

Салат из морковью с изюмом	1./60	69	1,3	3,2	6,6	0,03	6,2	2,7	4,6	41	18	0,4	0,8	0,6
Борщ из свежей капусты	1\200	81	1,6	3,6	8	0,07	8,8	0	1,9	28	52	23	1,1	1,4
Печень по -строгановский	1./90	99	9,4	7,4	3,9	0,05	0	17	0,3	10	99	11,5	1,4	2,4
Макаронные изделия отварные	1/150	109	3,7	4,8	37	0,04	0	24	0,3	9,4	80	26	0,05	0,6
Чай с сахаром	1\200	75	1,7	0,5	29	20	0,4	0	0,01	0,02	0	19,4	13,98	25,2
Хлеб	1\40	195	8	3	54	0,1	0	0	0,07	0,9	20	65	14	0,9
Итого		628	25,7	17,7	138,5	20,29	15	234	7,17	51,32	189	133,8	31,33	31,1
Обед														
Салат из свекла с грецким орехом	1\60	61	4,5	11,9	11,8	5,8	8,5	0,3	3,2	3,6	5,9	12	9,9	8,8
Суп гороховый	1/200	102	5,9	2,9	12	0,2	0,4	16	0,2	37	75	29	2,1	2,6
Сосиски молочные	1/.70	81	14	12,1	2	0,08	7,5	31	1,7	18	140	9,2	2,9	4,9
Каша рисовая рассыпчатая	1/150	124	7,2	9,1	9,6	0,12	3,7	29	0,15	38	77	24	0,6	1,1
Кофейный напиток	1\200	76	0,2	1,4	2,9	0,01	4,7	0	0,9	2,5	37	29	0,02	0,5
Хлеб	1\40	195	8	3	54	0,1	0	0	0,07	0,9	20	65	14	0,9
Итого		639	39,8	40,4	92,3	6,3	24,8	76,3	6,22	100	354,9	168,2	29,52	18,8
Обед														
Яйцо вареное	1 шт	63	4	4,6	0,28	0	0,03	100	0,24	22	75,8	0	1	4,8
Суп - Харчо	1\200	112	5,5	1,8	9,8	0,1	7,5	10	0,3	29	104	27	0,8	1,1
Биточки рыбные	1./90	58	0,9	3	114	0,06	1,3	3,6	0,8	16	87	28	0,4	0,6
Каша гречневая	1/150	173	5,4	5,7	9,8	0,1	0	24	0,4	14	134	88	3,1	3,6
Компот из сухофруктов	1\200	98	0,6	0,1	20,1	0,01	0,2	0	0,4	20,1	19,2	14,4	0,69	0,6
Хлеб	1\40	195	8	3	54	0,1	0	0	0,07	0,9	20	65	14	0,9
Итого		699	23,8	73,25	206,3	65,4	35	222	3,15	1,987	530,1	734,7	232,8	10,97
Обед														
Салат "Винегрет"	1./60	68	0,7	3,7	3,6	0,03	7,9	0	1,7	21	19	12,3	0,6	0,8
Суп домашний	1/200	115	1,3	3,5	3,6	0,03	11	0	1,9	38	31	14	0,5	0,7
Жаркое по - домашнему	1/180	191	19,3	14,7	2,7	0,03	1	96	0,6	24	63	18	1,3	1,5
Чай с лимоном	1\200	71	0,4	0,1	14,5	0	0	0	7,5	11	4,8	0,95	0,8	0,24
Хлеб	1\40	195	8	3	54	0,1	0	0	0,07	0,9	20	65	14	0,9
Итого		640	29,3	25	78,4	0,19	19,9	96	4,27	56,9	137,8	110,3	17,2	4,14