

День 3							
Завтрак	Суп молочной с макаронными изделиями	200	7	7	21	136	160
	Кисель из повидла	200	0	0	22	117	647
	Хлеб пшеничный	60	5	1	25	127	ТН
	Сыр (порционный)	10	2	3	0	36	97
	Итого за завтрак	470	14	11	68	416	
Обед							
	Суп-лапша домашняя	200	8	8	9	116	148
	Котлеты (полуфабрикат) с соусом № 587	100	9	11	7	157	451
	Рис отварной	150	4	6	37	221	511
	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0	31	128	639
	Хлеб «Лесной»	50	4	0	19	94	ТН
	Итого за обед	700	26	25	104	716	
	<i>Итого за день</i>	1200	40	40	195	1263	

День 4							
Завтрак	Каша вязкая ячневая	150	5	17	31	210	302
	Какао с молоком	200	5	5	28	190	693
	Кисломолочный продукт (йогурт)	100	3	3	4	34	328
	Бутерброд с сыром	50	5	8	15	154	3
	Итого за завтрак	500	18	22	78	588	
Обед	Суп крестьянский с крупой (геркулес)	250	10	5	26	204	134
	Рагу из птицы	200	13	19	15	278	489
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1	0	32	131	638
	Хлеб «лесной»	50	4	0	19	94	ТТН
	Итого за обед	700	26	24	92	708	
	Итого за день	1200	45	46	170	1296	

День 5							
Завтрак	Каша вязкая пшениная	200	9	12	44	316	302
	Чай с молоком	200	2	2	18	94	378
	Хлеб пшеничный	60	5	1	25	127	ТТН
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0	0	10	44	70
	Итого за завтрак	560	16	15	96	537	
Обед	Икра свекольная	100	3	5	6	83	10
	Щи из свежей капусты	200	5	8	9	140	124
	Шницель натуральный рубленый (из полуфабриката) с соусом №587	90	9	10	9	165	267
	Картофель в молоке	150	4	6	35	214	127
	Чай с лимоном	200	0	0	21	83	686
	Хлеб «Лесной»	50	4	0	19	94	ТТН
	Итого за обед	790	25	29	101	779	
	<i>Итого за день</i>	<i>1310</i>	<i>39</i>	<i>39</i>	<i>196</i>	<i>1303</i>	
	<i>Среднее значение за 5 дней</i>	<i>1234</i>	<i>42</i>	<i>42</i>	<i>184</i>	<i>1295</i>	

Неделя 2							
День 6							
Завтрак	Каша манная жидкая	200	7	11	32	244	311
	Кофейный напиток с молоком	200	2	2	22	111	692
	Хлеб пшеничный	60	5	1	25	127	ТТН
	Яйцо вареное	40	5	5	0	63	337
	Итого за завтрак	500	18	18	79	545	
Обед	Суп картофельный с горохом	250	14	12	27	225	139
	Плов из говядины	200	9	11	43	347	443
	Компот из смеси сухофруктов	200	1	0	31	128	639
	Хлеб «Лесной»	50	4	0	19	94	ТТН
	Итого за обед	700	27	23	121	794	
	<i>Итого за день</i>	<i>1200</i>	<i>45</i>	<i>40</i>	<i>200</i>	<i>1338</i>	

День 7							
Завтрак	Каша вязкая пшеничная	150	8	11	28	253	302
	Кисель из повидла	200	0	0	29	117	647
	Хлеб пшеничный	50	4	1	21	106	ТНН
	Масло сливочное (порциями)	10	0	7	0	66	96
	Фрукты свежие (апельсин)	100	1	0	8	40	70
	Итого за завтрак	510	14	19	87	582	
Обед	Суп рыбный с крупой	200	6	3	24	172	181
	Гуляш из говядины	100	13	14	18	217	437
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9	9	36	244	508
	Компот из свежих яблок	200	0	0	14	57	631
	Хлеб «Лесной»	50	4	0	19	94	ТНН
	Итого за обед	700	31	26	112	783	
	Итого за день	1210	44	45	198	1366	

День 8							
Завтрак	Каша вязкая рисовая	150	4	8	29	295	302
	Чай с сахаром	200	1	0	15	65	685
	Хлеб пшеничный	60	5	1	25	127	ТТН
	Фрукты свежие (банан)	100	2	0	16	93	70
	Итого за завтрак	510	12	9	86	580	
Обед							
	Борщ из свежей капусты и картофеля	200	4	5	11	107	110
	Горбуша паровая с соусом № 587	100	15	15	12	200	377
	Макароны отварные	150	5	5	37	219	332
	Компот из апельсинов	200	0	0	21	84	636
	Хлеб «Лесной»	50	4	0	19	94	ТТН
	Итого за обед	700	27	25	100	704	
	Итого за день	1210	39	34	185	1284	

День 9							
Завтрак	Каша вязкая пшённая	200	8	12	44	200	302
	Какао с молоком	200	5	5	28	190	693
	Хлеб пшеничный	60	5	1	25	127	ТТН
	Плоды свежие (мандарин)	100	1	0	8	40	70
	Итого за завтрак	560	19	18	105	557	
Обед	Икра свекольная	100	1	5	10	83	10
	Суп картофельный с крупой	200	8	4	12	170	139
	Котлеты (полуфабрикат) с соусом № 587	90	8	11	20	157	451
	Картофель в молоке	150	4	6	31	135	127
	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1	0	27	110	638
	Хлеб «Лесной»	50	4	0	1	94	ТТН
	Итого за обед	790	26	26	101	744	
	Итого за день	1350	45	44	206	1301	

День 10							
Завтрак	Каша вязкая гречневая	200	5	7	13	201	302
	Чай с молоком	200	19	15	43	150	378
	Кисломолочный продукт (йогурт)	100	1	0	31	127	328
	Бутерброд с сыром	50	4	0	19	94	3
	Итого за завтрак	550	18	25	78	572	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	5	7	13	201	140
	Плов из птицы	200	19	15	43	350	492
	Компот из сухофруктов	200	1	0	31	128	638
	Хлеб «Лесной»	50	4	0	19	94	ГТН
	Итого за обед	700	28	22	107	773	
	<i>Итого за день</i>	<i>1250</i>	<i>46</i>	<i>47</i>	<i>185</i>	<i>1345</i>	
	<i>Среднее значение за 5 дней</i>	<i>1236</i>	<i>44</i>	<i>41</i>	<i>196</i>	<i>1345</i>	
	<i>Среднее значение за 10 дней</i>	<i>1235</i>	<i>43</i>	<i>42</i>	<i>190</i>	<i>1312</i>	