

			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>								
1	3	Итого за день:			800	21,9	22,4	74,88	835,33		74
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рис отварной	200	13,89	12	41,89	326		14,1
			гор блюдо	Рыба тушеная в соусе	200	10	9	17	121		25,15
			гор.напиток	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	35,7	162		8,05
			хлеб	Пшеничный	50	2	0	14	70		4,7
			фрукты								
				Сыр порциями	60	7,6	9,6	10,7	84,15		22
			<i>итого</i>		710	33,49	30,6	119,29	763,15		74
1	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>								
1	4	Итого за день:			710	33,49	30,6	119,29	763,15		74
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Макароны отварные	200	16,8	12,2	45,6	326		12
			гор.блюдо	Тефтели мясные	150	15,9	14,4	16	288,33		33,5
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,03	0	15,2	120		6,15

			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>								
2	1	Итого за день:			745	61,54	19,02	63,26	780,33		74
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша гречневая	200	24,8	12,81	29,5	49,1		12,1
			гор.блюдо	Биточки мясные	150	15,9	14,4	16	288,33		33,5
			гор.напиток	Компот из кураги	200	1	0	4	124		10,25
			хлеб	Пшеничный	50	2	0	14	70		4,7
			фрукты								
				Йогурт питьевой	100	23,1	12	14,5	44,8		13,45
			<i>итого</i>		700	66,8	39,21	78	576,23		74
2	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>								
2	2	Итого за день:			700	66,8	39,21	78	576,23		74
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Каша перловая	200	9,64	7,79	32,91	220		7,9
			гор.блюдо	Котлета мясная	150	15,9	14,4	16	288,33		33,5
			гор.напиток	Кисель плодово-ягодный	200	0	0	35,7	162		8,05

			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>								
2	4	Итого за день:			850	26,42	21	92,36	649		74
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Картофельное пюре	200	4	8	17	271		4,25
			гор.блюдо	Котлета мясная	150	15,9	14,4	16	288,33		33,5
			гор.напиток	Чай с лимоном	200	0,03	0	15,2	120		6,15
			хлеб	Пшеничный	50	2	0	14	70		4,7
			фрукты	Яблоко	150	0	0	10	47		25,4
			<i>итого</i>		750	21,93	22,4	72,2	796,33		74
2	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			<i>итого</i>								
2	5	Итого за день:			750	21,93	22,4	72,2	796,33		74
		Среднее значение за период:			749	40,298	28,003	90,797	787,659		74