

ДЕНЬ 3А						
ЗАВТРАК						
54-1о	Омлет натуральный	200	16,93	24	4,4	365,73
пром.	Фрукты (яблоко) или сок т/п 0,2л	150	0,6	0,6	14,7	70,5
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	91,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		630	27,41	28,14	69,76	713,3
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ						
ДЕНЬ 4А						
ЗАВТРАК						
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	250	8,16	6,67	30,59	215,4
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар	7	0	0	6,4	25,4
	лимон	7	0,1	0	0,2	1,1
пром.	Хлеб пшеничный	53	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		550	14,54	7,31	83,05	402,67
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ						
ДЕНЬ 5А						
ЗАВТРАК						
54-3г	Макароны отварные с сыром	200	9,48	8,16	34,32	249,24
пром.	Фрукты (апельсин) или сок т/п 0,33л	200	2,16	0,48	19,44	98
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		687	17,92	9,28	106,02	559,91
ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ						
ДЕНЬ 6А						
ЗАВТРАК						
54-11к	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,88	5,68	22,33	167,77
54-4в/1	Круассан	70	2,21	2,53	44,65	333
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар	7	0	0	6,4	25,4
	лимон	7	0,1	0	0,2	1,1
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		614	15,47	8,85	119,44	714,54
ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ						
ДЕНЬ 7А						
ЗАВТРАК						
54-1о	Омлет натуральный	200	16,93	24	4,4	365,73
54-4в	Кекс песочный с изюмом	60	2,6	12,83	35	204,2
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4

	лимон	7	0,1	0	0,2	1,1
пром.	Хлеб пшеничный	53	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,28	0,24	14,76	68,97
	Итого завтрак:	560	25,91	37,47	91,86	783,7

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 8А

ЗАВТРАК

54-16к	Каша "Дружба"	250	6,25	7,25	30,13	211,12
пром.	Фрукты (яблоко) или сок т/п 0,2л	150	0,6	0,6	14,7	70,5
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
	Итого завтрак:	687	13,13	8,49	97,09	494,29

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 9А

ЗАВТРАК

54-11м	Плов (свинина постная)	200	15,3	14,7	38,6	348,3
70	Овощи натуральные соленые (огурец)	10	0,16	0,02	0,35	1
пром.	Пирожок слоеный с начинкой	60	2,94	8,3	23,97	182,4
54-2гн	Чай с шиповником и сахаром	200	0,3	0,1	7,4	28,8
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
	Итого завтрак:	557	24,78	23,76	116,08	771,77

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 10А

ЗАВТРАК

54-7к	Каша вязкая молочная пшеница с изюмом	250	10,1	12,1	51,9	357,3
пром.	Фрукты (апельсин) или сок т/п 0,33л	200	2,16	0,48	19,44	98
54-23гн	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
	Итого завтрак:	730	22,94	16,82	123,3	741,57

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 11А

ЗАВТРАК

54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	250	10,8	14,1	42,9	341,1
пром.	Фрукты (яблоко) или сок т/п 0,2л	150	0,6	0,6	14,7	70,5
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
	Итого завтрак:	687	17,68	15,34	109,86	624,27

ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 12А

ЗАВТРАК						
54-11м	Плов (свинина постная)	200	15,3	14,7	38,6	348,3
70	Овощи натуральные соленые					
рец.11г	(огурец)	10	0,16	0,02	0,35	1
пром.	Круассан	70	2,21	2,53	44,65	333
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4
	лимон	7	0,1	0	0,2	1,1
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		574	24,05	17,89	136,06	896,07
ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ						
ДЕНЬ 13А						
ЗАВТРАК						
54-1о	Омлет натуральный	200	16,93	24	4,4	365,73
54-4в/1	Кекс шоколадный	60	2,6	12,83	35	306
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4
пром.	Хлеб пшеничный	53	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		553	25,81	37,47	91,66	884,4
ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ						
ДЕНЬ 14А						
ЗАВТРАК						
54-13к-	Каша вязкая молочная пшеничная	250	10,36	11,5	48,25	337,87
пром.	Фрукты (яблоко) или сок т/п 0,2л	150	0,6	0,6	14,7	70,5
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар	7	0	0	6,4	25,4
	лимон	7	0,1	0	0,2	1,1
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		694	17,34	12,74	115,41	622,14
ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ						
ДЕНЬ 15А						
ЗАВТРАК						
54-7к	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	250	10,1	12,1	51,9	357,3
пром.	Фрукты (яблоко) или сок т/п 0,2л	150	0,6	0,6	14,7	70,5
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	91,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		680	20,58	16,24	117,26	704,87
ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ						
ДЕНЬ 16А						
ЗАВТРАК						
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,88	5,68	22,33	167,78
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	6,5	1,4

	сахар	7	0	0	6,4	25,4
	лимон	7	0,1	0	0,2	1,1
пром.	Хлеб пшеничный	53	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		550	13,26	6,32	74,79	355,05

ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 17А

ЗАВТРАК

54-25к	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,5	6,9	35,8	230,6
пром.	Фрукты (апельсин) или сок т/п 0,33л	200	2,16	0,48	19,44	98
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар	7	0	0	6,4	25,4
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		737	14,94	8,02	107,5	541,27

ТРЕТЬЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 18А

ЗАВТРАК

54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	250	10,8	14,1	42,9	341,1
пром.	Круассан	70	2,21	2,53	44,65	333
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4
	лимон	7	0,1	0	0,2	1,1
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		614	19,39	17,27	140,01	887,87

ЧЕТВЕРТАЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 19А

ЗАВТРАК

54-3г	Макароны отварные с сыром	200	9,48	8,16	34,32	249,24
54-4в/1	Кекс песочный с изюмом	60	2,6	12,83	35	204,2
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		547	18,36	21,63	121,58	666,11

ЧЕТВЕРТАЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 20А

ЗАВТРАК

54-7к	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	250	10,1	12,1	51,9	357,3
пром.	Фрукты (яблоко) или сок т/п 0,2л	150	0,6	0,6	14,7	70,5
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		687	16,98	13,34	118,86	640,47

ЧЕТВЕРТАЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 21А

ЗАВТРАК

54-1о	Омлет натуральный	200	16,93	24	4,4	365,73
пром.	Пирожок слоеный с начинкой	60	2,94	8,3	23,97	182,4
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4
	лимон	7	0,1	0	0,2	1,1
пром.	Хлеб пшеничный	53	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	33	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		560	26,25	32,94	80,83	761,9

ЧЕТВЕРТАЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 22А

ЗАВТРАК

54-4т	Пудинг из творога с яблоками и сгущ.молоком	200	9,48	8,16	34,32	276,93
пром.	молоко сгущенное	20	1,47	1,73	11,07	65,6
пром.	Фрукты (апельсин) или сок т/п 0,33л	200	2,16	0,48	19,44	98
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3,8	2,9	11,3	91,2
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		700	22,99	13,91	115,49	717,6

ЧЕТВЕРТАЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 23А

ЗАВТРАК

54-16к	Каша "Дружба"	250	6,25	7,25	30,13	211,12
пром.	Фрукты (яблоко) или сок т/п 0,2л	150	0,6	0,6	14,7	70,5
54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар-песок	7	0	0	6,4	25,4
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		687	13,13	8,49	97,09	494,29

ЧЕТВЕРТАЯ НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ 24А

ЗАВТРАК

54-25к	Каша жидкая молочная рисовая	250	6,5	6,9	35,8	230,6
54-4в/1	Круассан	70	2,21	2,53	44,65	333
54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	6,5	1,4
	сахар	7	0	0	6,4	25,4
	лимон	7	0,1	0	0,2	1,1
пром.	Хлеб пшеничный	50	3,8	0,4	24,6	116,9
пром.	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	68,97
Итого завтрак:		614	15,09	10,07	132,91	777,37
Среднее значение за период			21,07	18,49	118,49	734,82