

День 4	102/М	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,1	4,30	15,20	115,9
	293/М	Фрикасе из курицы	100	12,00	6,80	1,80	96,40
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,35	6,32	30	193,0
	349/М	Компот из сухофруктов	200	0,59	0,05	18,58	77,94
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,83	99,0
	Итого		1290	54,47	33,58	188,47	1361,06
	Завтрак						
День 5	212/М	Фритатта с ветчиной	200	15,45	15,72	2,73	215,2
	71/М	Подгарнировка из зеленого горошка	40	1,24	0,08	2,6	16
	379/М	Напиток кофейный на молоке	200	3,23	2,51	20,67	118,89
		Хлеб пшеничный	70	5,53	0,7	33,81	164,5
	Обед						
	82/М	Борщ из капусты с картофелем и сметаной, 200/5	205	1,53	4,9	7,94	82,42
	232/М	Рыба запеченная	90	13,80	5,80	3,64	121,96
	128/М	Картофельное пюре с маслом сливочным 150/5	155	3,24	6,82	22,25	163,78
	349/М	Компот из сухофруктов, 200/11	200	0,59	0,05	18,58	77,94
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,83	99,0
Итого		1050	35,62	21,86	148,64	938,49	
	Завтрак						
День 6	14/М	Сыр полутвердый	18	1,8	5,30	0,9	52,9
	274/К	Соус «Болоньезе»	100	11,73	9,85	1,95	142,80
	202/М	Макаронь отварные	180	7,6	5,36	51,6	284,7
	377/М	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,28
		Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	70,5
	Обед						
	101/М	Суп картофельный с рисом со сметаной, 200/5	205	1,79	6,03	14,48	119,65
	290/М	Гуляш из куриного филе	90	11,39	9,85	3,41	145,72
	202/М	Макаронь отварные	150	6,6	0,78	42,3	202,8
	349/М	Компот из сухофруктов	200	0,59	0,05	18,58	77,94
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,83	99,0	
Итого		1263	50,39	38,53	198,05	1336,29	
	Завтрак						
День 7	175/М	Каша вязкая молочная из смеси круп	200	3,69	3,94	23,29	143,79
	486	Пирог осетинский с картофелем и сыром твердых сортов	100	7,63	8,16	31,26	232,42
	382/М	Какао на молоке	200	4,91	3,17	16,34	111,18
	Обед						
	96/М	Рассольник ленинградский со сметаной, 200/5	205	1,95	3,06	13,54	90,08
		Наггетсы из курицы	90	21,57	9,10	3,46	163,60
	171/М	Каша гречневая рассыпчатая с маслом (150/5)	155	6,34	5,28	28,62	187,05
	349/М	Компот из сухофруктов	200	0,59	0,05	18,58	77,94
		Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	94
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	19,83	99,0
Итого		1240	53,14	33,76	174,24	1199,06	
Выполнение СанПиН, % от суточной нормы							
100 % Норма СанПиН							