				IV-день										
	I Завтрак													
296	Каша гречневая	100	5,82	1,53	0,63	154,71	0,213				90,273			1,438
261	Яйцо отварное	50	6,35	5,75	0,35	78,5								
4	Сыр	15	1,87	3,6	3,9	55,5								
359	Кофе на молоке	200	2,24	2,1	22,48	118,84	0,024	0,65			69,22			0,354
480	Хлеб пшеничный	100	8,4	1,1	28,7	180								
	II Завтрак													
494	Булка	80	9,84	0,32	38,96	224								
	Обед													
593	Рассольник домашний	250	8,35	6,17	16	145,32	0,131	13,160			43,327			2,746
174	Картофельное пюре	150	2,36	4,84	13,71	724,03	0,122	17,751			46,628			1,036
68,2	Котлеты с жиром	80	8,71	11,49	8,8	205	0,159	0,149			24,628			2,910
662	Салат из моркови	100	1,16	2,07	10,07	62,67	0,071	3,43			39,98			0,769
407	Сок	200			27,4	112	0,4	8						
480	Хлеб пшеничный	150	12,6	1,65	43,05	178,26								
	Ужин													
310	Каша пшеничная	100	2,82	0,32	0,24	77,39	0,082							1,617
1	Масло сливочное	15	0,6	6,42	3,94	75,9								
430(а)	Чай с сахаром	200	0,2	0,06	10	42								
480	Хлеб пшеничный	100	8,4	1,1	28,7	180								
	Итого		**79,72**	**34,79**	**256,93**	**2114,32**	**1,418**	**43,14**			**314,05**			**10,78**
	I Завтрак			V-день										
531	Плов	200	12,76	11,14	3,2	319,28	1,467	8,19			23,335			2,419
1	Масло сливочное	15	0,6	6,42	3,94	75,9								
120	Какао на молоке	200	6,2	6,4	22,36	169,82	0,04	0,24			221,14			0,7
480	Хлеб пшеничный	100	8,4	1,1	28,7	180								
	II Завтрак													
458(в)	Мандарины	200	1,6	0,4	15	70								
	Обед													
	Суп рисовый	250	3,75	5,25	17,5	132,5								