



4 день														
Салат из свеклы с яблоком	1/50	№54	0,64	1,01	2,57	21,31	0,04	0,15	1,75	0,01	0,65	20,55	7,05	17,6
Биточки рубленные из филе	50/50	№500	19,80	17,56	18,08	315,48	0,20		0,51	0,08	1,12	278,08	38,19	362,56
Макаронны отварные с маслом	1/100	№332	3,4	6,1	22,8	163,0	0,01	0,26	0,06	0,03	0,38	24,05	5,05	25,11
Чай с сахаром	1/200	№685	0,20	0,00	14,00	56,00			0,02		0,15	5,26	0,68	1,32
Хлеб белый	1/50		6,55	4,58	28,71	230,65		1,4	0,46	0,04	1,66	21,58	29,05	70,55
<b>Итого:</b>	<b>500</b>													
5 день														
Зеленый горошек	20		1		1,7	11	0,13	0,52	5	0,06		5,2	7,6	24,4
Рагу из курицы	1/230	№489	6,96	1,19	15,57	227,31	0,04	0,39	9,46	0,07	1,29	24,98	15,35	231,15
Какао с молоком	1/200	№693	4,90	5,00	32,50	190,00	0,02		1,58	0,06	0,48	152,00	21,30	125,00
Хлеб белый	1/50		6,55	4,58	28,71	230,65		1,4	0,46	0,04	1,66	21,58	29,05	70,55
<b>Итого:</b>	<b>500</b>													
6 день														
Бутерброд с колбасой	20/30	№6	5,3	8,26	14,8	155		0,45		0,09	0,77	11,2	9,2	59,9
Макаронны отв. с сыром	10/20/170	№415	12	16,1	38,5	349	0,32	4,1	0,32	0,1	1,3	214	13,8	64,6
Хлеб белый	1/50		6,55	4,58	28,71	230,65		1,4	0,46	0,04	1,66	21,58	29,05	70,55
Чай с лимоном	1/200	№686	0,04	0,00	16,10	65,20		0,02	2,88		0,32	13,00	2,24	4,06
<b>Итого:</b>	<b>500</b>													
7 день														
Салат из белокочанной капусты	1/55	№43	0,92	3,37	5,87	58,08			30,03	0,02	0,53	36,96		
Тефтели из птицы с соусом	45/50	№461	10,74	7,02	3,80	122,18	0,01	0,31	0,45	0,02	0,50	22,87	11,24	55,97
Каша гречневая с маслом	1/100	№311/Т4	3,70		18,15	133,32			0,14		0,90	34,58		
Кофейный напиток	1/200	№692	2,50	3,60	28,70	152,00	0,01		0,65	0,02	0,07	62,89	7,00	45,00
Хлеб белый	1/50		6,55	4,58	28,71	230,65		1,4	0,46	0,04	1,66	21,58	29,05	70,55
<b>Итого:</b>	<b>500</b>													
8 день														
Салат из моркови	1/50	№100301	2,9	3,8	13,4	95,9	0,18	4,45	2,3	0,05	0,75	40	37,6	88,7
Сосиски отв. с соусом	50/50	№536	8,63	9,49	16,77	186,94	0,12	1,45	2,05	0,14	2,89	17,4	62,73	151,53
Пюре картофельное	1/100	№520	2,10	5,50	14,50	126,00	0,02	0,12	12,13	0,09	0,67	24,67	18,53	57,73

Чай с сахаром	1/200	№685	0,20	0,00	14,00	56,00			0,02		0,15	5,26	0,68	1,32
Хлеб белый	1/50		6,55	4,58	28,71	230,65		1,4	0,46	0,04	1,66	21,58	29,05	70,55
<b>Итого:</b>	<b>500</b>													
<b>9 день</b>														
Пряники молочные	50		2,8	2,5	38	175								
Каша молочная с маслом	1/250	№120211	3	1,6	14	82,9	0,1			0,09	0,54	42,2	20,43	70,1
Какао с молоком	1/200	№693	4,90	5,00	32,50	190,00	0,02		1,58	0,06	0,48	152,00	21,30	125,00
<b>Итого:</b>	<b>500</b>													
<b>10 день</b>														
Салат из свеклы с яблоком	1/50	№54	0,64	1,01	2,57	21,31	0,04	0,15	1,75	0,01	0,65	20,55	7,05	17,6
Курица тушенная в соусе	1/50/50	№493	13,10	8,05	2,45	139,00		0,22	0,03	0,03	1,36	24,95	13,11	17,20
Рис отварной с маслом	1/100	№511	1,40	3,00	12,40	72,67	0,02	0,19		0,02	0,35	0,91	10,87	40,60
Чай с сахаром	1/200	№685	0,20	0,00	14,00	56,00			0,02		0,15	5,26	0,68	1,32
Хлеб белый	1/50		6,55	4,58	28,71	230,65		1,4	0,46	0,04	1,66	21,58	29,05	70,55
<b>Итого:</b>	<b>500</b>													

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ Под ред. Ф.Л. Марчука и В.Т.Лапиной. - Изд. Хлебпродинформ, 2004..
2. Химический состав российских пищевых продуктов. (Под ред. И.М. Скурихина и В.А. Тутельяна. М.: ДеЛи принт, 2007