

I день

		Выход	Б	Ж	У	Ккал.
Завтрак	Каша манная	200	3,4	0,2	82,5	120,0
	Хлеб с маслом	40-10	3,5	3,1	18,4	113,3
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
			9,7	6,5	48,9	291,3
II завтрак	Яблоко	130	0,52	-	13,5	58,5
	Натуральный сок	180	0,17	-	21,1	82,3
			0,69	-	34,6	140,8
Обед	Суп мясной с верм. картош.	200	2,7	0,16	19,0	88,9
	Картофельное пюре	200	19,9	6,0	30,0	259,5
	Сок брусничн.	20	0,6	-	46,0	192,0
	Хлеб	50	3,5	0,5	23,0	113,2
	Салат капустн.	50	2,0	3,3	15,0	75,0
			28,7	9,96	133,0	728,6
Полдник	Рогалики с повидлом	50	2,94	0,31	19,71	95,42
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
			5,74	3,51	24,41	153,42
	Итого:		44,83	19,97	240,91	1314,1

Медсестра:

/Андросова А.Г./

II день.

		Выход	Б	Ж	У	Ккал.
Завтрак	Каша гречневая	200	6,4	1,4	9,5	180,0
	Хлеб с маслом	50	3,5	3,1	18,4	113,3
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
	Печенье	20	1,3	2,3	7,4	53,6
				14,0	10,0	40,0
Позавтрак	Банан	130	0,52	-	13,5	58,5
	Сок яблочный	100	0,5	-	11,7	47
			1,02	-	24,5	105,5
Обед	Борщ из свежей капусты	200	2,2	4,2	12,8	98,0
	Гуляш с макаронами	50/150	13,9	20,4	9,0	340,0
	Кисель	200	0,06	-	26,0	115,0
	Хлеб	50	3,5	0,5	23,0	115,0
			39,32	25,1	70,8	66,8
Полдник	Пирог сладкий	50	2,35	4,6	32,1	275,0
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
			5,15	7,8	36,8	333,0
	Итого:		59,49	93,39	265,49	909,3

Медсестра:

/Андросова А.Г./

III день

		Выход	Б	Ж	У	Ккал.
Завтрак	Каша рисовая	200	3,0	0,2	34,8	156,0
	Хлеб с маслом	50	3,5	3,1	18,4	113,3
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
			9,3	6,5	57,9	327,3
II завтрак	Яблоко	130	0,52	-	13,5	58,5
	Натуральный сок	180	0,17	-	21,1	82,3
			0,69	-	34,6	140,8
Обед	Пельмени картошкой	200	9,6	3,3	5,4	84,0
	Плов	150	19,6	19,6	43,7	402,8
	Огурцы солен.	50	0,3	0,05	0,95	55
	Хлеб	50	3,3	0,6	17,1	90,5
			32,8	23,55	67,15	632,3
Полдник	Лепешки	50	4,0	2,6	26,8	149,5
	Чай сладкий	200	-	-	14,34	58,8
	Яблоки	50	0,2	0,2	4,9	22,5
			4,2	2,8	46,04	230,8
	Итого:		46,99	32,85	205,69	848,4

Медсестра:

/Андросова А.Г./

IV день.

		Выход	Б	Ж	У	Ккал.
Завтрак	Молочный суп	200	8,0	8,0	30,7	245,0
	Хлеб с маслом	50	3,5	3,1	18,4	113,3
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
			14,3	11,7	58,4	418,0
II завтрак	Банан	130	0,48	0,35	11,4	50
	Натуральный сок	180	0,17	-	21,1	82,3
			0,65	0,35	32,5	132,3
Обед	Уха с рисом, картошкой	200	17,04	0,8	-	65
	Гуляш с гречкой, подл.	150	10,9	7,3	29,2	222,5
	Кисель фруктово-ягод.	200	0,8	-	30,2	120,0
	Хлеб	50	3,5	0,5	23,0	113,2
			32,24	8,1	82,4	520,7
Полдник	Булочки	50	4,08	4,01	28,8	160,8
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,8
			6,8	7,3	37,5	238,0
	Итого:		53,99	35,55	210,8	1309

Медсестра:

/Андросова А.Г./

V день.

		Выход	Б	Ж	У	Ккал.
Завтрак	Каша манная	200	3,4	0,2	82,5	120,0
	Хлеб с маслом	40-10	3,5	3,1	18,4	113,3
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
	Печенье	20	1,3	2,3	7,4	53,6
				11,0	8,8	112,55
II завтрак	Яблоко	130	0,52	-	13,5	58,5
	Сок брусничный	100	0,1	0,04	8,71	34,72
			0,53	0,04	94,7	93,22
Обед	Суп с фрикадельками	200	12,0	4,2	6,8	105,8
	Рыба жарен. с карт. пюре	50	11,5	3,3	19,3	217,0
	Компот из сухофруктов	200	0,8	-	30,2	120,0
	Хлеб	50	3,5	0,5	23,0	115,0
			27,8	8,0	79,3	557,8
Полдник	Печенье домаш.	50	3,2	5,9	30,1	218,0
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
	Апельсины	50	0,4	0,1	4,05	20,0
			6,4	9,2	38,85	296,0
	Итого:		45,73	26,04	325,4	1291,9

Медсестра:

/Андросова А.Г./

VI день.

		Выход	Б	Ж	У	Ккал.
Завтрак	Каша гречневая	200	6,4	1,4	9,5	180,0
	Хлеб с маслом	40-10	3,5	3,1	18,4	113,3
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
			12,7	7,7	32,6	351
II завтрак	Банан	130	0,52	-	13,5	58,5
	Сок яблочный	100	0,5	-	11,7	47
			1,02	-	24,5	105,5
Обед	Борщ с рисом	200	2,2	4,2	12,8	98,0
	Гуляш с макаронами	150	13,9	20,4	9,0	340,0
	Сок фруктовый	150	0,6	-	17,0	68,0
	Салат гороховый	25	1,25	0,05	3,2	8,5
	Хлеб	50	3,5	0,5	23,0	115,0
			21,45	25,15	65	629,5
Полдник	Чай сладкий	200	-	-	14,24	58,8
			4,0	0,45	38,74	176,3
			4	0,45	52,98	235,1
	Итого:		39,17	33,3	175,08	1321,1

Медсестра:

/Андросова А.Г./

VII день.

		Выход	Б	Ж	У	Ккал.
Завтрак	Каша рисовая	200	3,0	0,2	34,8	156,0
	Хлеб с маслом	40-10	3,5	3,1	18,4	113,3
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
			9,3	6,5	57,9	327,3
	Банан	130	0,48	0,35	11,4	50
	Натуральный сок	180	0,17	-	21,1	82,3
			0,65	0,35	32,5	132,3
Обед	Суп мясной с картошкой	200	2,7	0,16	19,0	88,9
	Гуляш с картош	150	19,9	6,0	30,0	259,5
	Кисель	200	0,06	-	26,0	108,0
	Огурцы солен.	50	0,3	0,05	0,95	5,5
	Хлеб	50	3,5	0,5	23,0	115,0
			26,46	6,71	98,95	576,9
Полдник	Булочки	50	4,08	4,01	28,8	160,8
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,8
	Бананы	50	0,4	0,1	4,0	20,0
			7,28	7,31	37,5	239,6
	Итого:		43,69	20,87	156,7	1276,1

Медсестра:

/Андросова А.Г./

VIII день.

		Выход	Б	Ж	У	Ккал.
Завтрак	Молочный суп	200	8,0	8,0	30,7	245,0
	Хлеб с маслом	40-10	3,5	3,1	18,4	113,3
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
			14,3	14,3	53,8	416,3
Обед	Яблоко	130	0,52	-	13,5	58,5
	Натуральный сок	180	0,17	-	21,1	82,3
			0,69	-	34,6	140,8
Обед	Суп с фрикадельками	200	12,0	4,2	6,8	105,8
	Гуляш с гречкой	150	10,9	7,3	29,2	222,5
	Сок брусничный	200	0,6	-	46,0	192,0
	Хлеб	50	3,5	0,5	23,0	113,2
	Салат капустный	50	2,0	3,3	15,0	75,0
			29	15,3	120	708,5
Полдник	Пирог сладкий	50	2,35	4,6	32,1	275,0
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
			5,15	7,8	36,8	333
	Итого:		49,14	37,4	245,2	1598,6

Медсестра:

/Андросова А.Г./

IX день.

		Выход	Б	Ж	У	Ккал.
Завтрак	Каша манная	200	3,4	0,2	82,5	120,0
	Хлеб с маслом	40-10	3,5	3,1	18,4	113,3
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
			9,7	6,5	48,9	291,3
II завтрак	Яблоко	130	0,52	-	13,5	58,5
	Натуральный сок	180	0,17	-	21,1	82,3
			0,69	-	34,6	140,8
Обед	Суп мясной с вермишелью	200	2,7	0,16	19,0	88,9
	Тефтели рыбн. с картошкой	150	19,8	5,9	43,0	305,0
	Сок натуральный	200	0,6	-	17,0	68,0
	Свекольный салат	50	0,9	-	5,3	24,5
	Хлеб	50	3,5	0,5	23,0	115,0
			27,5	6,56	107,3	601,4
Полдник	Вафли	20	0,6	0,5	15,9	70,0
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
	Яблоки	50	0,2	0,2	4,9	22,5
			3,6	3,9	25,5	150,5
	Итого:		41,49	16,96	216,3	1184

Медсестра:

/Андросова А.Г./

Х день.

		Выход	Б	Ж	У	Ккал.
Завтрак	Каша гречневая	200	6,4	1,4	9,5	180,0
	Хлеб с маслом	40-10	3,5	3,1	18,4	113,3
	Чай с молоком	200	2,8	3,2	4,7	58,0
			12,7	7,7	32,6	351,3
II завтрак	Банан	130	0,48	0,35	11,4	50
	Натуральный сок	180	0,17	-	21,1	82,3
			0,65	0,35	32,5	132,3
Обед	Пельмени с картошкой	200	9,6	3,3	5,4	84,0
	Жаркое по-домашнему	200	19,9	6,0	30,0	259,5
	Салат морковный	50	0,75	0,1	4,05	22,0
	Сок брусничный	200	0,6	-	46,0	192,0
	Хлеб	50	3,5	0,5	23,0	115,0
				34,35	9,9	108,45
Полдник	Булочки	50	4,08	4,01	28,8	160,8
	Чай с сахаром	200	-	-	14,34	58,8
			4,08	4,01	43,14	219,6
	Итого:		51,78	21,96	216,69	7455,7

Медсестра:

/Андросова А.Г./

