

	1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
с	Каша кукурузная молочная с маслом	180/5 гр (169,2 ккал)	Омлет н с маслом	100/5гр(195Кк)	Запеканка творожная	130гр (235,7Ккал)	Каша геркулесовая молочная, с маслом	180/5гр (186,4Ккал)	Суп молочный с крупой гречневой	200гр (132,4Ккал)
	Хлеб с маслом	30/5гр (116,9 ккал)	Икра кабачковая	60гр(71,4Кк)	Сгущенное молоко	30 гр (99Ккал)	Хлеб с маслом	40/5гр (143,4Ккал)	Хлеб с маслом и сыром	30/5/10гр (152,9Ккал)
	Кофейн напиток с молоком	180 гр(91 ккал)	Хлеб с маслом и сыром	40/5/10гр(179,4Кк)	Хлеб с повидлом	30/30 гр 79,5/60Ккал)	Чай с сахаром	180гр (40Ккал)	Чай с молоком	160гр (36,44Ккал)
			Какао с молоком	180гр(106,8Кк)	Чай с сахаром	180 гр (40Ккал)				
	Всего	400гр(377,1 ккал)	Всего	400гр(552,6 Кк)	Всего	400гр (514,2Ккал)	Всего	410гр (369,8Ккал)	Всего	405гр (321,74Ккал)
	Сок фруктовый	1 шт 200 гр (84кк)	кисломолочный напиток	150гр(118,5Кк)	Молоко	150гр (85Ккал)	Сок фруктовый	(1шт) 200гр (84Ккал)	кисломолочный напиток	160гр (126,4Ккал)
с	Салат из св капусты с кукурузой	50 гр(54 ккал)	Огурец соленый	40гр(23,9Кк)	Салат из картофеля с морковью и соленым огурцом	50гр (43,3Ккал)	Салат из свеклы	50гр (46,95Ккал)	Салат из моркови с сахаром	50гр (26,15Ккал)
	Борщ вегетарианский со сметаной	180/5 гр(85,86ккал)	Суп овощной на курином бульоне, со сметаной	180/5гр (101,5Кк)	Суп с рыбными консервами	180 гр (120,4Ккал)	Суп крестьянский на мясном бульоне, со сметаной	180/5гр (76,6Ккал)	Суп гороховый на мясном бульоне	180гр (91,7Ккал)
	Рыба, припущенная в молоке	70 гр(87,5ккал)	Плов из отварного мяса птицы	190гр (367,3Ккал)	Биточки куриные	80 гр (219Ккал)	Жаркое по - домашнему	190гр (229,1Ккал)	Бигус с мясом	170гр (228,7Ккал)
	Пюре картофельное	100гр(91,3ккал)	Кисель плодово-ягодный	180гр (94,7Ккал)	Молочный соус	20гр(26,64Ккал)	Компот из изюма и чернослива	180гр (65Ккал)	Компот из кураги	180гр (102,7Ккал)
	компот из сухофруктов	180 гр(65ккал)	Хлеб ржаной	50гр (132,5Ккал)	Гречка рассыпчатая	100гр (180Ккал)	Хлеб ржаной	50гр (132,5Ккал)	Хлеб ржаной	50гр (132,5Ккал)
	хлеб ржаной	40 гр (106ккал)			Отвар из плодов шиповника	180гр (100,8 Ккал)				
					Хлеб ржаной	40гр (106Ккал)				
	всего	625гр(487,05ккал)	всего	645гр (719,93Кк)	всего	650гр (796,14Ккал)	всего	655гр (550,15Ккал)	всего	630гр (581,75Ккал)
	печень по строгановски	100гр(234ккал)	Рагу из овощей в сметанном соусе	230/30гр (197,65/22,2Ккал)	Макароны отварные, с сыром, с маслом	120/5/5гр (108,78Ккал)	Рыба, запеченная с овощами в яйцах	180гр (225Ккал)	запеканка творожная	100гр (311,5Ккал)
	макароны отварные	120/5/ (108,78Ккал)	Хлеб пшеничный	30гр (79,5 Ккал)	Хлеб пшеничный	40гр (106Ккал)	Хлеб пшеничный	40гр (106Ккал)	Сгущенное молоко	20гр (66Ккал)
хлеб пшеничный	40гр(106ккал)	Чай с лимоном – 180гр (41Ккал)	180гр (41Ккал)	Кофейный напиток с молоком	180гр (91Ккал)	Чай с лимоном	200гр (45,5Ккал)	Хлеб пшеничный	40гр (106Ккал)	
чай с сахаром	200гр(44,4ккал)	Крендель сахарный	60гр (197Ккал)	Фрукты свежие	130 гр (61,1Ккал)	Булочка молочная	60гр (118,8Ккал)	Чай с сахаром	200гр (102,6Ккал)	
Пряники	40гр(140ккал0)							Фрукты свежие	130гр (100,6Ккал)	
всего	410гр(539,76ккал)	всего	540гр(537,35Кк)	всего	480гр (366,88Ккал)	всего	480гр (495,3Ккал)	всего	490гр (686,7Ккал)	
Итого день	1635гр(1487,92)	Итого день	1735гр(1928,38Ккал)	Итого день	1680гр (1762,22Ккал)	Итого день	1745гр (1499,25Ккал)	Итого день	1685гр (1716,59Ккал)	