



291	плов с курицей	200	16,94	10,46	35,73	305,3	46,34	221,44	54,04	1,97	0,106	6,03	53,33	0
382	какао с молоком	200	4	3,54	17,57	118,6	152,2	124,56	10,67	0,48	0,06	1,58	0,02	0
	хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,52	6,4	3,2	14,4	0,32	0,032	0	0,112	0,064
<b>4 день</b>	<b>завтрак</b>													
312	картофельное пюре	200	4,12	6,4	27,4	184,8	49,7	115,47	37,3	149,3	0,18	34,4	0	0,24
227	рыба припущенная	60	19,83	1,17	0,7	92	51,92	302,03	69,63	1,03	0,133	1,83	12,4	1,3
	сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,7	0,9	1	7,8	0,79	2,2	0	0,07
	хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,52	6,4	3,2	14,4	0,32	0,032	0	0,112	0,064
<b>5 день</b>	<b>завтрак</b>													
88	суп щи	250	1,75	4,89	8,49	84,75	43,33	22,25	47,63	0,8	0,6	18,4	0	0
82	компот из сухофруктов	200	0,3	0,1	15,2	62	8	5	10	1	0	3	0	0
	хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,52	6,4	3,2	14,4	0,32	0,032	0	0,112	0,064
18	яйцо	40	5,08	4,6	0,28	63	22	4,8	4,8	1	0,03	0	100	0
<b>6 день</b>	<b>завтрак</b>													
171	каша гречневая рассыпчатая	200	11,5	8,12	51,52	325	19,6	29,54	0,19	1,6	0	0	1,54	3,42
119	сосиски	60	6,24	0,12	12,72	134,4	14,4	95,4	12	1,08	0,024	0	0	0
82	компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131	21	16	23	0,7	0,02	0	0,01	0,5
	хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,52	6,4	3,2	14,4	0,32	0,032	0	0,112	0,064
<b>7 день</b>	<b>завтрак</b>													
98	жаркое по домашнему с курицей	200	15	16,13	16,27	270,66	6,38	86,6	27,75	0,28	0,006	1,28	0	0,18
45	салат из белокочанной капусты	100	0,79	1,94	3,88	36,24	14,94	16,98	9	0,28	0,012	10,2	0	5,87
78	кисель	200	0	0	18	60	0,48	0	0	0,07	0	0	0	0
	хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,52	6,4	3,2	14,4	0,32	0,032	0	0,112	0,064
<b>8 день</b>	<b>завтрак</b>													
291	плов с курицей	200	16,94	10,46	35,73	305,3	46,34	221,44	54,04	1,97	0,106	6,03	53,33	0
382	какао с молоком	200	4	3,54	17,57	118,6	152,2	124,56	10,67	0,48	0,06	1,58	0,02	0
	хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,52	6,4	3,2	14,4	0,32	0,032	0	0,112	0,064
<b>9 день</b>	<b>завтрак</b>													
312	картофельное пюре	200	4,12	6,4	27,4	184,8	49,7	115,47	37,3	149,3	0,18	34,4	0	0,24
227	рыба припущенная	60	19,83	1,17	0,7	92	51,92	302,03	69,63	1,03	0,133	1,83	12,4	1,3
	сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92	0,7	0,9	1	7,8	0,79	2,2	0	0,07
	хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,52	6,4	3,2	14,4	0,32	0,032	0	0,112	0,064
<b>10 день</b>	<b>завтрак</b>													
309	макароны отварные	200	17,54	18,7	115,86	673,02	3,1	152,94	27,4	3,1	0,32	0	0	10,62
268	котлета из курицы	50	7,78	5,78	7,85	114,38	21,88	16,06	83,19	0,75	0,05	0,08	14,38	0
76	чай с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	62	8	5	10	1	0	3	0	0
	хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,52	6,4	3,2	14,4	0,32	0,032	0	0,112	0,064