

| Третий день | Выход | Б | Ж | У | Э/Ц. |
|-------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Завтрак | | | | | |
| Масло сливочное | 10 | 0,10 | 8,20 | 0,10 | 75,00 |
| Сыр российский | 20 | 4,60 | 5,80 | - | 72,00 |
| Каша Геркулесовая молочная | 200/10 | 8,00 | 14,93 | 73,30 | 460,00 |
| Чай с лимоном | 200 | 2,01 | 2,39 | 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: | 540 | 21,59 | 33,42 | 141,05 | 960,37 |
| Обед | | | | | |
| Огурцы свежие | 50 | 0,40 | - | 1,70 | 8,00 |
| Помидоры свежие | 50 | 0,10 | 0,10 | 2,30 | 13,00 |
| Суп картофельный с фасолью | 250 | 11,40 | 7,92 | 27,96 | 229,20 |
| Тефтели из говядины | 80 | 30,8 | 12,2 | 0,0 | 534,3 |
| Макароны отварные | 150 | 7,14 | 6,43 | 38,10 | 239,20 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,20 | - | 29,00 | 117,00 |
| Хлеб пшеничный | 100 | 7,70 | 3,00 | 49,83 | 262,00 |
| Хлеб ржаной | 50 | 3,03 | 0,60 | 17,10 | 90,50 |
| ИТОГО: | 1030 | 60,77 | 30,25 | 165,99 | 1493,2 |

| Четвертый 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 |