



	Чай с сахаром	200	0,2	0	14,0	56,0
	Батон	20	1,14	1,14	11,6	67,1
	<b>Итого:</b>					611,7
<b>5</b>	<b>ЗАВТРАК</b>					
	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5
	Омлет	100	10	16,7	1,9	199
	Молоко витаминизированное	200	3,2	3,5		138,0
	Фрукты	150	1,6	0	19,8	98,0
	<b>Итого:</b>					456,0
<b>6</b>	<b>ЗАВТРАК</b>					
<b>день</b>	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5
	Плов с мясом	175	23,07	22,3	21,28	373,38
	Компот	200	2,0	0	31	126,0
	Батон	20	1,14	1,14	11,6	67,1
	<b>Итого:</b>					576,98
<b>7</b>	<b>ЗАВТРАК</b>					
<b>день</b>	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5
	Сосиска	25	4	0,4	0,5	21
	Соус красный основной	30	0,69	1,95	3,09	31,0
	Макароньы отварные	150	4,62	7,86	35,1	204,0
	Кисель	200/10	0,3	0,2	29,2	123,0
	Батон	20	1,14	1,14	11,6	67,1
	<b>Итого:</b>					522,0
<b>8</b>	<b>ЗАВТРАК</b>					
<b>день</b>	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5
	Капуста тушеная с мясом кур	200	16,52	20,34	13,2	272,02
	Молоко витаминизированное	200	3,2	3,5		138,0
	Батон	20	1,14	1,14	11,6	67,1
	Фрукты	100	1,05	0	13,2	65,3
	<b>Итого:</b>					552,92
<b>9</b>	<b>ЗАВТРАК</b>					
<b>день</b>	Овощи свежие в нарезке	60	0,42	0,09	2,16	10,5
	Котлета мясная	75	20,6	7,65	5,23	177,3
	Соус красный основной	30	0,69	1,95	3,09	31,0
	Гречневая каша	150	6,7	9,26	39,6	243,1
	Чай с сахаром	200	0,2	0	14,0	56,0
	Батон	20	1,14	1,14	11,6	67,1
	Сыр	15	3,48	4,43	0	51,1
	<b>Итого:</b>					636,0
<b>10</b>	<b>ЗАВТРАК</b>					
<b>день</b>	Запеканка творожная со сгущенным молоком	150/30	21,2	13,9	39,8	360,0
	Молоко витаминизированное	200	3,2	3,5		138,0
	Фрукты	150	1,6	0	19,3	98,0
	<b>Итого:</b>					596,0