	Завтрак					
54-1о-2020	Омлет натуральный	220	19	26	5	331
738	Фрикадельки куриные	100	18	9	6	176
54-13хн-2020	Напиток из шиповника	200	1	0	15	65
Пром.	Хлеб пшеничный	30	2	0	15	70
Пром.	Хлеб ржаной	20	1	0	7	34
	Итого за Завтрак	**570**	**41**	**36**	**47**	**677**
	Обед					
54-16з-2020	Винегрет с растительным	110	1	10	7	123
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем сосметаной	270	6	8	14	149
54-3г-2020	Макароны отварные с сыром	200	11	9	38	277
54-6р-2020	Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	100	17	12	3	181
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0	0	7	28
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	117
Пром.	Хлеб ржаной	45	3	1	15	77
	Итого за Обед	**975**	**42**	**39**	**108**	**952**
	Итого за день	**1545**	**82**	**75**	**156**	**1629**
	Неделя 2 день9					
	Завтрак					
54-4г-2020	Каша гречневаярассыпчатая	200	11	9	48	312
54-5м-2020	Котлета из курицы	100	19	4	13	169
54-23гн-2020	Кофейный напиток смолоком	200	4	3	11	86
Пром.	Хлеб пшеничный	20	2	0	10	47
Пром.	Хлеб ржаной	10	1	0	3	17
Пром.	Яблоко	100	0	0	10	44
	Итого за Завтрак	**630**	**37**	**16**	**95**	**675**
	Обед					
54-18з-2020	Салат из свеклы	150	2	8	19	159
219	Суп картофельный с крупой (с пшенкой)	300	3	3	22	132
54-8г-2020	Капуста тушеная	200	5	6	20	151
54-2м-2020	Гуляш из говядины	120	20	20	5	279
54-33хн-2020	Напиток апельсиновый	200	0	0	8	33
Пром.	Хлеб ржаной	40	3	1	13	68
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4	0	25	117
	Итого за Обед	**1060**	**37**	**38**	**112**	**940**
	Итого за день	**1690**	**74**	**55**	**207**	**1615**
	Неделя 2 день10					