

<b>ДЕНЬ 6</b>														
<b>Завтрак</b>														
365	Масло сливочное	20,0	0,16	14,50	0,26	135,92	0,00	0,00	0,12	0,00	2,40	3,80	0,08	0,04
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	250,0	7,27	5,76	38,55	211,63	0,10	1,39	69,05	0,62	159,25	140,70	24,17	0,56
213	Омлет с с жареным карофелем	205,0	14,56	27,49	21,62	344,24	0,18	6,42	268,56	7,18	101,91	255,35	35,08	3,19
232	Лосось слабосоленый	50,0	9,58	9,30	0,00	86,44	0,12	0,50	20,02	0,90	7,51	105,11	12,51	0,40
300	Чай	200,0	0,00	0,00	5,00	20,52	0,00	0,00	0,00	0,00	4,68	0,30	0,16	0,00
367	Хлеб пшеничный	80,0	6,08	0,64	38,88	165,36	0,01	0,00	0,00	0,00	1,60	5,20	1,12	0,09
368	Хлеб ржаной	60,0	4,62	0,60	27,60	118,74	0,05	0,00	0,00	0,00	10,80	55,20	12,00	1,74
	<b>Итого</b>	<b>865,0</b>	<b>42,27</b>	<b>58,28</b>	<b>131,90</b>	<b>1082,85</b>	<b>0,46</b>	<b>8,32</b>	<b>357,75</b>	<b>8,70</b>	<b>288,15</b>	<b>565,65</b>	<b>85,11</b>	<b>6,02</b>
<b>2-ой завтрак</b>														
	Нупиток из сухофруктов (узвар)	200,0	1,82	0,00	35,75	154,04	0,04	1,40	0,00	0,00	60,50	51,50	36,75	1,12
89	Фрукты свежие	300,0	1,14	1,14	27,93	129,79	0,09	37,05	0,00	0,00	45,60	31,35	25,65	6,27
	<b>Итого</b>	<b>500,0</b>	<b>2,96</b>	<b>1,14</b>	<b>63,68</b>	<b>283,83</b>	<b>0,12</b>	<b>38,45</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>106,10</b>	<b>82,85</b>	<b>62,40</b>	<b>7,39</b>
<b>Обед</b>														
7	Овощи натуральные	150,0	2,40	0,49	28,10	129,60	0,03	37,20	0,00	5,03	62,97	46,52	21,54	0,85
82	Борщ с капустой и картофелем	300,0	7,04	6,63	23,93	188,64	0,30	2,40	0,00	4,02	37,20	102,72	41,16	2,40
	Гуляш из говядины	130,0	18,92	21,83	3,76	295,99	0,04	1,20	0,00	3,39	28,36	200,43	28,64	3,98
	Каша гречневая	250,0	5,09	11,51	14,49	187,32	0,09	14,58	0,00	7,54	135,89	96,44	48,14	1,78
283	Компот из сухофруктов	200,0	1,82	0,00	36,75	158,14	0,04	1,40	0,00	0,00	60,50	51,50	36,75	1,12
367	Хлеб пшеничный	60,0	4,56	0,48	29,16	142,72	0,01	0,00	0,00	0,00	1,20	3,90	0,84	0,07
368	Хлеб ржаной	60,0	4,62	0,60	27,60	137,68	0,05	0,00	0,00	0,00	10,80	55,20	12,00	1,74
	<b>Итого</b>	<b>1150,0</b>	<b>44,44</b>	<b>41,54</b>	<b>163,78</b>	<b>1240,09</b>	<b>0,56</b>	<b>56,77</b>	<b>0,00</b>	<b>19,98</b>	<b>336,92</b>	<b>556,70</b>	<b>189,07</b>	<b>11,93</b>
<b>Полдник</b>														
421	Сдоба обыкновенная	50,0	3,88	2,36	33,55	175,41	0,07	0,00	13,00	0,69	11,00	37,00	14,50	0,69
350	Кисель из плодов или ягод свежих	200,0	0,13	0,05	35,20	145,31	0,01	2,16	0,00	0,07	14,38	8,34	3,94	0,07
	<b>Итого</b>	<b>250,0</b>	<b>4,01</b>	<b>2,41</b>	<b>68,75</b>	<b>320,72</b>	<b>0,08</b>	<b>2,16</b>	<b>13,00</b>	<b>0,76</b>	<b>25,38</b>	<b>45,34</b>	<b>18,44</b>	<b>0,76</b>
<b>Ужин</b>														
31	Кукуруза консервированная	100,00	2,41	0,50	19,44	94,24	0,04	8,10	48,60	0,04	5,00	64,00	23,00	0,42
655 Вз	Зразы донские	120,00	8,25	14,37	17,21	238,06	0,09	1,05	64,00	1,24	58,87	154,42	33,27	1,24
Вз 910	Овощи, припущенные с маслом сливочным	230,00	4,21	11,78	10,14	168,42	0,07	73,31	70,09	0,42	123,80	76,51	38,20	1,47
269	Какао с молоком	200,00	2,94	3,41	13,50	99,13	0,05	1,30	0,01	0,00	126,66	97,86	16,29	0,08
367	Хлеб пшеничный	60,00	4,56	0,48	29,16	142,72	0,01	0,00	0,00	0,00	1,20	3,90	0,84	0,07
368	Хлеб ржаной	80,00	6,16	0,80	36,80	183,58	0,07	0,00	0,00	0,00	14,40	73,60	16,00	2,32
	<b>Итого</b>	<b>790,0</b>	<b>28,53</b>	<b>31,35</b>	<b>126,25</b>	<b>926,14</b>	<b>0,33</b>	<b>83,76</b>	<b>182,70</b>	<b>1,69</b>	<b>329,93</b>	<b>470,30</b>	<b>127,60</b>	<b>5,59</b>
<b>Второй ужин</b>														
272	Кисломолочный продукт	200,0	6,40	6,30	24,00	183,23	0,08	1,20	40,00	0,00	244,00	192,00	30,00	0,20
	Вафли	20,0	1,02	6,06	19,41	140,12	0,01	0,00	0,00	0,00	2,40	9,90	0,60	0,16
	Сухофрукты и орехи	100,0	11,16	29,53	53,34	539,09	0,23	3,15	70,81	8,76	134,70	237,67	125,17	4,02
	<b>Итого</b>	<b>320,0</b>	<b>18,58</b>	<b>41,89</b>	<b>96,75</b>	<b>862,44</b>	<b>0,32</b>	<b>4,35</b>	<b>110,81</b>	<b>8,76</b>	<b>381,10</b>	<b>439,57</b>	<b>155,77</b>	<b>4,38</b>
	<b>Всего</b>		<b>140,80</b>	<b>176,62</b>	<b>651,12</b>	<b>4716,06</b>	<b>3853,95</b>	<b>193,81</b>	<b>664,26</b>	<b>39,89</b>	<b>1467,58</b>	<b>2160,42</b>	<b>638,40</b>	<b>36,06</b>

