

	4 День					
Завтрак	Масло сливочное 82,5%	15	0,08	12,38	0,12	112,20
	Омлет натуральный	116	10,78	19,20	2,04	224,00
	Каша вязкая на молоке (рисовая)	220	8,78	11,70	50,23	343,11
	Чай с лимоном рец. 2	200	0,06	0,00	10,20	42,28
	Хлеб пшеничный	55	4,40	0,55	27,01	130,90
	Итого завтрак :	606	18,393	29,229	87,831	691,292
Второй завтрак	Фрукт в ассортименте	200	1,80	0,40	16,20	86,00
	Итого второй завтрак :	200	1,8	0,4	16,2	86
Обед	Салат из отварной свеклы с соленым огурцом и горошка зеленого консервированного с маслом растительным	100	0,84	5,05	3,55	63,24
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,50	4,45	16,10	143,73
	Рагу из птицы (цыплята)	280	21,00	21,00	18,54	316,01
	Компот из плодов быстрозамороженных ягод	200	0,12	0,04	16,70	50,04
	Хлеб пшеничный	40	3,20	0,40	19,64	95,20
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
	Итого обед :	910	33,295	31,38	90,921	748,213
Полдник	Оладьи с яблоками	100	9,49	6,86	46,40	274,64
	Молоко сгущенное	30	0,87	0,96	1,41	18,00
	сок фруктовый в ассортименте	200	2,00	0,00	20,00	86,00
	Итого Полдник :	315	11,706	8,464	78,949	437,325
Ужин	Овощи свежие (огурцы)	30	0,21	0,03	0,57	4,00
	Шницель куриный	90	8,40	5,19	7,16	127,23
	Пюре картофельное	180	2,56	5,93	17,12	132,37
	Соус томатный	50	0,72	2,15	4,17	39,35
	Чай с лимоном рец. 2	200	0,06	0,00	10,20	42,28
	Хлеб пшеничный	55	4,40	0,55	27,01	130,90
	Сыр полутвердый	15	3,90	3,92	0,00	51,60
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,44	16,40	80,00
	Итого ужин :	660	23,3864	18,82406	83,3931	618,1086
Втрый ужин	Биойогурт 2%	200	10,00	6,40	7,00	136,00
	Итого втрый ужин :	200	10	6,4	7	136
	Итого за 4 день	2891	98,5804	94,69706	364,2941	2716,939