

День	Наименование	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г
Понедельник	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5.04	2.86	11.68
	Греча отварная №4.3	150	8.59	6.09	38.64
	Котлета куриная	90	8.58	16.25	25.28
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
	Итого	715	28.16	26.05	121.32
Вторник	Рассольник домашний №95	200	2	4.06	7.34
	Рис отварной №304	150	3.64	5.37	36.69
	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	30	6.96	8.88	0
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
Итого	780	30.02	32.91	104.56	
Среда	Борщ №81	250	11.1	10.85	8.56
	Сметана	10	0.25	2	0.34
	Капуста тушеная №380	127	3	5.1	11.4
	Сыр порциями	30	6.96	8.85	0
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
Итого	717	29.23	27.9	78.09	
Четверг	Суп с бобовыми (119)	250	7.15	48.15	15.61
	Картофельное пюре №377	150	4.05	6	8.7
	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	10	2.32	2.95	0
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
Итого	810	30.94	71.7	84.84	
Пятница	Суп картофельный №112	250	3.25	3.37	10.75
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	210	7.64	8.1	42.64
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	30	6.96	8.85	0
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
Итого	790	25.77	21.42	111.18	
Суббота	Суп гороховый №127	200	5.92	2.62	12.62
	Плов с курицей №291	200	16.95	10.47	35.73
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	30	6.96	8.85	0
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
Итого	730	37.75	23.04	106.14	
недельник	Борщ со свежей капустой и томатом	200	5	10	20
	Макаронные изделия отварные с маслом №203	105	3.82	4.05	21.32
	Котлета куриная	90	8.58	16.25	25.28
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22

Пс	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
	Итого	670	23.35	31.15	112.32
Вторник	Рассольник домашний №95	200	2	4.06	7.34
	Пюре картофельное №377	150	4.05	6	8.7
	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	20	0.16	16.4	0.28
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
	Итого	770	23.63	41.06	76.85
среда	Щи из свежей капусты с картофелем №88	250	1.76	4.95	7.9
	Плов с курицей №291	200	16.95	10.47	35.73
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	30	6.96	8.85	0
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
	Итого	780	33.59	25.37	101.42
Четверг	Суп из овощей с фасолью №117	200	3.2	3.94	7.38
	Рис отварной №304	150	3.64	5.37	36.69
	Сосиски "Особые халяль"	100	9.5	13.5	2.74
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29
	Сыр порциями	30	6.96	8.85	0
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
	Итого	780	31.22	32.76	104.6
Пятница	Борщ №81	200	8.88	8.68	6.85
	Сметана	10	0.25	2	0.34
	Греча отварная №4,3	150	8.59	6.09	38.64
	Соус красный основной №422	50	1	1.3	3.09
	Хлеб пшеничный	100	7.89	1	48.29
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ) №14	10	0.08	8.2	0.14
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
	Итого	720	26.72	27.37	106.85
Суббота	Суп картофельный с бобовыми №113	200	5.04	2.86	11.68
	Греча отварная №4.3	150	8.59	6.09	38.64
	Котлета куриная	90	8.58	16.25	25.28
	Хлеб пшеничный	75	5.92	0.75	36.22
	Чай с лимоном №459	200	0.03	0.1	9.5
	Итого	715	28.16	26.05	121.32

ЭЦ,ккал
92.6
243.73
281.69
176.25
39.02
833.29
73.9
209.65
170.46
176.25
107.76
39.02
777.04
176.29
20.4
103.5
107.76
176.25
39.02
623.22
524.39
105
170.46
176.25
35.83
39.02
1050.95
86.33
274.02
176.25
107.76
39.02
683.38
97.8
304.95
176.25
107.76
39.02
725.78
190
137.01
281.69
176.25

39.02
823.97
73.9
105
170.46
176.25
149.36
39.02
713.99
83.19
304.95
176.25
107.76
39.02
711.17
77.8
209.65
170.46
176.25
107.76
39.02
780.94
141.04
20.4
243.73
28.06
176.25
74.68
39.02
723.18
92.6
243.73
281.69
176.25
39.02
833.29