

96/17	Рассольник "Ленинградский" с курицей отварной	250/20	2,55	6,08	17,30	133,96	0,11	16,79		2,04	25,90	68,13	23,75	0,99
182/06	Ёжики в соусе	60/50	9,18	10,38	9,92	169,82	0,05	1,22		2,67	9,8	16,87	4,54	1,39
309/17	Макаронные изделия отварные	200	5,34	5,18	37	215,9	0,1		25,2	0,98	13,46	54,84	9,85	0,03
394/16	Компот из смеси сухофруктов, витамин С	200	0,46		11	45,81	0,01	0,65			19,23			0,72
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	0,04				8	26	5,6	0,44
ДЕНЬ 2. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			36,16	47,51	215,00	1432,28	0,53	40,12	32,00	10,00	356,05	311,26	128,22	6,16
	<i>ЗАВТРАК</i>		16,83	23,06	113,20	727,73	0,16	4,06	32,00	3,26	253,69	62,37	12,11	1,32
15/17	Сыр (порциями)	10	2,6	2,65	0,35	35,65		0,28			100,5			0,09
181/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/5	6,36	8,62	33,00	235,05	0,08	1,38	32,00	0,55	138,84	29,15	5,66	0,48
412/16	Чай с лимоном	200/7	0,06		15,76	63,27		2,4		0,01	2,87	1,32	0,72	0,08
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
424/17	Булочка домашняя	100	6,29	11,63	54,25	346,88	0,06			2,7	7,48	31,9	5,73	0,45
	<i>ОБЕД</i>		19,33	24,45	101,80	704,55	0,37	36,06	0,00	6,74	102,36	248,89	116,11	4,84
62/17	Морковь тертая с сахаром	100	1,25	0,1	11,63	52,4	0,08	6,42			34,85	70,58	48,77	0,92
99/17	Суп из овощей со сметаной	250/5	2,14	5,97	11,48	108,13	0,10	21,34		2,00	30,80	51,54	21,58	0,80
291/17	Плов из птицы (грудка филе)	200	14,7	18,14	38	374,06	0,15	6,78		4,74	27,34	100,11	37,14	2,06
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного, витамин С	200	0,02		32,71	131,00	0,01	1,52			3,57	0,66	0,22	0,34
	Хлеб ржаной	50	1,22	0,24	7,98	38,96	0,03				5,80	26,00	8,40	0,72
ДЕНЬ 3. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			36,13	48,26	237,44	1556,07	0,67	29,63	89,08	6,99	262,73	429,05	181,78	9,45
	<i>ЗАВТРАК</i>		16,37	17,15	130,18	767,92	0,23	1,02	68,08	2,46	164,12	179,75	27,69	2,97
14/17	Масло (порциями)	10	0,07	3,08	0,17	56,55			40	0,1	2,9	3,5	0,1	0,03
209/17	Яйцо варёное	1 шт/40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03				22			1
174/17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	200/5	2,40	2,91	36,69	182,55	0,06	0,98	20,00	0,55	117,99	114,94	16,55	0,70
411/16	Чай с сахаром	200			15,6	62,2					0,52			0,04
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
ТТК 53	Булочка "Выборгская"	100	7,30	6,40	67,60	356,90	0,12	0,04	8,08	1,81	16,71	61,31	11,04	0,98
	<i>ОБЕД</i>		19,76	31,11	107,26	788,15	0,44	28,61	21,00	4,53	98,61	249,30	154,09	6,48
25/04	Салат "Степной" (картофель, морковь, горошек, огурцы сол, лук репч,масло раст.)	100	3,37	10,52	22,62	198,62								

82/17	Борщ с капустой и картофелем с курицей отварной	250/25	2,31	5,90	15,05	122,55	0,07	19,32		1,95	42,23	31,76	13,48	1,14
295/17	Биточек куриный с соусом	60/40	6,93	8,53	9,95	144,29	0,04	0,29		1,98	31,18	9,19	1,96	0,34
303/17	Каша гречневая вязкая	180	5,49	6	24,63	174,6	0,3		21	0,6	15,38	208,35	138,65	4,66
1008/13	Напиток апельсиновый	200	0,14		25,17	101,21	0,01	9,00			5,82			0,12
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
ДЕНЬ 4. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			26,28	32,19	171,53	1081,02	0,53	86,02	45,20	5,31	328,10	198,31	73,05	10,21
	<i>ЗАВТРАК</i>		6,80	5,59	90,00	437,51	0,17	17,63	20,00	0,05	188,67	1,75	0,05	4,82
99/06	Каша кукурузная молочная (жидкая) с маслом	200/5	2,93	3,79	47,61	236,27	0,07	0,98	20,00	0,05	97,56	1,75	0,05	0,92
378/17	Чай молоком	200	1,45	1,60	17,35	89,60	0,02	0,65			60,51			0,10
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	0,03				5,00			0,28
	Фрукт свежий (яблоко)	170	0,52		12,74	53,04	0,05	16,00			25,6			3,52
	<i>ОБЕД</i>		19,48	26,60	81,53	643,51	0,36	68,39	25,20	5,26	139,43	196,56	73,00	5,39
45/17	Салат из белокочанной капусты	100	1,73	5,1	9,85	92,2	0,02	32,35			36,36	26,49	14,4	0,5
113/17	Суп-лапша домашняя	250	2,85	5,03	14,76	115,68	0,05	1,50		1,91	13,87	27,46	8,19	0,51
278/17	Тефтели 1-й вариант	60/50	9,29	10,89	11,52	181,29	0,06	2,82		3,14	14,58	25,31	6,62	1,51
312/17	Пюре картофельное	180	3,93	5,34	26,42	169,57	0,19	31,07	25,2	0,21	49,59	91,3	35,39	1,43
394/16	Компот из смеси сухофруктов, витамин С	200	0,46		11	45,81	0,01	0,65			19,23			0,72
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	0,03				5,80	26,00	8,40	0,72
ДЕНЬ 5. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			35,13	50,18	235,35	1560,91	0,68	65,11	187,40	13,02	313,30	534,02	157,15	6,62
	<i>ЗАВТРАК</i>		15,53	26,51	114,74	787,09	0,32	3,78	68,00	6,36	173,73	171,42	52,09	2,51
14/17	Масло (порциями)	10	0,07	3,08	0,17	56,55			40	0,1	2,9	3,5	0,1	0,03
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом	200/5	6,95	8,39	30,22	224,16	0,18	1,38	20,00	0,55	148,63	103,43	40,04	1,30
412/16	Чай с лимоном	200/7	0,06		15,76	63,27		2,4		0,01	2,87	1,32	0,72	0,08
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
425/17	Булочка дорожная	100	6,93	14,88	58,75	396,23	0,12		8	5,7	15,33	63,17	11,23	0,88
	<i>ОБЕД</i>		19,60	23,67	120,61	773,82	0,36	61,33	119,40	6,66	139,57	362,60	105,06	4,11
70/17	Овощи натуральные солёные (огурцы)	100	0,6	0,2	4,2	21	0,07	25			8,4			0,54
88/17	Щи из свежей капусты с картофелем с курицей отварной	250/15	2,07	5,90	9,23	98,24	0,08	30,30		1,99	41,80	44,28	20,10	0,76

235/17	Шницель натуральный рыбный с соусом (минтай)	90/20	10,03	11,62	8,24	177,66	0,1	6,03	92,4	4,22	52,89	193,68	44,45	1,01
334/16	Рис отварной с овощами	180	4,64	5,63	48,08	261,59	0,04		27	0,29	6,28	83,36	27,07	0,56
348/17	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм), витамин С	200	0,74	0,16	41,02	168,45	0,05			0,16	26,20	41,28	13,44	1,02
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
ДЕНЬ 6. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			35,58	48,00	186,66	1320,57	0,48	43,95	65,20	5,33	287,91	266,35	77,63	7,94
	<i>ЗАВТРАК</i>		12,00	17,00	66,53	466,89	0,18	17,23	40,00	0,22	230,28	71,29	23,64	4,66
15/17	Сыр (порциями)	10	2,6	2,65	0,35	35,65		0,28			100,5			0,09
93/17	Каша "Дружба" с маслом	200/5	7,36	14,19	28,00	269,12	0,11	0,95	40,00	0,22	99,66	71,29	23,64	0,79
411/16	Чай с сахаром	200			15,6	62,2					0,52			0,04
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
	Фрукт свежий (яблоко)	160	0,52		12,74	53,04	0,05	16,00			25,6			3,52
	<i>ОБЕД</i>		23,58	31,00	120,13	853,68	0,30	26,72	25,20	5,11	57,63	195,06	53,99	3,28
25/04	Салат "Степной" (картофель, морковь, горошек, огурцы сол, лук репч,масло раст.)	100	3,37	10,52	22,62	198,62								
63/06	Суп картофельный с крупой,с сайрой	250	4,33	4,68	17,44	129,17	0,11	16,50		1,46	22,75	97,35	31,20	1,02
182/06	Ёжики в соусе	60/50	9,18	10,38	9,92	169,82	0,05	1,22		2,67	9,8	16,87	4,54	1,39
309/17	Макаронные изделия отварные	200	5,34	5,18	37	215,9	0,1		25,2	0,98	13,46	54,84	9,85	0,03
1008/13	Напиток апельсиновый	200	0,14		25,17	101,21	0,01	9,00			5,82			0,12
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	0,03				5,80	26,00	8,40	0,72
ДЕНЬ 7. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			37,55	33,29	236,82	1397,16	0,85	47,06	53,00	6,03	371,51	449,54	237,23	13,34
	<i>ЗАВТРАК</i>		18,72	12,29	123,35	678,97	0,25	19,01	32,00	1,29	227,10	68,60	12,83	5,27
410/17	Ватрушка с творогом	75	9,92	3,47	32,60	201,28	0,08	0,11		0,74	54,09	38,79	6,95	0,65
181/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/5	6,36	8,62	33,00	235,05	0,08	1,38	32,00	0,55	138,84	29,15	5,66	0,48
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного, витамин С	200	0,02		32,71	131,00	0,01	1,52			3,57	0,66	0,22	0,34
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	0,03				5,00			0,28
	Фрукт свежий (яблоко)	170	0,52		12,74	53,04	0,05	16,00			25,6			3,52
	<i>ОБЕД</i>		18,83	21,00	113,47	718,19	0,60	28,05	21,00	4,74	144,41	380,94	224,40	8,07
62/17	Морковь тертая с сахаром	100	1,25	0,1	11,63	52,4	0,08	6,42			34,85	70,58	48,77	0,92
99/17	Суп из овощей со сметаной	250/5	2,14	5,97	11,48	108,13	0,10	21,34		2,00	30,80	51,54	21,58	0,80

295/17	Биточек куриный с соусом	60/40	6,93	8,53	9,95	144,29	0,04	0,29		1,98	31,18	9,19	1,96	0,34
303/17	Каша гречневая вязкая	180	5,49	6	24,63	174,6	0,3		21	0,6	15,38	208,35	138,65	4,66
348/17	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм), витамин С	200	0,74	0,16	41,02	168,45	0,05			0,16	26,20	41,28	13,44	1,02
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6,00			0,33
ДЕНЬ 8. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			28,00	25,00	152,00	943,00		251,00		6,00	282,0	172,0	67,0	6,00
	<i>ЗАВТРАК</i>		12,13	15,06	142,22	794,21	0,20	1,02	68,08	2,46	142,12	179,75	27,69	1,97
14/17	Масло (порциями)	15	0,11	4,62	0,26	84,83			40	0,1	2,9	3,5	0,1	0,03
174/17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	200/5	3,20	3,88	48,92	243,40	0,06	0,98	20,00	0,55	117,99	114,94	16,55	0,70
411/16	Чай с сахаром	200			15,6	62,2					0,52			0,04
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
ТТК 53	Булочка "Выборгская"	100	7,30	6,40	67,60	356,90	0,12	0,04	8,08	1,81	16,71	61,31	11,04	0,98
	<i>ОБЕД</i>		18,00	28,27	75,39	627,76	0,29	112,93	0,00	4,04	161,96	175,11	71,23	5,97
1/06	Винерет с зеленым горошком (без капусты)	100	1,25	10,13	7,34	125,50								
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,87	2,96	20,79	121,24	0,13	16,50		1,39	15,20	63,45	24,05	0,83
271/17	Котлеты домашние с соусом	60/40	7,93	8,39	10,28	148,33	0,08	0,6		2,65	17,6	13,35	2,94	2,26
321/17	Капуста тушёная	180	4,27	6,55	18	147,92	0,04	95,18			104,13	72,31	35,84	1,44
394/16	Компот из смеси сухофруктов, витамин С	200	0,46		11,00	45,81	0,01	0,65			19,23			0,72
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	0,03				5,80	26,00	8,40	0,72
ДЕНЬ 9. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			30,00	26,00	145,00	931,00	1,00	39,00	507,00	6,00	326,0	267,0	74,0	9,00
	<i>ЗАВТРАК</i>		8,23	10,44	71,80	441,93	0,26	19,78	60,00	0,66	185,74	7,69	40,86	5,21
14/17	Масло (порциями)	10	0,07	3,08	0,17	56,55			40	0,1	2,9	3,5	0,1	0,03
311/04	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом	200/5	5,68	7,16	30,83	210,47	0,18	1,38	20,00	0,55	149,37	2,87	40,04	1,30
412/16	Чай с лимоном	200/7	0,06		15,76	63,27		2,4		0,01	2,87	1,32	0,72	0,08
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	0,03				5,00			0,28
	Фрукт свежий (яблоко)	170	0,52		12,74	53,04	0,05	16,00			25,6			3,52
	<i>ОБЕД</i>		19,39	23,11	96,06	669,80	0,51	75,74	31,21	6,89	93,56	325,32	38,88	7,59
70/17	Овощи натуральные солёные (огурцы)	100	0,6	0,2	4,2	21	0,07	25			8,4			0,54
35/06	Свекольник	250	2,41	6,76	16,34	135,88	0,08	16,98		2,30	43,20	36,92	15,23	1,50

255/17	Печень по-строгановски	50/50	9,91	11,32	7,25	170,52	0,23	24,76	6,01	3,61	18,68	233,56	13,8	5,18
309/17	Макаронные изделия отварные	180	4,81	4,67	33,26	194,31	0,1		25,2	0,98	13,46	54,84	9,85	0,03
1008/13	Напиток апельсиновый	200	0,14		25,17	101,21	0,01	9,00			5,82			0,12
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
ДЕНЬ 10. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			43,97	51,37	220,58	1537,72	0,73	51,32	145,40	8,70	490,27	419,51	105,80	7,66
	<i>ЗАВТРАК</i>		20,58	19,91	121,08	742,51	0,20	2,31	32,00	1,92	314,75	70,61	13,21	1,57
15/17	Сыр (порциями)	13	3,38	3,45	0,46	43,35		0,28			100,5			0,09
181/17	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/5	6,36	8,62	33,00	235,05	0,08	1,38	32,00	0,55	138,84	29,15	5,66	0,48
378/17	Чай молоком	200	1,45	1,60	17,35	89,60	0,02	0,65			60,51			0,10
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
421/17	Булочка обыкновенная	100	7,87	6,08	60,43	327,63	0,08			1,37	10,90	41,46	7,55	0,68
	<i>ОБЕД</i>		23,39	31,46	99,50	795,21	0,53	49,01	113,40	6,78	175,52	348,90	92,59	6,09
52/17	Салат из свеклы	100	1,33	10,07	10,77	139,08								
102/17	Суп картофельный с бобовыми	250	5,47	4,83	19,06	141,55	0,18	11,50		1,96	40,80	40,38	16,70	1,78
235/17	Шницель натуральный рыбный с соусом (минтай)	90/20	10,03	11,62	8,24	177,66	0,1	6,03	92,4	4,22	52,89	193,68	44,45	1,01
310/17	Картофель отварной	180	3,42	4,59	29,45	173,86	0,18	30	21	0,6	16,53	88,84	23,04	1,37
394/16	Компот из кураги, витамин С	200	1,92	0,11	24	124,1	0,04	1,48			59,5			1,21
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	0,03				5,80	26,00	8,40	0,72
ДЕНЬ 11. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			40,01	40,58	164,46	1182,42	0,88	39,42	40,00	4,90	275,78	329,85	110,51	12,01
	<i>ЗАВТРАК</i>		7,33	10,86	67,48	396,63	0,12	17,03	20,00	0,14	131,11	36,25	11,55	4,14
182/17	Каша молочная рисовая (жидкая) с маслом	200/5	5,29	10,70	29,30	234,51	0,05	1,03	20,00	0,14	100,99	36,25	11,55	0,36
411/16	Чай с сахаром	200			15,6	62,2					0,52			0,04
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
	Фрукт свежий (яблоко)	170	0,52		12,74	53,04	0,05	16,00			25,6			3,52
	<i>ОБЕД</i>		32,68	29,72	96,98	785,79	0,76	22,39	20,00	4,76	144,67	293,60	98,96	7,87
25/04	Салат "Степной" (картофель, морковь, горошек, огурцы сол, лук репч,масло раст.)	100	3,37	10,52	22,62	198,62								
99/17	Суп из овощей с курицей отварной	250/10	2,14	5,97	11,48	108,13	0,10	21,34		2,00	30,80	51,54	21,58	0,80
280/17	Фрикадельки в соусе (фарш "Новый")	55/50	8,79	8,85	7,80	145,92	0,05	0,40		2,21	7,54	6,72	1,36	1,28

306/17	Пюре гороховое	180	16,40	4,22	34,24	240,43	0,58		20,00	0,55	83,10	235,34	76,02	4,85
394/16	Компот из смеси сухофруктов, витамин С	200	0,46		11,00	45,81	0,01	0,65			19,23			0,72
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
ДЕНЬ 12. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			34,89	38,64	228,93	1432,32	1,29	59,61	93,28	7,64	325,66	486,76	190,58	9,29
	<i>ЗАВТРАК</i>		16,66	18,11	128,51	771,20	0,33	3,82	68,08	2,47	177,11	169,56	51,90	2,72
14/17	Масло (порциями)	10	0,07	3,08	0,17	56,55			40	0,1	2,9	3,5	0,1	0,03
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом	200/5	6,95	8,39	30,22	224,16	0,18	1,38	20,00	0,55	148,63	103,43	40,04	1,30
412/16	Чай с лимоном	200/7	0,06		15,76	63,27		2,4		0,01	2,87	1,32	0,72	0,08
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6,00			0,33
ТТК 53	Булочка "Выборгская"	100	7,30	6,40	67,60	356,90	0,12	0,04	8,08	1,81	16,71	61,31	11,04	0,98
	<i>ОБЕД</i>		18,23	20,53	100,42	661,12	0,96	55,79	25,20	5,17	148,55	317,20	138,68	6,57
62/17	Морковь тертая с сахаром	100	1,25	0,1	11,63	52,4	0,08	6,42			34,85	70,58	48,77	0,92
98/17	Суп крестьянский с крупой со сметаной	250/5	1,48	4,92	6,09	76,25	0,13	16,52		1,26	19,05	66,50	26,60	0,98
260/17	Гуляш	50/50	9	9,65	3,29	136,01	0,46	1,78		3,54	10,16	8,54	1,88	1,14
312/17	Пюре картофельное	180	3,93	5,34	26,42	169,57	0,19	31,07	25,2	0,21	49,59	91,3	35,39	1,43
348/17	Компот из плодов или ягод сушеных (изюм), витамин С	200	0,74	0,16	41,02	168,45	0,05			0,16	26,20	41,28	13,44	1,02
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44	0,05				8,70	39,00	12,60	1,08
ДЕНЬ 13. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			42,48	56,66	222,02	1568,99	0,44	51,01	0,00	9,47	257,93	232,46	80,96	5,76
	<i>ЗАВТРАК</i>		21,16	28,19	121,94	827,24	0,18	1,38	0,00	2,82	169,54	78,40	21,23	2,29
209/17	Яйцо варёное	1 шт/40	5,08	4,6	0,28	62,84	0,03				22			1
182/17	Каша молочная пшённая (жидкая) с маслом	200/5	7,51	11,72	37,05	285,00	0,06	1,38		0,12	133,54	46,50	15,50	0,47
411/16	Чай с сахаром	200			15,6	62,2					0,52			0,04
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6,00			0,33
424/17	Булочка домашняя	100	6,29	11,63	54,25	346,88	0,06			2,7	7,48	31,9	5,73	0,45
	<i>ОБЕД</i>		21,32	28,47	100,08	741,75	0,26	49,63	0,00	6,65	88,39	154,06	59,73	3,47
45/17	Салат из белокочанной капусты	100	1,73	5,1	9,85	92,2	0,02	32,35			36,36	26,49	14,4	0,5
113/17	Суп-лапша домашняя с курицей отварной	250/25	2,85	5,03	14,76	115,68	0,05	1,50		1,91	13,87	27,46	8,19	0,51
291/17	Плов из птицы (грудка филе)	200	14,7	18,14	38	374,06	0,15	6,78		4,74	27,34	100,11	37,14	2,06
1008/13	Напиток апельсиновый	200	0,14		25,17	101,21	0,01	9,00			5,82			0,12

	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	0,03				5,00			0,28
ДЕНЬ 14. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ			23,00	31,00	167,00	1040,00	1,00	28,00	40,00	4,00	243,0	307,0	71,0	4,00
	<i>ЗАВТРАК</i>		10,59	9,62	89,38	482,92	0,15	17,95	20,00	0,55	324,10	114,94	16,55	4,64
15/17	Сыр (порциями)	15	3,9	3,98	0,53	50		0,32			116			0,1
174/17	Каша ячневая молочная вязкая с маслом	200/5	3,20	3,88	48,92	243,40	0,06	0,98	20,00	0,55	117,99	114,94	16,55	0,70
378/17	Чай молоком	200	1,45	1,60	17,35	89,60	0,02	0,65			60,51			0,10
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
	Фрукт свежий (яблоко)	170	0,52		12,74	53,04	0,05	16,00			25,6			3,52
	<i>ОБЕД</i>		22,45	33,26	103,08	#ЗНАЧ!	0,45	22,06	21,00	5,22	74,98	257,64	156,89	7,75
612/04	Маринад овощной с томатом	100	1,8	10,2	10	142								
82/17	Борщ с капустой и картофелем	250	2,31	5,90	15,05	122,55	0,07	19,32		1,95	42,23	31,76	13,48	1,14
182/06	Ёжики в соусе	60/50	9,18	10,38	9,92	169,82	0,05	1,22		2,67	9,8	16,87	4,54	1,39
302/17	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,62	6,62	25,56	192,34	0,3		21	0,6	15,38	208,35	138,65	4,66
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного, витамин С	200	0,02		32,71	131,00	0,01	1,52			3,57	0,66	0,22	0,34
	Хлеб ржаной	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
ДЕНЬ 15. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ			33,35	47,42	227,34	1498,16	0,66	51,74	89,08	7,35	291,59	203,95	92,13	6,85
	<i>ЗАВТРАК</i>		14,63	16,80	124,20	734,07	0,32	3,82	68,08	2,47	175,85	69,00	51,90	2,61
14/17	Масло (порциями)	10	0,07	3,08	0,17	56,55			40	0,1	2,9	3,5	0,1	0,03
311/04	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом	200/5	5,68	7,16	30,83	210,47	0,18	1,38	20,00	0,55	149,37	2,87	40,04	1,30
412/16	Чай с лимоном	200/7	0,06		15,76	63,27		2,4		0,01	2,87	1,32	0,72	0,08
	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
ТТК 53	Булочка "Выборгская"	100	7,30	6,40	67,60	356,90	0,12	0,04	8,08	1,81	16,71	61,31	11,04	0,98
	<i>ОБЕД</i>		18,72	30,62	103,14	764,09	0,34	47,92	21,00	4,88	115,74	134,95	40,23	4,24
25/04	Салат "Степной" (картофель, морковь, горошек, огурцы сол, лук репч,масло раст.)	100	3,37	10,52	22,62	198,62								
35/06	Свекольник	250	2,41	6,76	16,34	135,88	0,08	16,98		2,30	43,20	36,92	15,23	1,50
295/17	Биточек куриный с соусом	60/40	6,93	8,53	9,95	144,29	0,04	0,29		1,98	31,18	9,19	1,96	0,34
310/17	Картофель отварной	180	3,42	4,59	29,45	173,86	0,18	30	21	0,6	16,53	88,84	23,04	1,37
394/16	Компот из смеси сухофруктов, витамин С	200	0,46		11,00	45,81	0,01	0,65			19,23			0,72
	Хлеб пшеничный	28	2,13	0,22	13,78	65,63	0,03				5,60			0,31

ДЕНЬ 16. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ			41,00	29,00	141,00	990,00	1,00	23,00	52,00	5,00	272,0	335,0	107,0	9,00
	<i>ЗАВТРАК</i>		8,99	8,55	68,40	386,28	0,25	17,38	20,00	0,55	178,75	103,43	40,04	5,08
182/17	Каша молочная геркулесовая (жидкая) с маслом	200/5	6,95	8,39	30,22	224,16	0,18	1,38	20,00	0,55	148,63	103,43	40,04	1,30
411/16	Чай с сахаром	200			15,6	62,2					0,52			0,04
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
	Фрукт свежий (яблоко)	130	0,52		12,74	53,04	0,05	16,00			25,6			3,52
<i>ОБЕД</i>			21,92	19,82	112,13	714,39	0,30	45,72	16,80	3,79	103,15	223,40	104,31	4,94
62/17	Морковь тертая с сахаром	100	1,25	0,1	11,63	52,4	0,08	6,42			34,85	70,58	48,77	0,92
88/17	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,07	5,90	9,23	98,24	0,08	30,30		1,99	41,80	44,28	20,10	0,76
288/17	Птица отварная (грудка) с соусом	70/30	12,64	9,84	10,08	179,30	0,06			1,54	9,34	0,07		1,87
202/06	Рис припущенный	180	4,60	3,74	48,04	244,28	0,04		16,80	0,26	5,54	82,47	27,04	0,55
1008/13	Напиток апельсиновый	200	0,14		25,17	101,21	0,01	9,00			5,82			0,12
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	38,96	0,03				5,80	26,00	8,40	0,72
ДЕНЬ 17. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ			28,00	30,00	179,00	1097,00		46,00	40,00	7,00	285,0	118,0	36,0	7,00
	<i>ЗАВТРАК</i>		21,92	34,89	119,39	875,27	0,28	1,92	48,00	5,92	297,50	134,46	34,87	2,20
15/17	Сыр (порциями)	15	3,9	3,98	0,53	50		0,32			116			0,1
93/17	Каша "Дружба" с маслом	200/5	7,36	14,19	28,00	269,12	0,11	0,95	40,00	0,22	99,66	71,29	23,64	0,79
378/17	Чай молоком	200	1,45	1,60	17,35	89,60	0,02	0,65			60,51			0,10
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6,00			0,33
425/17	Булочка дорожная	100	6,93	14,88	58,75	396,23	0,12		8	5,7	15,33	63,17	11,23	0,88
<i>ОБЕД</i>			21,60	31,55	101,24	775,39	0,55	74,39	31,21	4,25	92,01	395,67	74,69	8,16
52/17	Салат из свеклы	100	1,33	10,07	10,77	139,08								
96/17	Рассольник "Ленинградский" с курицей отварной	250/10	2,55	6,08	17,30	133,96	0,11	16,79		2,04	25,90	68,13	23,75	0,99
261/17	Печень тушёная в соусе	50/50	12,25	9,9	4,2	154,9	0,22	25,01	6,01	2	8,95	235,58	15,33	5,18
312/17	Пюре картофельное	180	3,93	5,34	26,42	169,57	0,19	31,07	25,2	0,21	49,59	91,3	35,39	1,43
247/06	Кисель из концентрата плодового или ягодного, витамин С	200	0,02		32,71	131,00	0,01	1,52			3,57	0,66	0,22	0,34
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
ДЕНЬ 18. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗАДЕНЬ			40,45	41,61	193,79	1311,03	0,72	32,46	45,20	7,37	328,90	194,69	90,66	10,67
	<i>ЗАВТРАК</i>		17,64	10,79	101,61	573,87	0,33	17,49	20,00	1,29	233,58	41,66	46,99	5,73

410/17	Ватрушка с творогом	75	9,92	3,47	32,60	201,28	0,08	0,11		0,74	54,09	38,79	6,95	0,65
311/04	Каша молочная 5 злаков (жидкая) с маслом	200/5	5,68	7,16	30,83	210,47	0,18	1,38	20,00	0,55	149,37	2,87	40,04	1,30
411/16	Чай с сахаром	200			15,6	62,2					0,52			0,04
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
	Фрукт свежий (яблоко)	130	0,52		12,74	53,04	0,05	16,00			25,6			3,52
	<i>ОБЕД</i>		22,81	30,82	92,18	737,16	0,39	14,97	25,20	6,08	95,32	153,03	43,67	4,94
1/06	Винерет с зеленым горошком (без капусты)	100	1,25	10,13	7,34	125,50								
102/17	Суп картофельный с бобовыми	250	5,47	4,83	19,06	141,55	0,18	11,50		1,96	40,80	40,38	16,70	1,78
278/17	Тефтели 1-й вариант	60/50	9,29	10,89	11,52	181,29	0,06	2,82		3,14	14,58	25,31	6,62	1,51
309/17	Макаронные изделия отварные	180	4,81	4,67	33,26	194,31	0,1		25,2	0,98	13,46	54,84	9,85	0,03
394/16	Компот из смеси сухофруктов, витамин С	200	0,46		11,00	45,81	0,01	0,65			19,23			0,72
	Хлеб ржаной	25	1,53	0,30	10,00	48,70	0,04				7,25	32,50	10,50	0,90
ДЕНЬ 19. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			33,28	43,31	240,97	1514,57	0,55	46,92	60,00	9,60	224,62	260,70	114,09	6,21
	<i>ЗАВТРАК</i>		11,63	18,74	132,55	773,29	0,16	3,38	60,00	2,86	116,81	38,47	6,60	1,81
14/17	Масло (порциями)	10	0,07	3,08	0,17	56,55			40	0,1	2,9	3,5	0,1	0,03
99/06	Каша кукурузная молочная (жидкая) с маслом	200/5	2,93	3,79	47,61	236,27	0,07	0,98	20,00	0,05	97,56	1,75	0,05	0,92
412/16	Чай с лимоном	200/7	0,06		15,76	63,27		2,4		0,01	2,87	1,32	0,72	0,08
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0,03				6,00			0,33
424/17	Булочка домашняя	100	6,29	11,63	54,25	346,88	0,06			2,7	7,48	31,9	5,73	0,45
	<i>ОБЕД</i>		21,65	24,57	108,42	741,28	0,39	43,54	0,00	6,74	107,81	222,23	107,49	4,40
62/17	Морковь тертая с сахаром	100	1,25	0,1	11,63	52,4	0,08	6,42			34,85	70,58	48,77	0,92
99/17	Суп из овощей со сметаной	250/5	2,14	5,97	11,48	108,13	0,10	21,34		2,00	30,80	51,54	21,58	0,80
291/17	Плов из птицы (грудка филе)	200	14,7	18,14	38	374,06	0,15	6,78		4,74	27,34	100,11	37,14	2,06
1008/13	Напиток апельсиновый	200	0,14		25,17	101,21	0,01	9,00			5,82			0,12
	Хлеб пшеничный	45	3,42	0,36	22,14	105,48	0,05				9,00			0,50
ДЕНЬ 20. ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ ЗА ДЕНЬ			27,00	23,00	165,00	977,00	1,00	248,00	130,00	3,00	250,0	381,0	122,0	5,00
	<i>ЗАВТРАК</i>		18,42	22,64	124,84	805,66	0,18	2,03	40,00	1,59	211,85	91,46	23,15	1,50
14/17	Масло (порциями)	10	0,07	3,08	0,17	56,55			40	0,1	2,9	3,5	0,1	0,03
182/17	Каша молочная пшённая (жидкая) с маслом	200/5	7,51	11,72	37,05	285,00	0,06	1,38		0,12	133,54	46,50	15,50	0,47
378/17	Чай молоком	200	1,45	1,60	17,35	89,60	0,02	0,65			60,51			0,10

	Хлеб пшеничный	40	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02				4,00			0,22
421/17	Булочка обыкновенная	100	7,87	6,08	60,43	327,63	0,08			1,37	10,90	41,46	7,55	0,68
	<i>ОБЕД</i>		20,87	23,60	90,97	679,24	0,52	83,14	134,40	3,24	225,09	434,74	136,45	5,58
45/17	Салат из белокочанной капусты	100	1,73	5,1	9,85	92,2	0,02	32,35			36,36	26,49	14,4	0,5
103/17	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,87	2,96	20,79	121,24	0,13	16,50		1,39	15,20	63,45	24,05	0,83
42/05	Рыба, тушенная в сметане (минтай)	75/25	9,20	9,85	1,93	133,17	0,11	1,74	109,20	1,64	58,64	227,50	54,21	0,89
312/17	Пюре картофельное	180	3,93	5,34	26,42	169,57	0,19	31,07	25,2	0,21	49,59	91,3	35,39	1,43
394/16	Компот из кураги, витамин С	200	1,92	0,11	24	124,1	0,04	1,48			59,5			1,21
	Хлеб ржаной	50	1,22	0,24	7,98	38,96	0,03				5,80	26,00	8,40	0,72