

Шестой день - понедельник

Завтрак

1	Каша рисовая молочная	150	4,16	5,60	19,56	144,00		173
2	Бутерброд с повидлом	20/5	1,54	0,16	13,16	61,00		2
3	Какао с молоком	180	1,20	1,30	13,00	90,00		248
	Итого за завтрак:	355	6,90	7,06	45,72	295,00		

Второй завтрак

1	Сок фруктовый	100	0,30	0,00	17,20	66,00		
---	---------------	-----	------	------	-------	-------	--	--

Обед

1	Суп гречневый со сметаной	150	6,65	6,10	10,64	70,82		80
2	Котлета мясная	50	7,78	5,78	7,85	114,38		608
3	Макаронные изделия отварные	100	3,47	6,44	21,85	157,84		204
4	Соус овощной	10	0,14	0,39	1,03	6,20		228
5	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,00	21,42	81,00		241
6	Кислота аскорбиновая						50мг	
7	Хлеб пшеничный, ржанной	20/10	2,14	0,70	13,34	68,54		1;87
	Итого за обед:	520	20,61	19,41	76,13	498,78		

Полдник

1	Булочка домашняя	50	3,64	6,26	26,96	179,00		469
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	11,98	43,00		263;264
	Итого за полдник:	230	3,64	6,26	38,94	222,00		
	ИТОГО за шестой день	1205	31,45	32,73	177,99	1081,78		

Девятый день - четверг

Завтрак

1	Макароны отварные с тертым сыром	150	13,88	10,01	22,71	218,00		206
3	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	11,98	43,00		263;264
	Итого за завтрак:	330	13,88	10,01	34,69	261,00		

Второй завтрак

1	Сок фруктовый	100	0,30	0,00	17,20	66,00		
---	---------------	-----	------	------	-------	-------	--	--

Обед

1	Суп с клецками на курином бульоне	150	1,83	2,67	8,49	70,88		167;187
2	Плов с птицей	135	13,05	10,93	22,94	242,32		304
3	Салат Витаминный	30	0,45	1,35	3,25	26,50		15
4	Компот из сухофруктов	180	0,43	0,00	21,42	81,00		241
5	Кислота аскорбиновая						50мг	
6	Хлеб пшеничный, ржанной	20/10	2,14	0,70	13,34	68,54		1;87
	Итого за обед:	525	17,90	15,65	69,44	489,24		

Полдник

1	Ватрушка с творогом	50	1,70	8,10	34,00	134,00		249
2	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	11,98	43,00		263;264
	Итого за полдник:	230	1,70	8,10	45,98	177,00		
	ИТОГО за девятый день	1185	33,78	33,76	167,31	993,24		

Десятый день - пятница

Завтрак