

Одиннадцатый день	Выход	Б	Ж	У	Э/Ц.
Завтрак					
Масло сливочное	10	0,10	8,20	0,10	75,00
Каша гречневая на молоке	200	32,49	9,82	33,22	351,22
Напиток кофейный	200	2,01	2,39	25,65	131,87
Хлеб пшеничный	50	3,85	1,50	24,90	131,00
ИТОГО:	460	38,45	21,91	83,87	689,09
Обед					
Огурцы свежие	50	0,40	-	1,70	8,00
Помидоры свежие	50	0,60	0,10	2,30	13,00
Борщ зеленый	250	4,12	8,88	21,44	182,00
Рыба тушеная	75	19,41	16,69	4,99	248,46
Картофельное пюре	150	3,20	6,06	23,30	160,46
Компот фруктовый	200	0,56	-	27,89	113,79
Хлеб пшеничный	100	7,70	3,00	49,83	262,00
Хлеб ржаной	50	3,03	0,60	17,10	90,50
ИТОГО:	925	39,02	35,33	148,53	1078,21

Двенадцатый день	Выход	Б	Ж	У	Э/Ц.
Завтрак					
Масло сливочное	20	0,10	16,50	0,16	149,60
Сыр российский	20	4,60	5,80	-	72,00
Каша рисовая молочная	200/10	8,00	14,93	73,30	460,00
Чай с сахаром	200	2,01	1,39	25,65	131,87
Хлеб пшеничный	50	3,85	1,50	24,90	131,00
Хлеб ржаной	50	3,03	0,60	17,10	90,50
ИТОГО:	650	21,59	40,72	141,11	1034,97
Обед					
Огурцы свежие	50	0,40	-	1,70	8,00
Помидоры свежие	50	0,60	0,10	2,30	13,00
Суп из овощей	250	14,83	10,37	29,90	266,15
Курица в томат. сметан. соусе	70/50	10,5	15,5	10,8	235,44
Каша гречневая	150	10,00	8,37	54,59	332,00
Компот из сухофруктов	200	0,24	-	29,67	116,84
Хлеб пшеничный	100	7,70	3,00	49,83	262,00
Хлеб ржаной	50	3,03	0,60	17,10	90,50
ИТОГО:	820	49,3	37,94	195,89	1323,93