



Кисломолочный продукт	200	к\к	к/к	5,8	5	7,2	106								
Пряники с начинкой	50	к\к	к/к	1,2	1	33,3	175								
Груши свежие	180	к/к	к/к	0,8	0	13,2	76								
<b>Итого:</b>				<b>40,7</b>	<b>43,4</b>	<b>170,6</b>	<b>1304,2</b>	<b>88</b>	<b>72</b>	<b>380</b>	<b>4,6</b>	<b>0,24</b>	<b>11</b>	<b>0,55</b>	<b>1,7</b>

**2 День**

**Обед**

Икра морковная	100	2008	56	2,1	7,1	9,5	118	32	33	56	1	0,05	5	1,52	3,9
Борщ с капустой и картофелем (со сметаной и говядиной)	250/10/15	2008	76	4,2	0,5	15,4	42	3	2	10	0,2	0,02	0	0	0,3
Азу из говядины	250	2008	260	19,2	28	25,2	402	32	52	256	3,8	0,2	9	0,01	5,1
Компот из апельсинов	200	2008	399	0,3	0,1	36	141	18	7	12	0,2	0,02	12	0	0,1
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Нектар фруктовый в индивидуальной упаковке	200	к\к	к/к	0	0	18	92								
Бананы свежие	340	к/к	к/к	5,1	0	41	309								
Зефир	60	к/к	к/к	0,3	0	38	192								
<b>Итого:</b>				<b>33,6</b>	<b>36,1</b>	<b>196,4</b>	<b>1366,0</b>	<b>85,0</b>	<b>94,0</b>	<b>334,0</b>	<b>5,2</b>	<b>0,3</b>	<b>26,0</b>	<b>1,5</b>	<b>9,4</b>

**3 День**

**Обед**

Помидор свежий кусочком	60	к/к	к/к	0,4	0	4	14								
Суп картофельный с макаронными изделиями (с курой)	250/40	2008	100	5,1	4,1	25,5	121	23	25	64	1	0,11	8	0,2	0,3
Голубцы ленивые	250	2008	306	21	25,8	18,4	420	95	55	237	5	0,1	37	0	6,5
Компот из чернослива	200	2008	401	0,5	0,2	30,2	124	20	26	20	0,8	0,01	0	0	0,2
Батон обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,8	14,8	80								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Кефир детский в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	5,8	6,4	14,1	150								
Печенье сахарное	70	к/к	к/к	5,3	9,1	45,2	308								
Гематоген в промышленной упаковке	40	к/к	к/к	1,4	1,2	25,4	138								
<b>Итого:</b>				<b>44,3</b>	<b>48</b>	<b>190,9</b>	<b>1425</b>	<b>138</b>	<b>106</b>	<b>321</b>	<b>6,8</b>	<b>0,22</b>	<b>45</b>	<b>0,2</b>	<b>7</b>

**4 День**

**Обед**

Огурец свежий кусочком	55	к\к	к/к	0,4	0	2,1	7,7								
Рассольник домашний (со сметаной)	250/10	2008	90	3,6	5,8	14,7	125	43	29	72	1,1	0,1	12	0,21	0,2
Запеканка картофельная с мясом	200	2008	299	17,3	23,4	32,6	409	28	56	210	3	0,2	19	0,03	4,9
Соус сметанный	50	2008	371	0,7	2	3,2	34	12	2	11	0,07	0,01	0	0,01	0,1

Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	0	0	19	92								
Батон обогащенный микронутриентами	35	к/к	к/к	2,6	0,9	16,1	83								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	35	к/к	к/к	2,6	0,5	14,8	72								
Молоко детское в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	6	6,4	9,4	120								
Печенье сахарное	60	к/к	к/к	4,5	7,8	43,2	264								
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	к/к	к/к	3,6	3,1	13,8	97,5								
<b>Итого:</b>				<b>41,3</b>	<b>49,9</b>	<b>168,9</b>	<b>1304,2</b>	<b>83</b>	<b>87</b>	<b>293</b>	<b>4,17</b>	<b>0,31</b>	<b>31</b>	<b>0,25</b>	<b>5,2</b>

**5 День**

**Обед**

Салат из квашеной капусты	80	2008	40	0,6	2	3,1	33	19,6	6	11,2	0,3	0,01	10,8	0,01	0,9
Суп крестьянский с крупой (с говядиной)	250/40	2008	94	4,3	9,1	12,1	107	34	20	68	0,9	0,06	10	0,18	2,4
Рулет с луком и яйцом	100	2008	280	15,1	13,7	9,2	221	26,6	21	138,6	2,8	0,07	7	0,03	3,2
Макаронные изделия отварные	180	2008	331	5,6	5,8	37,6	229	13,2	8,4	43,2	0,9	0,07	0	0,04	0,9
Компот из сухофруктов	200	2008	402	0,6	0,1	31,7	131	21	16	23	0,7	0,02	0	0,01	0,5
Батон обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,8	14,8	80								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Сдоба в индивидуальной промышленной упаковке	100	к/к	к/к	7,1	15,8	53	412								
Мандарины свежие	140	к/к	к/к	1,4	0	6,2	53								
<b>Итого:</b>				<b>39,5</b>	<b>47,7</b>	<b>181</b>	<b>1336</b>	<b>114,4</b>	<b>71,4</b>	<b>284</b>	<b>5,6</b>	<b>0,23</b>	<b>27,8</b>	<b>0,27</b>	<b>7,9</b>

**6 День**

**Обед**

Салат свеколка	100	2008	50	8	10,1	15,2	184	48	28	56	1,9	0,03	7	0,03	4,8
Суп с крупой и томатом (с курой)	250/30	2008	108	7,2	4,2	14,4	108	20	11	74	0,6	0,03	1	0,04	0,3
Сосиски отварные	60	2008	254	6,6	12,2	0,2	133	18	10	81	1	0,1	0	0	0,2
Рагу из овощей	180	2008	351/364	3,5	8,9	18,8	170	58,5	34,6	117	1	0,77	14,6	1,02	0,5
Компот из свежих яблок	200	2008	394	0,2	0,2	25,9	115	7	4	4	1	0,01	2	0	0,1
Апельсины свежие	340	к/к	к/к	3	0	23,2	129								
Батон обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,8	14,8	80								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Нектар фруктовый в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	0	0	16	92								



Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Бананы свежие	230	к/к	к/к	3,5	0	19,1	209								
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	к/к	к/к	3,6	3,1	9,8	97,5								
Зефир	100	к/к	к/к	0,5	0	35	320								
<b>Итого:</b>				<b>33,7</b>	<b>29,6</b>	<b>164</b>	<b>1374,5</b>	<b>89</b>	<b>81</b>	<b>353,8</b>	<b>20</b>	<b>0,21</b>	<b>11,18</b>	<b>0,57</b>	<b>7,2</b>

**10 День**

**Обед**

Салат из свеклы с черносливом	100	2008	49	3,2	8,1	18,1	208	53	37	76	1,8	0,06	7	0	4,8
Суп с макаронными изделиями и картофелем (с курой)	250/40	2008	101	3,9	1,8	25	117	22	21	54	0,9	0,09	6	0,2	0,4
Биточки "школьник"	100	2008	277	15,8	15,4	9,2	292	12	20	148	2	0,22	2	0	3,2
Рагу из овощей	180	2008	351/364	3,5	4,2	21,8	170	58,5	34,6	117	1	0,77	14,6	1,02	0,5
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	0	0	19	92								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	к/к	к/к	3,6	3,1	15,8	97,5								
Печенье овсяное	40	к\к	к/к	3,2	8	15,6	184								
Мандарины свежие	180	к\к	к/к	2,4	0	11,1	68								
<b>Итого:</b>				<b>38</b>	<b>41</b>	<b>148,9</b>	<b>1298,5</b>	<b>145,5</b>	<b>112,6</b>	<b>395</b>	<b>5,7</b>	<b>1,14</b>	<b>29,6</b>	<b>1,22</b>	<b>8,9</b>

**11 День**

**Обед**

Салат из соленых огурцов	50	2008	20	2,7	5,1	3,6	67	23	13	28	0,7	0,02	6	0	2,3
Суп картофельный с горохом с говядиной	250/25	2008	99	5,4	4,5	20,6	141	50	38	139	1,9	0,16	6	0,21	0,3
Котлеты из птицы	100	2008	314	17,6	14,2	19	270	82	38	164	2	0,1	16	0,14	3,6
Соус томатный	50	2008	364	0,6	2,5	3,2	37	3	4	8	0,2	0,01	1	0,09	0,1
Картофель отварной	180	2008	333	3,5	5,6	29,2	178	25,2	36	94,8	1,4	0,18	25,2	0,05	0,2
Компот из кураги	200	2008	401	1	0,1	35,2	142	33	21	29	0,7	0,02	0	0,03	1,1
Батон обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,8	14,8	80								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Сдоба в индивидуальной промышленной упаковке	50	к/к	к/к	5,1	11,4	19,4	206								
Молоко детское в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	6	6,4	9,4	120								
Бананы свежие	260	к/к	к/к	4,1	0	45,3	237								
<b>Итого:</b>				<b>50,8</b>	<b>51</b>	<b>213</b>	<b>1548</b>	<b>216,2</b>	<b>150</b>	<b>462,8</b>	<b>6,9</b>	<b>0,49</b>	<b>54,2</b>	<b>0,52</b>	<b>7,6</b>

**12 День**

**Обед**

Огурец свежий кусочком	50	к/к	к/к	0,4	0	1,9	7								
Суп крестьянский с крупой (с говядиной)	250/40	2008	94	3,3	5,03	11,8	107	34	20	68	0,9	0,06	10	0,18	2,4
Рыба в томате с овощами	75/75	2008	231	16,4	7,2	6,2	155	37,5	24	225	1,1	0,1	4,5	0,47	3,9
Рис отварной	180	2008	325	4,4	5,6	39,4	244	4	23	73	0,7	0,02	0	0,06	0,4
Компот из сухофруктов	200	2008	402	0,6	0,1	31,7	131	21	16	23	0,7	0,02	0	0,01	0,5
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Бананы свежие	180	к/к	к/к	2,7	0	18,3	164								
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	к/к	к/к	3,6	3,1	11,8	97,5								
Нектар фруктовый в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	0	0	14	92								
<b>Итого:</b>				<b>33,8</b>	<b>21,43</b>	<b>148,4</b>	<b>1067,5</b>	<b>96,5</b>	<b>83</b>	<b>389</b>	<b>3,4</b>	<b>0,2</b>	<b>14,5</b>	<b>0,72</b>	<b>7,2</b>

**13 День**

**Обед**

Огурец соленый кусочком	50	к/к	к/к	0,4	0	2,9	7								
Щи из свежей капусты с картофелем (со сметаной с говядиной)	250/10/35	2008	84	6,1	4,6	8,5	96	44	22	53	0,8	0,06	22	0,21	0,2
Запеканка из печени	80	2008	301	12,1	14,4	10,9	232	10,4	12,8	132	3,2	0,11	7,2	3,2	4,2
Соус сметанный	50	2008	371	0,7	2	3,2	34	12	2	11	0,07	0,01	0	0,01	0,1
Макаронные изделия отварные	180	2008	331	5,6	5,3	37,6	229	13,2	8,4	43,2	0,9	0,07	0	0,04	0,9
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	0	0	19	92								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	14,3	70								
Печенье овсяное	50	к/к	к/к	2,7	10	32	230								
Кефир детский в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	5,8	6,4	14,1	150								
Бананы свежие	250	к/к	к/к	3,8	0	12,1	152								
<b>Итого:</b>				<b>39,6</b>	<b>43,1</b>	<b>154,6</b>	<b>1292</b>	<b>79,6</b>	<b>45,2</b>	<b>239,2</b>	<b>4,97</b>	<b>0,25</b>	<b>29,2</b>	<b>3,46</b>	<b>5,4</b>

**14 День**

**Обед**

Икра свекольная	100	2008	56	4,2	8,1	8,1	130	45	27	56	1,8	0,03	9	0,02	3,7
Суп картофельный (с курой)	250/35	2008	92	5,6	3,8	15,2	117	25	32	78	1,2	0,13	12	0,2	0,2
Гуляш из говядины	50/50	2008	259	18,8	20	14,7	322	26	42	205	3	0,12	7	0,01	4,1
Каша гречневая рассыпчатая	180	2008	323	5,3	6,5	43,2	247	13,2	31,2	93,6	0,7	0,04	0	0,04	0,4
Компот из свежих яблок	200	2008	394	0,2	0,2	25,9	115	7	4	4	1	0,01	2	0	0,1
Батон обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,8	14,8	80								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Пряники с начинкой	45	к/к	к/к	1,4	0,9	25,6	158								

Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	0	0	18	92								
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	к/к	к/к	3,6	3,1	14,8	97,5								
Печенье сахарное	90	к/к	к/к	8,8	12,8	35,5	400								
<b>Итого:</b>				<b>52,7</b>	<b>56,6</b>	<b>229,1</b>	<b>1828,5</b>	<b>116,2</b>	<b>136,2</b>	<b>436,6</b>	<b>7,7</b>	<b>0,33</b>	<b>30</b>	<b>0,27</b>	<b>8,5</b>

**15 День**

**Обед**

Помидор свежий кусочком	45	к/к	к/к	0,3	0	1,9	9								
Борщ волынский (со сметаной с говядиной)	250/10/25	2008	81	3,9	6,4	7,4	103	76	34	67	1,4	0,06	27	0,27	0,5
Тефтели рыбные	100	2008	245	13,6	8,2	12,8	178	46	14	176	1	0,08	2	0	4,2
Пюре картофельное	180	2008	335	3,7	6,5	24,4	169	56,4	34,8	102	1,3	0,17	6	0,05	0,2
Компот из груш	200	2008	394	0,2	0,1	28,1	115	8	5	6	1	0,01	1	0	0,2
Батон обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,8	14,8	80								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Бананы свежие	230	к/к	к/к	4,5	0	31,5	209								
Зефир	60	к/к	к/к	0,4	0	26	192								
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	к/к	к/к	4,6	5,1	15,8	97,5								
<b>Итого:</b>				<b>36</b>	<b>27,5</b>	<b>176</b>	<b>1222,5</b>	<b>186,4</b>	<b>87,8</b>	<b>351</b>	<b>4,7</b>	<b>0,32</b>	<b>36</b>	<b>0,32</b>	<b>5,1</b>

**16 День**

**Обед**

Огурец свежий кусочком	50	к/к	к/к	0,4	0	1,2	7								
Рассольник Ленинградский (со сметаной с говядиной)	250/10/25	2008	91	5	6,5	10,2	133	34	27	79	1	0,09	8	0,21	0,2
Котлеты рубленые с белокачанной капустой	100	2008	276	13,8	15,8	6,2	211	44,8	23,8	131,6	2,8	0,07	15,4	0,06	0,8
Рис отварной	180	2008	325	4,4	5,6	38,4	244	4	23	73	0,7	0,02	0	0,06	0,4
Соус томатный	50	2008	364	0,6	2,5	3,2	37	3	4	8	0,2	0,01	1	0,09	0,1
Компот из сухофруктов	200	2008	402	0,6	0,1	30,7	131	21	16	23	0,7	0,02	0	0,01	0,5
Батон обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,8	13,8	80								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Нектар фруктовый в индивидуальной упаковке	200	к\к	к/к	0	0	12	92								
Мандарины свежие	180	к/к	к/к	1,4	0	9,3	68								
Пряники с начинкой	30	к/к	к/к	0,9	0,9	11,2	106								
<b>Итого:</b>				<b>31,9</b>	<b>32,6</b>	<b>149,5</b>	<b>1179</b>	<b>106,8</b>	<b>93,8</b>	<b>314,6</b>	<b>5,4</b>	<b>0,21</b>	<b>24,4</b>	<b>0,43</b>	<b>2</b>

**17 День**

**Обед**

Салат из вкашенной капусты	80	2008	40	0,5	2,5	3,1	33	19,6	6	11,2	0,3	0,01	10,8	0,01	0,9
Суп картофельный с макаронными изделиями (с курой)	250/40	2008	100	2,9	3,8	18	121	23	25	64	1	0,11	8	0,2	0,3
Птица тушеная в соусе с овощами	250	2008	308/360	22,1	23,2	16,9	348	63	49	253	2,8	0,2	29,4	0,6	1,7
Компот из апельсинов	200	2008	399	0,3	0,1	34	141	18	7	12	0,2	0,02	12	0	0,1
Груши свежие	220	к/к	к/к	0,8	0	21,5	92								
Батон обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,8	14,8	80								
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,4	0,4	13,3	70								
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	к/к	к/к	0	0	16	92								
Яблоки свежие	150	к/к	к/к	0,8	0	12	69								
Сдоба в индивидуальной промышленной упаковке	50	к/к	к/к	4,1	9,4	15,4	206								
<b>Итого:</b>				<b>36,3</b>	<b>40,2</b>	<b>165</b>	<b>1252</b>	<b>123,6</b>	<b>87</b>	<b>340,2</b>	<b>4,3</b>	<b>0,34</b>	<b>60,2</b>	<b>0,81</b>	<b>3</b>

**18 День**

**Обед**

Помидор и огурец свежий кусочком	30/30	к/к	к/к	0,4	0	3,4	10								
Суп любительский (с говядиной)	250/25	2008	93	3,3	3,6	31,3	149	26	71	125	2,5	0,18	7	0,23	0,4
Тефтели из говядины	100	2008	284	12,2	18,1	15,7	270	15,3	20,4	139,4	1,7	0,07	3,4	0	5,1
Капуста тушеная	180	2008	346	2	4,5	12	98	91	29	60	1,2	0,05	28	0,12	0,4
Чай с лимоном	200	2008	431	0,3	0,1	15,2	62	8	5	10	1	0	3	0	0
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	30	к/к	к/к	2,2	0,4	13,3	70								
Нектар фруктовый в индивидуальной упаковке	200	к\к	к/к	0	0	15	92								
Бананы свежие	320	к/к	к/к	8,8	0	26,2	290								
Гематоген в промышленной упаковке	40	к/к	к/к	1,4	1,5	19,4	138								
<b>Итого:</b>				<b>30,6</b>	<b>28,2</b>	<b>151,5</b>	<b>1179</b>	<b>140,3</b>	<b>125,4</b>	<b>334,4</b>	<b>6,4</b>	<b>0,3</b>	<b>41,4</b>	<b>0,35</b>	<b>5,9</b>