

Итого за день		26,5	40,5	117,8	1217	0,44	29,07	62,8	3,2	369,72	10,23	109,6	2,2	
<b>День четвертый</b>														
З	Омлет	150	4,9	10,5	155,0	0,1	0,3	51,0	0,7	128,3	2,8	21,6	0,5	120302
А	Кофейный напиток	200	3,7	25,8	155,6	2,4	0,6	16,2	0,0	15,12	1,8	31,1	0,1	160103
В	Бутерброд с сыром	40/30	11,63	26,76	381,17	23	0,53	15,4	8,0	309,38	1,75	24,73	17,0	ТТК3197
Т	<b>итого</b>		<b>32,73</b>	<b>63,06</b>	<b>691,77</b>	<b>25,5</b>	<b>1,43</b>	<b>82,6</b>	<b>8,7</b>	<b>452,8</b>	<b>6,35</b>	<b>77,43</b>	<b>17,6</b>	
Р	Салат «Витаминный»	100-150	1,5	11,0	91	0,02	10,96	0,0	0,1	30,48	0,76	15,63	0,03	21
А	Гречка с куриной голенью с томатным соусом	250-300	10,0	41,7	268	0,2	0,0	13,5	0,4	11,9	3,4	100,0	0,1	297,сб ШК 2004г
К	Чай с сахаром	200	0,0	16,0	63,8	0,0	0,0	0,0	0,0	3,9	0,0	0,0	0,0	160105
	Хлеб из муки пшеничной	40	1,2	20,6	104,8	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	0,5	5,2	0,0	200102
	Хлеб ржано-пшеничный	20	0,2	9,9	46,4	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	0,6	5,0	0,0	200103
	<b>итого</b>		<b>15,6</b>	<b>99,2</b>	<b>574,0</b>	<b>0,22</b>	<b>10,96</b>	<b>13,5</b>	<b>1,4</b>	<b>105,68</b>	<b>5,26</b>	<b>125,83</b>	<b>0,13</b>	
	<b>Итого за день</b>		<b>48,33</b>	<b>162,26</b>	<b>1265,77</b>	<b>25,72</b>	<b>12,39</b>	<b>96,1</b>	<b>10,1</b>	<b>558,48</b>	<b>11,61</b>	<b>203,26</b>	<b>17,73</b>	
<b>День пятый</b>														
З	Каша овсяная на молоке	200	6,3	13,6	151,4	0,1	0,3	22,1	0,4	81,4	0,1	0,8	33,2	120209
А	Чай с сахаром	200	0,0	16,0	63,8	0,0	0,0	0,0	0,0	3,9	0,0	0,0	0,0	160105
В	Бутерброд с маслом	40/30	2,70	16,6	153	0,04	0,05	0,02	0,47	10,0	8,0	27,0	0,6	1519
Т	<b>итого</b>		<b>9,0</b>	<b>46,2</b>	<b>368,2</b>	<b>0,14</b>	<b>0,35</b>	<b>22,12</b>	<b>0,87</b>	<b>95,3</b>	<b>8,1</b>	<b>27,8</b>	<b>33,8</b>	
Р	Салат из свежих помидоров	60-100	0,7	3,8	51	0,04	13,52	0,0	0,0	12,60	0,57	11,82	0,02	12
А	Гуляш	100	20,5	3,8	289,0	0,06	1,11	0,01	0,02	14,36	3,07	27,06	0,14	92