

		V день						
Рыба тушеная с овощами или Котлета рыбная	75/50 100	13,2	12,7	40,7	43,2	1,1	309	159
Рис отв.	1/150	3,1	6,1	25,2	48	0,04	215	214
Сок или Чай	200	1,3	-	13,9	17	7		54
Хлеб ржаной	30	1,4	0,2	3,2	6	0		43
Итого за день:		19	19	83	114,2	8,14		470
Цена:	90,00							
		VI день						
Овощи порционные	50	0,4	-	18	12	5		6,5
Куры тушеные	80/50	9,9	11,9	16,8	9,6	7,47	425	158
Каша гречневая	150	7,2	6,9	21,8	24	0	255	190,5
Напиток фруктовый	200	0,1	0	23,2	14	0,1	585	72
Хлеб ржаной	30	1,4	0,2	3,2	6	0		43
Итого за день:		19	19	83	65,6	12,57		470
Цена:	90,00							
		ИЛИ						
Омлет с наполнителем	1/120	9,24	9,82	2,97	182,24	0,29	2/16	343,05
Фрукт	150							95
Компот фруктовый	200	0,1	0	25,2	14	0,1	585	96
Хлеб ржаной	30	1,4	0,2	3,2	6	0		43
Цена:	90,00							
		VII день						
Запеканка творожная со сгущенным молоком или повидлом	150/50	12,7	11,7	24,1	152	0,3	297	301
Чай	200	0,2	0	14	122	0	643	56
Кондитерское изделие	100	6,1	7,3	44,9	0	0		113
Итого за день:		19	19	83	274	0,3		470
Цена:	90,00							
		VIII день						
Мясо тушеное	75/50	12	11,7	29,9	7,5	5,7	390	234,5
Картофель запеченный	150	5,5	7,1	33,2	2,25	16,5	255	129,5
Чай с сахаром	200	0,1	0	16,7	14	0	629	63
Хлеб ржаной	30	1,4	0,2	3,2	6	0		43
Итого за день:		19	19	83	29,75	22,2		470
Цена:	90,00							
		IX день						
Пельмени	200	14,5	5,8	37,8	0	0,07	422	249
Чай с сахаром	200	0,1	0	16,7	14	0	629	63
Хлеб ржаной	30	1,4	0,2	3,2	6	0		43
Блинчики	100	3	13	25,3	0	0		115
Итого за день:		19	19	83	20	0,07		470

