

Неде ля	День недел и	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	Калорийн ость	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4		
			гор.блюдо	Картофельное пюре №377	100	2,7	4	5,8	70	377	
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		
			фрукты	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
			итого		500	14,52	17,6	75,84	519,84		0
1	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
1	2	Завтрак	гор.блюдо	Каша рисовая с изюмом №177	170	4,93	8,81	38,85	254,41	177	
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		
			фрукты	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
			итого		500	11,59	11,06	95,69	528,66		0
			Итого за день:		500	14,52	17,6	75,84	519,84		0
1	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
1	3	Завтрак	гор.блюдо	Омлет с сыром №275	150	16,87	23,25	2,81	287,97	275	
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88		
			фрукты	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
			итого		500	22,91	32,55	53,38	598,11		0
1	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
1	4	Завтрак	гор.блюдо	Рис припущенный №305	100	2,43	2,87	24,45	133,35	305	
			гор.блюдо	Сосиски "Особые халяль"	50	4,75	6,75	1,37	85,23		
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
			хлеб	Хлеб пшеничный	70	5,52	0,7	33,8	163,58		
			фрукты	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
			итого		500	15,42	12,07	92,32	539,59		0
1	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			итого								

			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	4		Итого за день:		500	15,42	12,07	92,32	539,59		0
1	5	Завтрак	гор.блюдо	Рыба припущенная	90	15,6	0,6	0,96	71,64	296	
			гор.блюдо	Картофельное пюре №377	150	4,04	6	8,7	104,96	377	
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		
			фрукты								
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
			итого		500	25,18	16,65	49,83	449,89		0
1	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
1	5		Итого за день:		500	25,18	16,65	49,83	449,89		0
2	1	Завтрак	гор.блюдо	Рыба припущенная	75	13	0,5	0,8	59,7	296	
			гор.блюдо	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	139,78	304	
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		
			фрукты								
			сладкое	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3		
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	15	0,12	12,3	0,19	111,94	14	
			итого		500	23,72	23,68	86,89	655,56		0
2	1	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	1		Итого за день:		500	23,72	23,68	86,89	655,56		0
2	2	Завтрак	гор.блюдо	Сырники из творога запеченные №286	100	15,8	5,3	17,9	182,5	286	
			гор.напиток	Чай с молоком или сливками №378	200	1,52	1,35	15,9	81,83	378	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		
			фрукты	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
			сладкое	Булочка домашняя	60	4,2	6,7	27,8	188,3		
			итого		500	26,74	22,45	102,67	719,69		0
2	2	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
			итого		0	0	0	0	0		0
2	2		Итого за день:		500	26,74	22,45	102,67	719,69		0
2	3	Завтрак	гор.блюдо	Запеканка из творога №279	150	23,85	11,55	22,5	289,35	279	
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	60	4,73	0,6	24,14	120,88		
			фрукты	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	10	0,08	8,2	0,13	74,64	14	
			итого		500	29,89	20,85	73,07	599,49		0

2	3	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
				итого		0	0	0	0	0	
2	3	Итого за день:			500	29,89	20,85	73,07	599,49		0
2	4	Завтрак	гор.блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4		
			гор.блюдо	Греча отварная №4,3	100	5,73	4,06	25,76	162,5	313	
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	200	0,03	0,1	9,5	39,02	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	116,82		
			фрукты	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
				итого		500	17,55	17,66	95,8	612,34	
2	4	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
				итого		0	0	0	0	0	
2	4	Итого за день:			500	17,55	17,66	95,8	612,34		0
2	5	Завтрак	гор.блюдо	Котлета куриная	70	6,65	12,6	19,6	218,4		
			гор.блюдо	Рис отварной №304	100	2,43	3,58	24,46	70	304	
			гор.напиток	Чай с лимоном №459	180	0,02	0,09	8,55	35,09	459	
			хлеб	Хлеб пшеничный	50	3,94	0,5	24,14	120,88		
			фрукты	Яблоко №338	80	1,2	0,4	16,8	75,6	338	
			кисломол.	Масло сливочное (порциями) №14	20	0,16	16,4	0,26	74,64	14	
	итого		500	14,4	33,57	93,81	594,61		0		
2	5	Обед	закуска								
			1 блюдо								
			2 блюдо								
			гарнир								
			напиток								
			хлеб бел.								
			хлеб черн.								
	итого		0	0	0	0	0		0		
2	5	Итого за день:			500	14,4	33,57	93,81	594,61		0
		Среднее значение за период:			500	20,192	20,814	81,93	581,778		#ДЕЛ/0!