



	День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	ЭЦ,ккал
	Понедельника	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
		Картофельное пюре №377	100	2,7	4	5,8	70
		Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
		Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
		Итого	500	14,52	17,6	75,84	519,84
		Вторник	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85
	Чай с молоком или сливками №378		200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный		50	3,94	0,5	24,14	116,82
	Яблоко №338		80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого		500	11,59	11,06	95,69	528,66
	Среда		Омлет с сыром №275	80	9,3	12,4	1,5
		Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
		Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
		Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
		Итого	430	15,34	21,7	52,07	465,14
		Четверг	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45
	Чай с молоком или сливками №378		200	1,52	1,35	15,9	81,83
	Хлеб пшеничный		70	5,52	0,7	33,8	163,58
	Сосиски "Особые халяль"		50	4,75	6,75	1,37	85,23
	Яблоко №338		80	1,2	0,4	16,8	75,6
	Итого		500	15,42	12,07	92,32	539,59

	пятница	Рыба припущенная №296	75	13	0,5	0,8	59,7
		Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96
		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
		Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
		Итого	485	22,58	16,55	49,67	437,95
	Понедельник	Рыба припущенная №296	75	13	0,5	0,8	59,7
		Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78
		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
		Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
		Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
		Итого	495	23,68	19,58	86,83	618,26
	Вторник	Сум молочный с макаронными изделиями №120	200	15,8	5,3	17,9	182,5
		Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83
		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
		Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
		Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3
		Итого	600	26,74	22,45	102,67	719,69
	Среда	Мюсли с молоком №179	135	15,9	7,7	15	194
		Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
		Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
		Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
		Итого	485	21,94	17	65,57	504,14
	четверг	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5
		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82
		Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
		Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02
		Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
		Итого	500	17,55	17,66	95,8	612,34

	пятница	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	70
		Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88
		Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09
		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64
		Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4
		Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6
		Итого	490	14,32	25,37	93,68	594,61