

Обед	Овощи натуральные/соленые	60	0,8	0,1	2,5	14	№ 70
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,58	1,57	3,68	29,77	№ 82
	Макаронные изделия отварные	150	6,7	6,73	43,2	259,2	№ 202
	Гуляш из куриного филе	80/10	22	9,19	1,34	179,29	№ 175
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,5	№ 701
	Хлеб ржаной	30	1,44	0,36	12,48	59,4	№ 700
	Сок фруктовый	200	1,4	0	26,6	110	№ 389
	Итого за обед:	760	37,72	18,35	114,4	769,16	
Обед	Рассольник Ленинградский	200	3,5	6,5	16,5	137,5	№ 96
	Картофельное пюре	150	3,6	4,8	20,44	136,5	№ 312
	Рыба тушеная в томате с овощами	90	14,52	8,03	7,51	160,29	№ 229
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,5	№ 701
	Хлеб ржаной	30	1,44	0,36	12,48	59,4	№ 700
	Компот из сухофруктов	200	0,7	0,2	29,08	120,2	№ 349
	Яблоко свежее	100	1,5	0,5	21,0	96	№ 338
	Итого за обед:	800	29,06	20,79	112,73	827,39	
Обед	Овощи натуральные/соленые	60	0,8	0,1	2,5	14	№ 70
	Суп картофельный с бобовыми	200	7,75	4,52	33,28	193,5	№ 102
	Каша гречневая рассыпчатая	150	9,93	5,98	44,68	268,3	№ 171
	Фрикадельки из птицы или кролика	90	8,1	7,22	7,86	127,10	№ 297
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,5	№ 701
	Хлеб ржаной	30	1,44	0,36	12,48	59,4	№ 700
	Сок фруктовый	200	1,4	0	26,6	110	№ 389
	Итого за обед:	760	31,82	18,58	152	889,8	
Обед	Овощи натуральные/соленые	60	0,8	0,1	2,5	14	№ 70
	Суп гречневый	200	2,33	2,7	16,22	96,4	№ 101
	Жаркое по-домашнему	240	13,46	28,4	1,14	312	№ 259
	Компот из сухофруктов	200	0,7	0,2	29,08	120,2	№ 349
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,5	№ 701
	Хлеб ржаной	30	1,44	0,36	12,48	59,4	№ 700
	Итого за обед:	760	22,53	32,16	86,02	718,5	
Обед	Салат из свеклы с сыром	60	3,27	6,57	5,033	92,33	№ 50
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,6	3	11,6	79,35	№ 112
	Каша рассыпчатая из крупы рисовой	150	4,92	4,76	51,44	243,12	№ 171,1
	Фрикадельки из птицы или кролика	90	8,1	7,22	7,86	127,10	№ 297

	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,5	№ 701
	Хлеб ржаной	30	1,44	0,36	12,48	59,4	№ 700
	Компот из сухофруктов	200	0,7	0,2	29,08	120,2	№ 349
	Итого за обед:	760	23,83	22,51	142,09	839	
Обед	Овощи натуральные/соленые	60	0,8	0,1	2,5	14	№ 70
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,58	1,57	3,68	29,77	№ 82
	Макаронные изделия отварные	150	7,8	7,16	49,18	289,44	№ 202
	Гуляш из куриного филе	80/10	22	9,19	1,34	179,29	№ 175
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,5	№ 701
	Хлеб ржаной	30	1,44	0,36	12,48	59,4	№ 700
	Сок фруктовый	200	1,4	0	26,6	110	№ 389
	Итого за обед:	760	38,82	18,78	120,38	799,4	
Обед	Рассольник Ленинградский	200	3,5	6,5	16,5	137,5	№ 96
	Картофельное пюре	150	3,6	4,8	20,44	136,5	№ 312
	Рыба тушеная в томате с овощами	90	14,52	8,03	7,51	160,29	№ 229
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,5	№ 701
	Хлеб ржаной	30	1,44	0,36	12,48	59,4	№ 700
	Компот из сухофруктов	200	0,7	0,2	29,08	120,2	№ 349
	Яблоко свежее	100	1,5	0,5	21,0	96	№ 338
	Итого за обед:	800	29,06	20,79	131,61	827,39	
Обед	Салат из свеклы с сыром	60	3,27	6,57	5,033	92,33	№ 50
	Суп гречневый	200	2,33	2,7	16,22	96,4	№ 101
	Каша рассыпчатая из крупы рисовой	150	4,92	4,76	51,44	243,12	№ 171,1
	Гуляш из говядины	90	25	10,11	1,32	179,29	№ 260
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,5	№ 701
	Хлеб ржаной	30	1,44	0,36	12,48	59,4	№ 700
	Сок фруктовый	200	1,4	0	26,6	110	№ 389
	Итого за обед:	760	42,16	24,9	137,69	898,04	
Обед	Салат из свеклы с сыром	60	3,27	6,57	5,033	92,33	№ 50
	Суп картофельный с бобовыми	200	7,75	4,52	33,28	193,5	№ 102
	Каша Артек рассыпчатая	150	10,1	4,94	56	289,1	№ 121
	Фрикаделька из птицы или кролика	90	8,1	7,22	7,86	127,10	№ 297
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,5	№ 701
	Хлеб ржаной	30	1,44	0,36	12,48	59,4	№ 700

	Компот из сухофруктов	200	0,7	0,2	29,08	120,2	№ 349
	Итого за обед:	760	35,16	24,21	168,33	999,13	
Обед	Овощи натуральные/соленые	60	0,8	0,1	2,5	14	№ 70
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,6	3	11,6	79,35	№ 112
	Плов из курицы	240	5,62	8,86	36,26	239,78	№ 291
	Хлеб пшеничный	30	3,8	0,4	24,6	117,5	№ 701
	Хлеб ржаной	30	1,44	0,36	12,48	59,4	№ 700
	Компот из сухофруктов	200	0,7	0,2	29,08	120,2	№ 349
	Итого за обед:	760	13,96	12,92	116,52	630,23	