	<b>49,67</b>	<b>22,00</b>	<b>6,56</b>	<b>114,58</b>	<b>518,39</b>	<b>115,06</b>	<b>9,08</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>56,557</b>	<b>59,343</b>	<b>167,286</b>	<b>1429</b>	<b>1,88</b>	<b>61,58</b>	<b>82,06</b>	<b>7,24</b>	<b>359,30</b>	<b>954,48</b>	<b>169,06</b>	<b>14,36</b>
<b>2 неделя</b>															
<b>1 день</b>															
<b>1 прием пищи</b>															
1	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	257 (12)	200/15	4,240	11,434	26,842	227	0,07	1,37	81,12	0,12	135,08	146,19	30,32	0,47
2	Какао-напиток "Несквик" с молоком, обогащенный витаминами и минеральными веществами	642 (12)	200	2,542	2,482	15,885	96	0,20	1,30	20,00	1,00	149,70	90,00	16,96	0,12
3	Батон пшеничный	(25)	30	1,551	0,172	13,726	63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
4	Хачапури имеретинские	850 (13)	85	12,043	11,676	21,987	241	0,08	0,32	11,44	0,76	418,44	290,96	29,18	0,89
5	Яблоко свежее	627 (21)	120	0,406	0,045	11,243	47	0,04	12,00	0,00	0,24	19,20	13,20	10,80	2,64
	<b>Итого:</b>			<b>20,782</b>	<b>25,810</b>	<b>89,684</b>	<b>674</b>	<b>0,39</b>	<b>14,99</b>	<b>112,56</b>	<b>2,13</b>	<b>722,43</b>	<b>540,35</b>	<b>87,25</b>	<b>4,11</b>
<b>2 прием пищи</b>															
1	Суп из овощей с помидорами	132 (12)	250	1,551	3,821	9,707	79	0,09	25,75	0,00	2,09	27,52	52,06	22,00	0,93



2	Говядина отварная (для первых блюд)	(21)	15	3,546	3,176	0,000	43	0,01	0,00	0,00	0,10	7,68	46,24	5,61	0,69
3	Сметана	(1)	10	0,207	1,241	0,313	13	0,00	0,04	10,00	0,00	8,80	6,10	0,90	0,02
4	Зелень укропа, петрушки свежая	(12)	4	0,085	0,019	0,241	1	0,00	4,00	0,00	0,07	8,92	3,72	2,80	0,06
5	Котлеты рубленые из говядины с луком	416 (12)	100	13,150	15,108	13,302	242	0,10	1,00	0,00	3,15	32,88	195,24	31,28	3,19
6	Макаронные изделия отварные	516 (21)	180	5,380	4,467	37,483	212	0,10	0,00	25,41	0,00	24,83	57,46	10,48	1,08
7	Соус "Солнечный"	(25)	30	0,209	0,830	1,394	14	0,01	0,35	5,40	0,05	3,51	5,64	2,68	0,08
8	Напиток клюквенный	647 (12)	200	0,099	0,041	21,642	87	0,01	3,75	0,00	0,00	4,22	2,75	3,75	0,22
9	Хлеб пшеничный	(2)	60	3,765	0,496	24,533	118	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
10	Хлеб дарницкий	(2)	60	3,346	0,620	26,959	127	0,07	0,00	0,00	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	<b>Итого:</b>			<b>31,338</b>	<b>29,820</b>	<b>135,573</b>	<b>936</b>	<b>0,46</b>	<b>34,89</b>	<b>40,81</b>	<b>6,66</b>	<b>144,15</b>	<b>471,81</b>	<b>102,90</b>	<b>8,80</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>52,120</b>	<b>55,630</b>	<b>225,257</b>	<b>1610</b>	<b>0,84</b>	<b>49,89</b>	<b>153,37</b>	<b>8,79</b>	<b>866,58</b>	<b>1012,16</b>	<b>190,16</b>	<b>12,91</b>
	<b>2 день</b>														
	<b>1 прием пищи</b>														
1	Томаты свежие порциями	(12)	60	0,558	0,113	2,180	12	0,04	15,00	0,00	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54
2	Голень, запеченная в сметанно-томатном маринаде	450 (12)	100	12,300	11,082	0,157	150	0,13	2,92	5,06	1,10	28,38	235,85	28,22	1,92
3	Каша гречневая рассыпчатая	508 (21)	180	8,358	6,047	41,286	253	0,36	0,00	25,20	0,66	28,07	251,59	166,82	5,66
4	Соус "Солнечный"	(25)	30	0,209	0,830	1,394	14	0,01	0,35	5,40	0,05	3,51	5,64	2,68	0,08
5	Чай с лимоном	686 (21)	200/8/7	0,212	0,007	7,207	30	0,00	2,90	0,00	0,01	7,99	9,79	5,24	0,89
6	Хлеб пшеничный	(2)	30	1,882	0,248	12,266	59	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
7	Хлеб дарницкий	(2)	30	1,673	0,310	13,480	63	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	<b>Итого:</b>			<b>25,193</b>	<b>18,637</b>	<b>77,968</b>	<b>580</b>	<b>0,60</b>	<b>21,17</b>	<b>35,66</b>	<b>2,85</b>	<b>89,25</b>	<b>569,77</b>	<b>226,66</b>	<b>10,35</b>
	<b>2 прием пищи</b>														
1	Огурцы свежие порциями	(12)	80	0,445	0,066	1,322	8	0,02	5,60	0,00	0,08	13,60	24,00	11,20	0,40
2	Рассольник ленинградский с перловой крупой	132 (21)	250	1,847	3,321	14,724	96	0,11	16,75	20,00	0,18	23,82	74,28	26,18	1,02
3	Говядина отварная (для первых блюд)	(21)	10	2,364	2,118	0,000	29	0,01	0,00	0,00	0,06	5,12	30,83	3,74	0,46
4	Сметана	(1)	10	0,207	1,241	0,313	13	0,00	0,04	10,00	0,00	8,80	6,10	0,90	0,02
5	Зелень укропа, петрушки свежая	(12)	1	0,021	0,005	0,060	0	0,00	1,00	0,00	0,02	2,23	0,93	0,70	0,02
6	Печень по-строгановски	383 (5)	150	23,138	21,538	10,653	329	0,46	49,74	100,01	1,38	47,03	490,05	30,81	10,37
7	Пюре картофельное	520 (21)	180	3,107	4,846	22,951	148	0,20	31,13	30,60	0,15	59,24	117,48	39,77	1,50
8	Напиток брусничный	(25)	200	0,139	0,103	14,807	61	0,00	3,75	0,00	0,00	6,70	4,00	1,75	0,14
9	Хлеб пшеничный	(2)	60	3,765	0,496	24,533	118	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
10	Хлеб дарницкий	(2)	30	1,673	0,310	13,480	63	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	<b>Итого:</b>			<b>36,705</b>	<b>34,045</b>	<b>102,843</b>	<b>865</b>	<b>0,90</b>	<b>108,01</b>	<b>160,61</b>	<b>2,81</b>	<b>185,44</b>	<b>818,46</b>	<b>130,95</b>	<b>15,53</b>







3	Биточки по-белорусски	467 (21)	100	16,649	19,805	1,811	252	0,08	1,69	3,64	3,08	55,34	238,40	29,00	3,25
4	Соус "Витаминный"	(25)	30	0,257	0,472	3,079	18	0,01	0,82	0,00	0,28	5,81	9,67	4,68	0,16
5	Макаронные изделия отварные	516 (21)	180	5,380	4,467	37,483	212	0,10	0,00	25,41	0,00	24,83	57,46	10,48	1,08
6	Напиток клюквенно-брусничный	(25)	200	0,119	0,072	22,131	90	0,00	3,75	0,00	0,00	5,59	3,38	2,75	0,20
7	Хлеб пшеничный	(2)	60	3,765	0,496	24,533	118	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
8	Хлеб дарницкий	(2)	35	1,952	0,362	15,726	74	0,04	0,00	0,00	0,32	8,05	37,10	8,75	1,08
	<b>Итого:</b>			<b>32,912</b>	<b>29,146</b>	<b>121,914</b>	<b>882</b>	<b>0,54</b>	<b>20,99</b>	<b>49,05</b>	<b>4,60</b>	<b>159,70</b>	<b>498,21</b>	<b>105,36</b>	<b>8,52</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>59,404</b>	<b>56,997</b>	<b>173,267</b>	<b>1444</b>	<b>0,81</b>	<b>92,34</b>	<b>105,61</b>	<b>5,40</b>	<b>688,33</b>	<b>1098,75</b>	<b>180,14</b>	<b>13,84</b>
	<b>5 день</b>														
	<b>1 прием пищи</b>														
1	Огурцы свежие порциями	(12)	40	0,222	0,033	0,661	4	0,01	2,80	0,00	0,04	6,80	12,00	5,60	0,20
2	Томаты свежие порциями	(12)	40	0,372	0,075	1,453	8	0,02	10,00	0,00	0,28	5,60	10,40	8,00	0,36
3	Котлета из грудки с сыром	(0)	100	18,407	12,180	5,890	207	0,13	2,03	33,26	2,49	62,04	222,99	31,92	2,24
4	Соус томатный с маслом	587 (21)	30	0,163	2,624	1,240	29	0,00	0,15	17,40	0,03	2,08	3,83	0,99	0,04
5	Зелень укропа, петрушки свежая	(12)	2	0,042	0,009	0,120	1	0,00	2,00	0,00	0,03	4,46	1,86	1,40	0,03
6	Пюре картофельное	520 (21)	180	3,107	4,846	22,951	148	0,20	31,13	30,60	0,15	59,24	117,48	39,77	1,50
7	Чай с лимоном	686 (21)	200/8/7	0,212	0,007	7,207	30	0,00	2,90	0,00	0,01	7,99	9,79	5,24	0,89
8	Хлеб пшеничный	(2)	30	1,882	0,248	12,266	59	0,03	0,00	0,00	0,33	6,00	19,50	4,20	0,33
9	Хлеб дарницкий	(2)	30	1,673	0,310	13,480	63	0,03	0,00	0,00	0,27	6,90	31,80	7,50	0,93
	<b>Итого:</b>			<b>26,081</b>	<b>20,332</b>	<b>65,269</b>	<b>548</b>	<b>0,43</b>	<b>51,01</b>	<b>81,26</b>	<b>3,64</b>	<b>161,10</b>	<b>429,64</b>	<b>104,62</b>	<b>6,53</b>
	<b>2 прием пищи</b>														
1	Огурцы свежие порциями	(12)	70	0,389	0,058	1,157	7	0,02	4,90	0,00	0,07	11,90	21,00	9,80	0,35
2	Щи из свежей капусты с картофелем	124 (21)	250	1,483	3,429	7,811	68	0,06	30,54	20,00	0,15	39,76	47,64	21,03	0,80
3	Говядина отварная (для первых блюд)	(21)	10	2,364	2,118	0,000	29	0,01	0,00	0,00	0,06	5,12	30,83	3,74	0,46
4	Сметана	(1)	10	0,207	1,241	0,313	13	0,00	0,04	10,00	0,00	8,80	6,10	0,90	0,02
5	Зелень укропа, петрушки свежая	(12)	3	0,063	0,014	0,181	1	0,00	3,00	0,00	0,05	6,69	2,79	2,10	0,05
6	Говядина в кисло-сладком соусе	442 (21)	100	13,167	15,229	8,123	222	0,08	4,60	0,00	2,63	22,05	186,63	29,20	2,98
7	Каша гречневая рассыпчатая	508 (21)	180	8,358	6,047	41,286	253	0,36	0,00	25,20	0,66	28,07	251,59	166,82	5,66
8	Напиток из яблок и клюквы	(25)	200	0,090	0,025	22,317	90	0,01	3,15	0,00	0,03	4,50	2,77	3,02	0,42
9	Хлеб пшеничный	(2)	60	3,765	0,496	24,533	118	0,07	0,00	0,00	0,66	12,00	39,00	8,40	0,66
10	Хлеб дарницкий	(2)	60	3,346	0,620	26,959	127	0,07	0,00	0,00	0,54	13,80	63,60	15,00	1,86
	<b>Итого:</b>			<b>33,233</b>	<b>29,277</b>	<b>132,679</b>	<b>927</b>	<b>0,68</b>	<b>46,23</b>	<b>55,20</b>	<b>4,86</b>	<b>152,69</b>	<b>651,95</b>	<b>260,01</b>	<b>13,26</b>
	<b>Итого за день:</b>			<b>59,314</b>	<b>49,608</b>	<b>197,948</b>	<b>1476</b>	<b>1,11</b>	<b>97,24</b>	<b>136,46</b>	<b>8,49</b>	<b>313,79</b>	<b>1081,59</b>	<b>364,63</b>	<b>19,79</b>



