

Понедельник Вторая неделя

		Завтрак													
Масло вязкая молочная из пшенной крупы с маслом	2017	173	210	5,63	8,80	72,40	314,28	192,20	23,06	1,18	117,00	0,17	0,54	21,42	
Напиток кофейный на молоке	2017	379	200	3,60	2,67	29,20	155,20	158,67	6,80	0,22	82,40	0,07	1,17	6,84	
Яйцо вареное	2017	209	40	5,10	4,60	0,30	63,00	22,00	4,80	1,00	76,80	0,03	0,00	0,11	
Батон пшеничный в/с	к/к	к/к	60,00	4,74	0,60	28,98	140,28	13,80	19,80	0,66	52,20	0,10	0,00	0,00	
Итого:			510	16,15	14,28	119,66	594,68	249,33	51,10	3,47	249,44	0,31	19,54	21,53	

Обед

Суп картофельный с бобовыми	2017	102	200	4,39	4,22	13,06	107,80	30,46	22,24	1,62	69,74	0,18	4,65	0,00
Кура отварная	2017	288	10	2,11	1,36	0,00	20,67	3,90	2,00	0,18	14,30	0,04	0,00	2,28
Плов из пшцы	2017	291	200	20,30	17,00	35,69	377,00	45,10	47,50	2,19	143,30	0,06	1,01	248,03
Салат из соевых отрудов	2008	17	60	0,52	3,07	1,57	35,88	13,97	8,06	0,37	16,94	0,01	3,33	0,00
Компот из смеси сухофруктов	2017	349	200	0,04	0,00	24,76	94,20	6,40	0,00	0,18	3,60	0,01	1,08	0,00
Хлеб пшеничный	к/к	к/к	20	1,58	0,20	9,66	46,76	4,60	6,60	0,22	17,40	0,08	0,00	0,00
Хлеб ржано-пшеничный	к/к	к/к	40	2,24	0,44	19,76	91,96	9,20	10,00	1,24	42,40	0,04	0,00	0,00
Итого:			730	31,18	26,29	104,50	774,27	113,63	96,40	6,00	307,68	0,42	10,07	250,31
Итого за день:			1240	47,33	40,57	224,16	1368,95	362,96	147,50	9,47	557,13	0,73	29,61	271,84

Понедельник Вторая неделя