

2-й день ЗАВТРАК															
1	63	Щи из свежей капусты с картофелем на костном бульоне	250	1,36	6,28	3,26	99,2	0,07	12,04	0,21	2,39	45,98	58,10	23,5	0,83
3	IP	Сметана	10	1,11	6,18	4,62	78,56	0,09	20,30		3,37	17,21	32,12	17,62	0,83
4	283	Компот из плодов или ягод сушёных	200	0,33	-	22,66	91,98		0,16			9,41	6,16	5,04	1,28
5		Пряник	50	2,2	1,45	38,55	166,5	0,08							
6		Хлеб йодирован.	60	4,1	0,5	28,0	143,0								
		ИТОГО:	570	9,1	14,41	97,09	579,24	0,24	32,5	0,21	5,76	72,6	96,38	46,16	2,94
3-й день ЗАВТРАК															
1	211	Плов из отварной птицы	210	37,2	45,33	41,05	471,25	0,17	2,1	1,16	1,66	54,10	396,06	96,06	3,58
2	299	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64					3,45	2,00	1,5	0,25
3		Конфета	50	4,9	30,2	0,06	104,11								
4		Хлеб йодированный	60	4,1	0,5	28,0	143,0								
		ИТОГО:	520	46,32	76,03	81,51	624,0	0,17	2,1	1,16	1,66	57,55	398,06	97,56	3,83
4-й день ЗАВТРАК															
1	164	Рыба припущенная	75	13,57	11,67	3,49	173,75	0,25	0,4	0,04	5,08	52,64	326,46	58,61	2,58

2	223	Каша ячневая рассыпчатая	120	5,28	3,62	30,00	175,87	0,16	-	0,02	0,32	10,00	109,58	65,57	2,2
3	299	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64					3,45	2,00	1,5	0,25
4		Печенье	50	2,2	1,45	38,55	66,5	0,08							
5		Хлеб йодированный	60	4,1	0,5	28,0	143,0								
		ИТОГО	505	22,12	17,66	97,61	607,76	607,76	3,99	0,07	5,2	146,09	387,16	78,66	3,5
		5-й день ЗАВТРАК													
1	241	Картофельное пюре	150	2,13	4,04	15,53	106,97	0,09	3,59	0,03	0,03	26,64	58,7	18,55	0,67
2	300	Капуста тушёная	100	35,4	15,9	124,5	150,89	8,6	30	1,2	25	1,4			
3	299	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64					3,45	2,00	1,5	0,25
5		пряник	30	2,2	1,45	38,55	166,5	0,06	0,2		0,38	17	11	0,4	
6		Хлеб йодированный	30	2,67	1,98	10,68	71,22								
		ИТОГО:	510	42,52	23,37	201,3	544,22	8,75	33,79	0,05	0,48	232,53	197,5	35,16	0,61
		6-й день ЗАВТРАК													
1	219	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,28	3,62	30	175,87	0,16		0,02	0,32	10	109,58	65,57	2,2
2	265	Соус томатный	20	0,54	3,67	5,24	56,15	0,02	1,95	0,02	0,13	5,15	16,3	0,83	0,38
3	212	Мясо птицы отварное	70	0,94	10,1	7,97	202,68	18,27	18,22	0,05	0,65	13,12	136,42	21,07	2,15
4	299	Чай с сахаром	200	0,12	0	12,04	48,64					3,45	2,00	1,5	0,25
5		Фрукты(груша)	100	0,4	0,4	10,3	46	0,06		10	1,2	28	8	0,5	

