СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ

(должность)
(ΦИО)
(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастна

. Дети 7-11 прих в-л

категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы	400	
День 1							
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	150	12,93	20,07	3,46	244,62	301
	Овощи натуральные (помидоры)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	106
	Бутерброд с сыром	40	5,52	4,96	12,56	115,28	30
	Какао с молоком	180	3,24	3,24	16,47	105,3	201
	Хлеб пшеничный	80	1,52	0,00	38,64	122,88	108
ИТОГО ЗА	BABTPAK	510	23,57	28,39	73,65	600,02	
ОБЕД	Винегрет овощной	80	1,04	8,64	5,44	104	76
	Суп картофельный с клецками	200/25	0,96	2,08	7,02	50,6	146
	Картофель, запеченный с яйцом и помидорами	160	10,11	18,69	14,46	266,24	203
	Печень говяжья по-строгановски	90	14,72	11,30	3,52	174,28	398
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00	24,30	99	508
	Плоды свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38	112
	Хлеб ржаной	55	0,88	0,66	18,37	57,2	109
	Хлеб пшеничный	38	0,72	0,00	18,35	58,37	108
	Соль пищевая	2	0,00	0,00	0,00	0	б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД		905	29,68	41,57	98,96	847,69	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1415	53,25	69,96	172,61	1447,71	
День 2							
3ABTPAK	Каша "Дружба"	180	4,73	10,49	22,55	203,58	260

	Бутерброд с маслом	30	2,40	1,78	14,53	77,66 1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,90	79 501
	Плоды свежие (апельсин)	50	0,45	0,10	4,05	21,5 112
	Хлеб пшеничный	40	0,76	0,00	19,32	61,44 108
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	500	11,54	15,07	76,35	443,18
ОБЕД	Салат овощной с зеленым горошком	80	2,24	5,68	7,28	88,8 69
	Борщ с капустой и картофелем	250	1,83	5,00	10,65	95 128
	Сметана	17	0,46	1,70	0,66	20,23 479
	Петрушка	10	0,37	0,04	0,76	4,9 б/н
	Рис отварной	150	3,69	6,08	33,81	204,6 414
	Суфле рыбное	90	14,40	4,32	2,34	106,2 335
	Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)	180	0,45	0,18	20,79	86,4 507
	Хлеб ржаной	55	0,88	0,66	18,37	57,2 109
	Хлеб пшеничный	38	0,72	0,00	18,35	58,37 108
ИТОГО ЗА	ОБЕД	870	25,04	23,66	113,01	721,7
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1370	36,58	38,73	189,36	1164,88
День 3						
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	180	4,99	7,76	29,16	206,46 268
	Бутерброд с сыром	30	4,14	3,72	9,42	86,46 30
	Плоды свежие (яблоки)	50	0,20	0,20	4,90	23,5 112
	Чай с молоком	180	1,35	1,17	14,31	72,9 495
	Хлеб пшеничный	60	1,14	0,00	28,98	92,16 108
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	500	11,82	12,85	86,77	481,48
ОБЕД	Салат картофельный с зеленым горошком	80	2,48	9,12	7,84	123,2 65
	Уха рыбацкая	230	5,15	2,05	8,92	75,9 151
	Макаронные изделия отварные	190	7,16	0,85	36,78	183,54 291
	Кнели из говядины	90	14,76	11,70	5,04	190,8 379
	Кисель из свежих ягод	180	0,18	0,09	19,35	78,3 505
	Плоды свежие (апельсин)	100	0,90	0,20	8,10	43 112
	Хлеб пшеничный	38	0,72	0,00	18,35	58,37 108
	Хлеб ржаной	55	0,88	0,66	18,37	57,2 109
	Соль пищевая	2	0,00	0,00	0,00	0 б/н
ИТОГО ЗА	ОБЕД	965	32,23	24,67	122,75	810,31
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1465	44,05	37,52	209,52	1291,79
День 4						
ЗАВТРАК	Запеканка манная с изюмом	180	7,92	4,23	45,90	257,4 274
	Sanckanka Mannay C NSIOMOM					
JADII AK	Бутерброд с сыром	30	3,62	2,07	11,39	73,92 1

	Плоды свежие (яблоки)	50	0,20	0,20	4,90	23,5 112
1	Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63 300
	Хлеб пшеничный		0,00	0,00	0,00	0 108
ИТОГО ЗА	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		20,04	13,80	78,39	496,82
ОБЕД	Салат картофельный с кукурузой и морковью	80	2,48	5,52	17,52	129,6 73
1	Рассольник ленинградский	200	1,64	4,20	13,00	97 134
	Гуляш из говядины (2-й вариант)	90	13,20	14,52	3,30	196,8 368
	Рулет или запеканка картофельная с овощами	180	5,58	10,80	21,06	203,4 210
1	Напиток витаминизированный инстантный	180	0,00	0,00	7,56	26,98 128
1	Хлеб ржаной	55	0,88	0,66	18,37	57,2 109
1	Хлеб пшеничный	38	0,72	0,00	18,35	58,37 108
	Соль пищевая	2	0,00	0,00	0,00	0 б/н
ИТОГО ЗА		825	24,50	35,70	99,16	769,35
итого за д	ДЕНЬ:	1325	44,54	49,50	177,55	1266,17
День 5						
3ABTPAK	Запеканка из творога	170	27,20	28,56	27,08	481,66 313
1	Молоко сгущенное	30	0,60	1,77	2,85	34,5 481
1	Чай с сахаром, вареньем, медом	180	0,09	0,00	13,50	54 493
1	Бутерброд с сыром	30	4,14	3,72	9,42	86,46 30
	Плоды свежие (груши)	100	0,40	0,30	10,30	47 112
итого за :		510	32,43	34,35	63,15	703,62
ОБЕД	Салат из свеклы с чесноком	90	1,35	9,09	7,65	117,9 59
1	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	4,98	7,77	83 142
1	Азу	200	16,30	17,48	20,80	305,84 364
1	Кисель из кураги	180	0,94	0,05	23,60	97,81 521
1	Плоды свежие (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38 112
1	Хлеб пшеничный	38	0,72	0,00	18,35	58,37 108
	Хлеб ржаной	55	0,88	0,66	18,37	57,2 109
	Соль пищевая	2	0,00	0,00	0,00	0 б/н
ИТОГО ЗА	ОБЕД	915	22,74	32,46	104,04	758,12
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1425	55,17	66,81	167,19	1461,74
День 6						
ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	170	6,09	7,99	24,48	194,14 266
	Бутерброд с маслом	30	2,40	1,78	14,53	77,66 1
ĺ	Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,90	79 501
ĺ	Хлеб пшеничный	50	0,95	0,00	24,15	76,8 108
	Плоды свежие (апельсин)	50	0,45	0,10	4,05	21,5 112
MTOFO 2A	ЗАВТРАК	500	13,09	12,57	83,11	449,1

Уха с крупой 250 5.90 2.25 13.08 96.13 Макаронные изделия отварные 190 7,16 0.85 36,78 183,54 Печень говяжкя по-строгановски 90 14,72 11,30 3,52 174,28 Компот из свежих плодов или ягод (из плодов) 180 0,45 0,18 20,79 86,4 Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 0,00 0,00 Оготь пицевая 2 0,00 0,00 0,00 0,00 ИТОГО ЗА ОБЕД 895 30,73 24,42 114,04 754,92 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1395 43,82 36,99 197,15 1204,02 День 7 3АВТРАК Каша пшенная молочная жидкая 170 6,63 8,04 30,43 241,06 Яйца вареные 40 5,10 4,60 0,30 63 Бутерброд с сыром 40 4,63 3,24 3,24 16,47 </th <th></th> <th></th> <th></th> <th></th> <th></th> <th></th> <th></th>							
Макаронные изделия отварные 190 7,16 0,85 36,78 183,54 Печень говяжья по-строгановски 90 14,72 11,30 3,52 174,28 Компот из свежих плодов или ягод (из плодов) 180 0,45 0,18 20,79 86,4 Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Хлеб ржаной 38 0,72 0,00 18,35 56,37 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 ИТОГО ЗА ОБЕД 895 30,73 24,42 114,04 754,92 День т 1395 43,82 36,99 197,15 1204,02 День т 338 Гар Кар Кар Кар Кар Кар Кар Кар Кар Кар К	ОБЕД	Салат из свежих помидоров	90	0,90	9,18	3,15	99 22
Печень говяжья по-строгановски 90 14,72 11,30 3,52 174,28		Уха с крупой	250	5,90	2,25	13,08	96,13 152
Компот из свежих плодов или ягод (из плодов) 180 0.45 0.18 20,79 86,4 Хлеб ржаной 55 0.88 0,66 18,37 57,2 Хлеб пшеничный 38 0,72 0.00 18,35 58,37 Соло пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 ИТОГО ЗА ОБЕД 895 30,73 24,42 114,04 754,92 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1395 43,82 36,99 197,15 1204,02 День Т 3ABTPAK Каша пшенная молочная жидкая 170 6,63 8,04 30,43 241,06 Яйца вареные 40 5,10 4,60 0,30 63 5,16 4,60 0,30 63 8,56 6,83 8,04 30,43 241,06 7,60 15,18 98,56 6,83 8,04 30,43 241,06 3,00 63 8,95 6,76 15,18 98,56 6,83 8,04 30,43 241,06 7,00 10,00 7,00 10,00		Макаронные изделия отварные	190	7,16	0,85	36,78	183,54 291
Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0,00 ИТОГО ЗА ОБЕД 895 30,73 24,42 114,04 754,92 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1395 43,82 36,99 197,15 1204,02 День 7 3АВТРАК Каша пшенная молочная жидкая 170 6,63 8,04 30,43 241,06 Яйца вареные 40 5,10 4,60 0,30 63 Бугерброд с сыром 40 4,83 2,76 15,18 98,56 Какао с молоком 180 3,24 3,24 16,47 105,3 Плоды свежие (мандарин) 50 0,40 0,10 3,75 19 Хео пшеничный 20 0,38 0,00 9,66 30,72 ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 500 20,58 18,74 75,79 557,79 Жаркое по-дома			90	14,72	11,30	3,52	174,28 398
Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0,00 ИТОГО ЗА ОБЕД 895 30,73 24,42 114,04 754,92 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1395 43,82 36,99 197,15 1204,02 День 7 3АВТРАК Каша пшенная молочная жидкая 170 6,63 8,04 30,43 241,06 Яйца вареные 40 5,10 4,60 0,30 63 Бугерброд с сыром 40 4,83 2,76 15,18 98,56 Какао с молоком 180 3,24 3,24 16,47 105,3 Плоды свежие (мандарин) 50 0,40 0,10 3,75 19 Хео пшеничный 20 0,38 0,00 9,66 30,72 ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 500 20,58 18,74 75,79 557,79 Жаркое по-дома		·					
Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 ИТОГО ЗА ОБЕД 895 30,73 24,42 114,04 754,92 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1395 43,82 36,99 197,15 1204,02 День 7 3АВТРАК Каша пшенная молочная жидкая 170 6,63 8,04 30,43 241,06 Яйца вареные 40 5,10 4,60 0,30 63 Бутерброд с сыром 40 4,83 2,76 15,18 98,56 Какао с молоком 180 3,24 16,47 105,3 Пподы свежие (мандарин) 50 0,40 0,10 3,75 19 Хпеб пшеничный 20 0,38 0,00 9,66 30,72 ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 500 20,58 18,74 75,79 557,64 ОБЕД Салат из свежих огурцов 90 0,63 9,09 1,80 91,8 Каркое по-домашнему 200 23,64 21,10 15,10 344,54		Компот из свежих плодов или ягод (из плодов)	180	0,45	0,18	20,79	86,4 507
Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 ИТОГО ЗА ОБЕД 895 30,73 24,42 114,04 754,92 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1395 43,82 36,99 197,15 1204,02 День 7 3ABTPAK Каша пшенная молочная жидкая 170 6,63 8,04 30,43 241,06 Яйца вареные 40 5,10 4,60 0,30 63 63 Бутерброд с сыром 40 4,83 2,76 15,18 98,56 63 Какао с молоком 180 3,24 3,24 16,47 105,3 105,3 Плоды свежие (мандарин) 50 0,40 0,10 3,75 19 157,64 15,79 557,64 15,18 98,56 30,72 109,3 157,79 557,64 15,18 98,56 30,72 109,5 157,64 15,10 34,45 30,72 109,5 157,64 15,10 34,54 30,72 157,9 157,64 157,64 15,10 344,54 15,10<		Хлеб ржаной	55	0,88	0,66	18,37	57,2 109
ИТОГО ЗА ОБЕД 895 30,73 24,42 114,04 754,92 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1395 43,82 36,99 197,15 1204,02 День 7 ЗАВТРАК Каша пшенная молочная жидкая 170 6,63 8,04 30,43 241,06 Яйца вареные 40 5,10 4,60 0,30 63 8,56 Бутерброд с сыром 40 4,83 2,76 15,18 98,56 Какао с молоком 180 3,24 3,24 16,47 105,3 Плоды свежие (мандарин) 50 0,40 0,10 3,75 19 ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 500 20,58 18,74 75,79 557,64 ОБЕД Салат из свежих огурцов 90 0,63 9,09 1,80 91,8 Рассольник 250 1,85 0,00 5,07 109,5 Жаркое по-домашнему 200 23,64 21,10 15,10 344,54 Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 38 0,72 0,		Хлеб пшеничный	38	0,72	0,00	18,35	58,37 108
ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1395 43,82 36,99 197,15 1204,02 День 7 ЗАВТРАК Каша пшенная молочная жидкая 170 6,63 8,04 30,43 241,06 Яйца вареные 40 5,10 4,60 0,30 63 Бутерброд с сыром 40 4,83 2,76 15,18 98,56 Какао с молоком 180 3,24 3,24 16,47 105,3 Лподы свежие (мандарин) 50 0,40 0,10 3,75 19 Хлеб пшеничный 20 0,38 0,00 9,66 30,72 ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 500 20,58 18,74 75,79 557,64 ОБЕД Салат из свежих огурцов 90 0,63 9,09 1,80 91,8 Рассольник 250 1,85 0,00 5,07 109,5 Жаркое по-домашнему 200 23,64 21,10 15,10 344,54 Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 180 0,14 0,14		Соль пищевая	2	0,00	0,00	0,00	0 б/н
ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1395 43,82 36,99 197,15 1204,02 День 7 ЗАВТРАК Каша пшенная молочная жидкая 170 6,63 8,04 30,43 241,06 Яйца вареные 40 5,10 4,60 0,30 63 Бутерброд с сыром 40 4,83 2,76 15,18 98,56 Кака о с молоком 180 3,24 16,47 105,3 Лподы свежие (мандарин) 50 0,40 0,10 3,75 19 Хлеб пшеничный 20 0,38 0,00 9,66 30,72 ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 500 20,58 18,74 75,79 557,64 ОБЕД Салат из свежих огурцов 90 0,63 9,09 1,80 91,8 Рассольник 250 1,85 0,00 5,07 109,5 34,54 Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 180 0,14 0,14 10,71 44,21 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00	ИТОГО ЗА С	БЕД	895	30,73	24,42	114,04	754,92
День 7 ЗАВТРАК Каша пшенная молочная жидкая 170 6,63 8,04 30,43 241,06 Яйца вареные 40 5,10 4,60 0,30 63 63 65 65 65 65 65 65			1395		•		1204,02
ЗАВТРАК Каша пшенная молочная жидкая 170 6,63 8,04 30,43 241,06 Яйца вареные 40 5,10 4,60 0,30 63 Бутерброд с сыром 40 4,83 2,76 15,18 98,56 Какао с молоком 180 3,24 3,24 16,47 105,3 Плоды свежие (мандарин) 50 0,40 0,10 3,75 19 Хлеб пшеничный 20 0,38 0,00 9,66 30,72 ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 500 20,58 18,74 75,79 557,64 ОБЕД Салат из свежих огурцов 90 0,63 9,09 1,80 91,8 Рассольник 250 1,85 0,00 5,07 109,5 Жаркое по-домашнему 200 23,64 21,10 15,10 344,54 Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 180 0,14 0,14 10,71 44,21 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37		•		•	•	· ·	· ·
Яйца вареные		Каша пшенная молочная жидкая	170	6,63	8,04	30,43	241,06 267
Бутерброд с сыром		· ·					63 300
Какао с молоком 180 3,24 3,24 16,47 105,3 Плоды свежие (мандарин) 50 0,40 0,10 3,75 19 Хлеб пшеничный 20 0,38 0,00 9,66 30,72 ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 500 20,58 18,74 75,79 557,64 ОБЕД Салат из свежих огурцов 90 0,63 9,09 1,80 91,8 Рассольник 250 1,85 0,00 5,07 109,5 Жаркое по-домашнему 200 23,64 21,10 15,10 344,54 Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 180 0,14 0,14 10,71 44,21 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 ИТОГО ЗА ОБЕД 815 27,86 30,99 69,40 705,62 День 8		Бутерброд с сыром	40	4,83		15,18	98,56 1
Плоды свежие (мандарин) 50 0,40 0,10 3,75 19 Хлеб пшеничный 20 0,38 0,00 9,66 30,72 ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 500 20,58 18,74 75,79 557,64 ОБЕД Салат из свежих огурцов 90 0,63 9,09 1,80 91,8 Рассольник 250 1,85 0,00 5,07 109,5 Жаркое по-домашнему 200 23,64 21,10 15,10 344,54 Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 180 0,14 0,14 10,71 44,21 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 ИТОГО ЗА ОБЕД 815 27,86 30,99 69,40 705,62 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1315 48,44 49,73 145,19 1263,26 День 8		• • •	180				105,3 201
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 500 20,58 18,74 75,79 557,64 ОБЕД Салат из свежих огурцов 90 0,63 9,09 1,80 91,8 Рассольник 250 1,85 0,00 5,07 109,5 Жаркое по-домашнему 200 23,64 21,10 15,10 344,54 Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 180 0,14 0,14 10,71 44,21 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 ИТОГО ЗА ОБЕД 815 27,86 30,99 69,40 705,62 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1315 48,44 49,73 145,19 1263,26 День 8 ЗАВТРАК Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85		Плоды свежие (мандарин)	50				19 112
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 500 20,58 18,74 75,79 557,64 ОБЕД Салат из свежих огурцов 90 0,63 9,09 1,80 91,8 Рассольник 250 1,85 0,00 5,07 109,5 Жаркое по-домашнему 200 23,64 21,10 15,10 344,54 Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 180 0,14 0,14 10,71 44,21 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 ИТОГО ЗА ОБЕД 815 27,86 30,99 69,40 705,62 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1315 48,44 49,73 145,19 1263,26 День 8 Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85 34,5 <t< td=""><td></td><td>Хлеб пшеничный</td><td>20</td><td>0,38</td><td>0,00</td><td>9,66</td><td>30,72 108</td></t<>		Хлеб пшеничный	20	0,38	0,00	9,66	30,72 108
ОБЕД Салат из свежих огурцов 90 0,63 9,09 1,80 91,8 Рассольник 250 1,85 0,00 5,07 109,5 Жаркое по-домашнему 200 23,64 21,10 15,10 344,54 Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 180 0,14 0,14 10,71 44,21 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 ИТОГО ЗА ОБЕД 815 27,86 30,99 69,40 705,62 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1315 48,44 49,73 145,19 1263,26 День 8 ЗАВТРАК Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85 34,5 Бугерброд с сыром 30 4,14 3,72 9,42	ИТОГО ЗА З	ABTPAK	500	20,58	18,74		557,64
Рассольник 250 1,85 0,00 5,07 109,5 Жаркое по-домашнему 200 23,64 21,10 15,10 344,54 Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 180 0,14 0,14 10,71 44,21 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0			90		•		91,8 17
Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 180 0,14 0,14 10,71 44,21 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 ИТОГО ЗА ОБЕД 815 27,86 30,99 69,40 705,62 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1315 48,44 49,73 145,19 1263,26 День 8 ЗАВТРАК Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85 34,5 Бутерброд с сыром 30 4,14 3,72 9,42 86,46 Чай с молоком 180 1,35 1,17 14,31 72,9 Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44 <td></td> <td></td> <td>250</td> <td></td> <td></td> <td>5,07</td> <td>109,5 133</td>			250			5,07	109,5 133
Компот из свежих плодов (с яблоком или грушей) 180 0,14 0,14 10,71 44,21 Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 ИТОГО ЗА ОБЕД 815 27,86 30,99 69,40 705,62 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1315 48,44 49,73 145,19 1263,26 День 8 ЗАВТРАК Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85 34,5 Бутерброд с сыром 30 4,14 3,72 9,42 86,46 Чай с молоком 180 1,35 1,17 14,31 72,9 Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44		Жаркое по-домашнему	200	23,64	21,10	15,10	344,54 369
Хлеб пшеничный 38 0,72 0,00 18,35 58,37 Xлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 COль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 0 0 0		Компот из свежих плодов (с яблоком или					
Хлеб ржаной 55 0,88 0,66 18,37 57,2 Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0 ИТОГО ЗА ОБЕД 815 27,86 30,99 69,40 705,62 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1315 48,44 49,73 145,19 1263,26 День 8 Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85 34,5 Бутерброд с сыром 30 4,14 3,72 9,42 86,46 Чай с молоком 180 1,35 1,17 14,31 72,9 Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44		грушей)	180	0,14	0,14	10,71	44,21 295
Соль пищевая 2 0,00 0,00 0,00 0,00 0 ИТОГО ЗА ОБЕД 815 27,86 30,99 69,40 705,62 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1315 48,44 49,73 145,19 1263,26 День 8 ЗАВТРАК Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85 34,5 Бутерброд с сыром 30 4,14 3,72 9,42 86,46 Чай с молоком 180 1,35 1,17 14,31 72,9 Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44		Хлеб пшеничный	38	0,72	0,00	18,35	58,37 108
ИТОГО ЗА ОБЕД 815 27,86 30,99 69,40 705,62 ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1315 48,44 49,73 145,19 1263,26 День 8 ЗАВТРАК Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85 34,5 Бутерброд с сыром 30 4,14 3,72 9,42 86,46 Чай с молоком 180 1,35 1,17 14,31 72,9 Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44		Хлеб ржаной	55	0,88	0,66	18,37	57,2 109
ИТОГО ЗА ДЕНЬ: 1315 48,44 49,73 145,19 1263,26 День 8 ЗАВТРАК Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85 34,5 Бутерброд с сыром 30 4,14 3,72 9,42 86,46 Чай с молоком 180 1,35 1,17 14,31 72,9 Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44		Соль пищевая	2	0,00	0,00	0,00	0 б/н
День 8 ЗАВТРАК Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85 34,5 Бутерброд с сыром 30 4,14 3,72 9,42 86,46 Чай с молоком 180 1,35 1,17 14,31 72,9 Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44	ИТОГО ЗА С) БЕД	815	27,86	30,99	69,40	705,62
Завтрак Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85 34,5 Бутерброд с сыром 30 4,14 3,72 9,42 86,46 Чай с молоком 180 1,35 1,17 14,31 72,9 Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44	ИТОГО ЗА Д	ĮЕНЬ:	1315	48,44	49,73	145,19	1263,26
Завтрак Запеканка из творога 170 27,20 28,56 27,08 481,66 Молоко сгущенное 30 0,60 1,77 2,85 34,5 Бутерброд с сыром 30 4,14 3,72 9,42 86,46 Чай с молоком 180 1,35 1,17 14,31 72,9 Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44	День 8						
Молоко сгущенное300,601,772,8534,5Бутерброд с сыром304,143,729,4286,46Чай с молоком1801,351,1714,3172,9Плоды свежие (груши)500,200,155,1523,5Хлеб пшеничный400,760,0019,3261,44		Запеканка из творога	170	27,20	28,56	27,08	481,66 313
Чай с молоком 180 1,35 1,17 14,31 72,9 Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44		Молоко сгущенное	30	0,60	1,77	2,85	34,5 481
Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44		Бутерброд с сыром	30	4,14	3,72	9,42	86,46 30
Плоды свежие (груши) 50 0,20 0,15 5,15 23,5 Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44			180			14,31	72,9 495
Хлеб пшеничный 40 0,76 0,00 19,32 61,44		Плоды свежие (груши)	50				23,5 112
			40	0,76	0,00	19,32	61,44 108
MICIO 3A 3ABIPAR 300 34,23 33,37 70,13 700,40	ИТОГО ЗА З	BABTPAK	500	34,25	35,37	78,13	760,46
, , , ,							113,05 56
		·	250				182,5 165

	Голубцы ленивые	190	16,15	15,77	7,60	237,5 372
	Соус молочный на крахмале	15	0,44	0,71	1,06	12,53 438
	Кисель из свежих ягод	180	0,18	0,09	19,35	78,3 505
	Хлеб ржаной	55	0,88	0,66	18,37	57,2 109
	Хлеб пшеничный	38	0,72	0,00	18,35	58,37 108
	Соль пищевая	2	0,00	0,00	0,00	0 б/н
ИТОГО ЗА	ОБЕД	815	29,66	31,72	94,74	739,45
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1315	63,91	67,09	172,87	1499,91
День 9						
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	180	4,99	7,76	29,16	206,46 268
	Бутерброд с сыром	30	4,14	3,72	9,42	86,46 30
	Какао с молоком	180	3,24	3,24	16,47	105,3 201
	Плоды свежие (яблоки)	50	0,20	0,20	4,90	23,5 112
	Хлеб пшеничный	60	1,14	0,00	28,98	92,16 108
ИТОГО ЗА	ЗАВТРАК	500	13,71	14,92	88,93	513,88
ОБЕД	Салат картофельный с морковью и зеленым					
	горошком	80	2,48	5,52	17,52	129,6 74
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	250	2,30	4,25	15,13	108 144
	Картофельное пюре со свеклой	190	3,67	5,19	22,67	153,27 5/3
	Суфле рыбное	90	14,40	4,32	2,34	106,2 335
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,45	0,00	24,30	99 508
	Хлеб пшеничный	38	0,72	0,00	18,35	58,37 108
	Хлеб ржаной	55	0,88	0,66	18,37	57,2 109
	Соль пищевая	2	0,00	0,00	0,00	0 б/н
ИТОГО ЗА	ОБЕД	885	24,90	19,94	118,68	711,64
ИТОГО ЗА	ДЕНЬ:	1385	38,61	34,86	207,61	1225,52
День 10						
ЗАВТРАК	Запеканка морковная с творогом	170	14,84	17,68	30,94	328,66 314
	Молоко сгущенное	30	0,60	1,77	2,85	34,5 481
	Бутерброд с сыром	30	4,14	3,72	9,42	86,46 30
	Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,90	79 501
	Плоды свежие (мандарин)	50	0,40	0,10	3,75	19 112
	Хлеб пшеничный	20	0,38	0,00	9,66	30,72 108
ИТОГО ЗА		500	23,56	25,97	72,52	578,34
ОБЕД	Салат из свеклы с изюмом или черносливом	80	1,20	5,20	11,84	99,2 52
	Уха рыбацкая	230	5,15	2,05	8,92	75,9 151
1	Рулет или запеканка картофельная с овощами	180	4,55	9,95	21,60	194,4 201
i	Суфле из кур	90	13,08	15,96	3,24	208,8 408

Хлеб ржаной	55	0,88	0,66	18,37	57,2	109
Напиток витаминизированный инстантный	180	0,00	0,00	7,56	26,98	128
Хлеб пшеничный	38	0,72	0,00	18,35	58,37	108
Соль пищевая	2	0,00	0,00	0,00	0 6	 б/н
ИТОГО ЗА ОБЕД	855	25,58	33,82	89,88	720,85	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1355	49,14	59,79	162,40	1299,19	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	13765	477,51	510,98	1801,45	13124,19	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1376,5	47,75	51,10	180,14	1312,42	