



	Гуляш из говядины	100	12,30	12,20	4,41	175	246/1
	Макаронные изделия отварные	180	4,86	7,56	42,39	224,48	202
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379
	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	H
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>650</b>	<b>25,07</b>	<b>23,21</b>	<b>100,10</b>	<b>675,88</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>650</b>	<b>25,07</b>	<b>23,21</b>	<b>100,10</b>	<b>675,88</b>	
<b>День 9</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Рыба, тушенная в томате с овощами (минтай или хек)	100/100	9,07	13,02	11,34	199,39	229
	Пюре картофельное	180	3,33	5,26	21,42	146,86	312
	Компот из св. фруктов (яблоко)	200	0,22	0,22	15,46	64,22	348
	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	H
	Кондитерское изделие 25 (печенье)	25	1,88	2,95	18,73	104,28	H
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>545</b>	<b>17,38</b>	<b>21,77</b>	<b>86,63</b>	<b>608,75</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>545</b>	<b>17,38</b>	<b>21,77</b>	<b>86,63</b>	<b>608,75</b>	
<b>День 10</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	200	17,08	19,60	47,50	449,78	222
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389
	Хлеб пшеничный	40	2,88	0,32	19,68	94	H
	Фрукты св. (яблоко)	100	0,40	0,30	10,30	47	338
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>540</b>	<b>21,36</b>	<b>20,22</b>	<b>97,68</b>	<b>675,22</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>540</b>	<b>21,36</b>	<b>20,22</b>	<b>97,68</b>	<b>675,22</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>	<b>6095</b>	<b>216,34</b>	<b>211,43</b>	<b>1031,07</b>	<b>6951,35</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>	<b>609,5</b>	<b>21,63</b>	<b>21,14</b>	<b>103,11</b>	<b>695,14</b>	