

	Шестой день											
	Завтрак											
185	Каша жидкая гречневая	150	6,1	5,3	18,6	149	0,11	0,37	0,13	211,1	0,35	
393	Чай с лимоном	150	0,09	0,01	0,3	37,2	0	0,005	4,0	11,9	0,6	
3	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/10/15	6,58	11,9	19,53	226	0,15	0,12	0,24	188	1,26	
						412,2						
	Второй завтрак											
399	Сок яблочный	100	0,5	0	9,1	42	0,01	0,01	2	7	3,9	
	Обед											
ГП ¹	Икра кабачковая	40	0,4	2,8	2,8	38,8	0,02	0,01	0,3	13,2	1,5	
85/120	Суп картофельный на говяжьем бульоне	150	8	5,9	17,1	151,9	0,08	0,09	1,1	28,6	0,68	
298/354	Ленивые голубцы с соусом сметанным	170	13,2	11,4	18,4	222,6	0,03	0,01	2,8	54,9	1,1	
376	Компот из сушёных фруктов (витаминизированный – витамином С)	150	0	0	16,84	68	0,02	0,04	0,5	41,13	0,68	
ГП ¹	Хлеб ржаной	40	2,16	0,56	32,7	94	0,075	0,065	0	14,5	1	
						575,3						
	Уплотненный» полдник с включением блюд ужина											
228	Омлет	130	6,25	9,5	8,5	170	0,05	0,25	0,65	89,05	1,23	
ГП ¹	Хлеб пшеничный со сгущенным молоком	40/15	4,1	1,4	27,7	152,3	0,05	0,37	0,15	58,48	0,93	
401	Ацидолакт	200	5	9,3	15,8	160	0,4	0,01	0	2,7	0,35	
						482,3						
			52,38	58,07	187,37	1511,8			11,87			

	Восьмой день											
	<u>Завтрак</u>											
168	Каша молочная рисовая вязкая	150	5,3	4,9	20	147,8	0,12	0,35	0	213,5	0,47	
397	Какао с молоком	150	2,5	2,9	13,2	88	0	0,005	0,6	11,6	0,53	
1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	3,1	7,6	19,5	172	0,15	0,067	0	<u>135,8</u>	<u>1,09</u>	
						407,8						
	<u>Второй завтрак</u>											
368	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	45	0,03	0,02	13	16	2,2	
	<u>Обед</u>											
31	Салат из помидоров свежих	40	0,44	1,7	1,5	23,6	0,06	0,04	12,5	7	0,45	
76	Рассольник ленинградский с курами	150	6,1	4,7	13,8	171,4	0,09	0,07	0,76	14,2	0,87	
165	Гречка отварная	110	5	4,4	24,8	161,3	0,13	0,06	0	9,01	2,8	
308	Фрикадельки из птицы	60	11,4	12,3	4,9	137,2	0,08	0,03	0	11,1	0,8	
398	Напиток из плодов шиповника (витаминизированный- витамином С)	150	0,4	0	11,9	48,9	0,6	0,73	165	31,2	0,7	
ГП ¹	Хлеб ржаной	40	2,16	0,56	32,7	94	0,075	0,065	0	14,5	1	
						636,4						
	<u>Уплотненный» полдник с включением блюд ужина</u>											
137	Рагу из овощей	130	2,3	5,7	29,6	117,8	0,03	0,04	2,6	8,9	1,2	
	Яйцо отварное	50	6,3	5,8	0,35	78,5	0,3	0,05	0	11,5	0,1	
458	Ватрушка с повидлом	50	4,6	5,6	36,5	215,5	0,01	0,02	0,03	3,1	0,3	
393	Чай с лимоном	180	0,09	0,01	0,3	41,3	0	0,005	4	11,9	0,6	
						453,1						
			49,93	57,27	218,11	1542,3			189,5			

	<u>Девятый день</u>											
	<u>Завтрак</u>											
168	Каша молочная пшеничная вязкая	150	7,1	6,0	22,5	174,6	0,12	0,24	0,13	228,97	1,08	
395	Кофейный напиток	150	2,5	2,9	13,6	88	0	0,004	0,7	11,8	0,6	
3	Бутерброд с маслом сливочным, сыром	40/10/15	6,58	11,9	19,53	226	0,15	0,12	0,24	<u>188</u>	<u>1,26</u>	
						488,6						
	<u>Второй завтрак</u>											
368	Банан	100	1,5	0,2	21,8	70	0,2	0,43	10,6	12,1	1,8	
	<u>Обед</u>											
267	Салат из свеклы отварной	40	0,62	1,7	3,7	31,8	0,08	0,1	0,26	14,8	1,3	
67	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной на курином бульоне	150	6,5	5,8	11,2	150,4	0,06	0,02	1,9	11,4	0,6	
294/354	Запеканка из печени с рисом с соусом сметанным	170	13,8	10,7	40	326	0,08	0,35	1,1	3,5	3,2	
372	Компот из яблок свежих (витаминизированный)	150	0,08	0,08	10,9	43,1	0,02	0,04	0,14	41,1	0,7	
ГП ¹	Хлеб ржаной	40	2,16	0,56	32,7	94	0,075	0,065	0	14,5	1	
						645,3						
	<u>Уплотненный» полдник с включением блюд ужина</u>											
235	Творожный пудинг	130	22,7	13,5	11,5	263,2	0,03	0,37	0,45	225,2	0,89	
ГП ¹	Вафли	25	5,8	8,75	14,8	136,0	0	0	0	18,5	0,174	
393	Чай с лимоном	180	0,09	0,01	0,3	41,3	0	0,005	4	11,9	0,6	
						440,5						
			69,53	62,1	202,53	1644,4			19,5			

	<u>Десятый день</u>											
	<u>Завтрак</u>											
168	Каша молочная пшённая вязкая	150	5,9	5,5	19,3	150,5	0,12	0,34	0	217,1	0,5	
397	Какао с молоком	150	2,5	2,9	13,2	88	0	0,005	0,6	11,6	0,53	
1	Бутерброд с маслом сливочным	40/10	3,1	7,6	19,5	172	0,15	0,067	0	<u>135,8</u>	<u>1,09</u>	
						410,5						
	<u>Второй завтрак</u>											
130	Апельсин	100	0,9	0,2	8,1	40	0,04	0,003	60	34	0,3	
	<u>Обед</u>											
41	Салат из свежих огурцов	40	0,28	2,48	0,76	31,6	<u>0,4</u>	<u>0,56</u>	<u>3,5</u>	<u>11,1</u>	<u>0,39</u>	
57	Борщ на говяжьем бульоне со сметаной	150	8,6	6,7	15,8	157,4	0,05	0,1	1,6	18,6	0,87	
205	Макаронные изделия отварные с маслом	110	4,8	3,6	32,5	184,9	0,01	0,01	0	10,4	0,9	
277	Гуляш из отварного мяса	60	9,7	7,8	4,1	125,9	0,01	0,02	0,06	16,1	1,7	
122	Компот из сухофруктов (витаминизированный)	150	0	0	16,8	68	0,02	0,04	0,5	41,1	0,68	
ГП ¹	Хлеб ржаной	40	2,16	0,56	32,7	94	0,075	0,065	0	14,5	1	
						661,8						
	<u>Уплотненный» полдник с включением блюд ужина</u>											
321	Картофельное пюре	140	3,9	5,3	25,8	171	0,08	0,02	1,8	19,2	0,51	
ГП ¹	Сельдь	30	5,4	2,1	0	40,5	0,08	0,8	Сл.	12,3	0,5	
ГП ¹	Хлеб ржаной	20	1,38	0,24	8,5	47	0,01	0,01	0	5,4	0,12	
479	Булочка молочная	50	4,5	5,6	27,9	182,4	0,01	0,02	0	3,6	0,8	
392	Чай	180	0	0	3	38	0	0,005	0	11,6	0,53	
						478,9						
			53,12	49,74	227,96	1591,2			68,46			