| |) (D) (| 5) | | | | | ~ |
|-----------|---|-----------------|-----------|------------|----------|---------------|-------|
| | Меню | | | | | 1 | Ki |
| - 1111 | День 1 | | Пиш | цевые веще | ства | - | |
| рецептуры | Наименование блюда/ состав | Масса порции | Б | ж | У | ЭЦ, ккал | |
| Nº311 | Завтрак Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным и сахаром | 200/2 | 7,719 | 7,849 | 26,953 | 211,01 | |
| Nº 685 | Чай с сахаром | 200/9 | | | 8,982 | 35,91 | 4 |
| ~) | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 1,16 | 20,56 | 104,8 | |
| | Итого за завтрак 2-ой завтрак | | 10,719 | 9,009 | 56,495 | 351,72 | 3 |
| | Напиток витаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |) . (|
| 7 | | | | | 4.2 | 15 0 | |
| 75 | Итого за 2-ой завтрак: Обед | | | | 4,2 | 15,1 | T |
| No.42 | Салат из св. капусты | 60 | 0,981 | 2.054 | 2,877 | 43,56 | 1 |
| Nº43 | Суп из овощей и куриной | | 0,361 | 3,054 | 2,011 | 43,30 | 1 |
| Nº 135 | грудки | 15/235 | 5,332 | 6,624 | 10,767 | 126,66 | _ |
| Nº 451 | Котлета мясная | 70 | 11,6505 | 14,423 | 11,0555 | 220,61 | V |
| Nº 516 | Макароны отварные | 154 | 5,815 | 4,205 | 37,0775 | 210,5 | (|
| Nº582 | Соус белый основной | 30 | 0,194 | 1,0925 | 1,158 | | 10 |
| № 642 | Кисель из свежих яблок | 200 | 0,12825 | 0,12 | 18,3735 | 75,8325 | 1 |
| | Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 | - X |
| 1 | | | 2 | | | | |
| | Итого за обед: | | 26,602 | 30,01725 | 94,1823 | 760,7525 | 1 |
| 1 | Полдник | | | | | | 1 |
| № 726 | Блины с повидлом | 150/20 | 11,296 | 12,665 | 65,337 | 422,19 | |
| £ 11 | Сок натуральный | 190 | 0,95 | 0,2375 | 49,248 | 87,4 | W |
| 11/2) | Печенье | 45 | 3,375 | 4,41 | 33,48 | 187,65 | |
| (V) | | | | | | | / |
| 17 | ., | | 4 = 4 = 4 | 4= | 440.00 | | |
| | Итого за полдник: | | 15,621 | 17,3125 | 148,065 | | 1 |
| 1) _ | Итого за день | | 52,942 | 56,33875 | 302,9423 | 1824,812 5 | |
| | No. | | | 2) | 7, (6) | 20 | ~ |
| (S) | | | D)Jo | | | | 1 |

| | 300 | 5 | THE WAY THE PARTY OF THE PARTY | | | E C | ~ · |
|----------------|--|--|---|--|--|--|-------|
| | Менн |) | | | | | 流 |
| | День 2 | , | Пище | евые вещес | ства | | 11 |
| CILIB | | 5.400.000 | † | 1 | | | 1/1 |
| рецептуры | Наименование блюда/ | Масса | Б | ж | У | ЭЦ, ккал | 25 |
| рецеппуры | состав | порции | <u> </u> | | <u> </u> | | |
| | Завтрак | I | | | ' | ' | |
| Nº 3 | Б-д с сыром | 10/40 | 5,32 | 4,11 | 20,56 | 141,2 | 10 |
| | Вермишель молочная с | | † | | 1 | The state of the s | 11: |
| | маслом сливочным | 180/2 | 6,161 | 6,57 | 18,884 | 160,91 | 1/ |
| Nº 692 | Кофейный напиток | 200 | 1,74 | | 11,802 | 71,91 | 4/1 |
| ~ | Thomas and the second s | , | -, | -,- | | ,- | 1 |
| 3 1 | + | | + | | | | ~ |
| 2 | Итого за завтрак: | | 13,221 | 12,6 | 51,246 | 374,02 | 8 V |
| (2 | 2-ой завтрак | <u> </u> | 13,221 | 12,0 | 31,270 | 3/7,02 | 5 |
| | | 73 | 0.212 | 0 150 | E 150 | 24 91 | / |
| 11 | Груша | /3 | 0,212 | 0,159 | 5,459 | 24,91 | 1 1 2 |
| 11 | Напиток | 1 275 | ' | ' | 1 12 | 151 | 100 |
| (| витаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 | 50 |
| | | | | <u> </u> | | | - |
| | - " | | | | | | (2-) |
| 1 | Итого за 2-ой завтрак: | ' | 0,212 | 0,159 | 9,659 | 40,01 | 1)(|
| (2) | Обед | <u> </u> | <u> </u> | <u> </u> | <u> </u> | 32 | -0 |
| Nº 109 | Борщ с куриной грудкой | 15/235 | 4,832 | 6,088 | 5,403 | 99,26 | 1 |
| Nº 400 | Суфле рыбное с соусом | 105 | ļ , | <u> </u> | | | |
| Nº597(II) | молочным | 185 | 61,3541 | 17,8105 | 5,8226 | 471,917 | \ |
| -// | Компот из свежих | 1 , | | | | - | |
| Nº 642 | фруктов | 200 | 0,148 | 0,148 | 12,608 | 53,3 | 11/ |
| | Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 | |
| 11 1 1 | | 1 | | | | | CO |
| | | 1 | 3 | | | | 12 |
| 1 | Итого за обед: | 1 | 68,83535 | 24,54525 | 36,7074 | 692,352 | 136 |
| 12 | Полдник | | 00,000 | 27,0 | 30,10. | 002,000 | K |
| (3) | Пирожок печеный с | <u> </u> | | | | | X |
| N <u>º</u> 738 | яблоком | 70 | 4,09359 | 5,69883 | 30,37018 | 190,2802 | 0 |
| No 605 | Чай с сахаром | 200/9 | 4,0000 | 3,03000 | 8,982 | 35,91 | 4 |
| Nº 685 | Чай с сихиром | 200/9 | - | | 0,502 | 33,31 | 1 |
| (6) | + | <u> </u> | + | | | | 1/1 |
| E 1:11 | 11 | t | 1 20250 | 5 60000 | 20 25210 | 226 1002 | Al |
| (13.11 | Итого за полдник: | | 4,09359 | | | | 4411 |
| 1110) | Итого за день: | <u>. </u> | 86,36194 | 43,00308 | 136,9646 | 1332,5722 | - |
| 3 | | | | | | | 0 |
| -100 | <i>y</i> = , | | | 0 % | ~ Ma | 20 | -11 |
| | (3) | D) - | 10 JO | 5 | | | (33 |

| | День 3 | | Пище | евые вещесі | тва | |
|-------------------------|---|---------------------------------------|--------------------|---------------------|----------------|----------|
| Л <u>№</u> рецептуры | Наименование блюда/ состав | Масса порции | Б | ж | У | ЭЦ, ккал |
| \supset | Завтрак | | | | | |
| Nº 1 | Б-д с маслом сливочным | 8/40 | 3,064 | 6,88 | 20,664 | 157,68 |
|) | Каша манная молочная с маслом сливочным и сахаром | 200/2 | 6,879 | 7,554 | 19,693 | 176,03 |
| № 685 | Чай с сахаром | 200/9 | | | 8,982 | 35,91 |
| 3 | Итого за завтрак: | | 9,943 | 14,434 | 49,339 | |
| 02:00 | 2-ой завтрак: | ı——— | 3,570 | 14,707 | 43,000 | 303,02 |
| | Банан | 90 | 0,825 | 0,275 | 11,55 | 52,8 |
|) | Напиток витаминизированный | 37,5 | 3,2 | | 4,2 | |
| | | · · · · · · · · · · · · · · · · · · · | | | | |
| . | Итого за 2-ой завтрак: | | 0,825 | 0,275 | 15,75 | 67,9 |
| | Обед | | | | l | |
| | Помидор свежий порционный | 64 | 0,704 | 0,128 | 2,432 | 15,36 |
| Nº 139 | Суп гороховый с мясом и | 15/225/1 | 11.054 | 7.62 | 34.475 | 212 20 |
| 6 | гренками Запеканка овощная с | 0 | 11,054 | 7,63 | 24,475 | 213,28 |
| № 269 | запеканка овощная с куриной грудкой и сметаной | 150/15/3 0 | 10,6501 | 19,6425 | 28,8455 | 340,787 |
| № 639 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,22 | 0,01 | 14,882 | - |
| 1 | Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| | | | | | <u> </u> | |
| | Итого за обед: | ļ! | 25,12935 | 27,90925 | 83,5083 | 698,512 |
| | Полдник | <u> </u> | | <u> </u> | - ' | |
| № 766 | Сдоба обыкновенная | 70 | 6,403 | 4,0355 | | |
| | Кисломолочный продукт | 184 | 4,968 | 4,6 | 19,872 | - |
| (<u>(</u> | Йогурт | 125 | 4,8 | 1,8 | 34,3 | 108 |
| 1 | 14 222 22 2020 | | 10 171 | 10.4355 | 25.0565 | 170 575 |
| | Итого за полдник: Итого за день: | | 16,171 52,06835 | 10,4355 53,05375 | | |

| - 1 | День 4 | Γ | Пиш | цевые вещес | ства | |
|--------------------|--|-----------------|--|--|-------------|----------|
| N _b) | Наименование блюда/ состав | Масса порции | Б | ж | У | ЭЦ, ккал |
| | Завтрак | <u> </u> | <u> </u> | | | |
| Nº 3 | Б-д с сыром | 10/40 | 5,32 | 4,11 | 20,56 | 141,2 |
| Nº 311 | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес", сахаром | 200/2 | 8,427 | 8,868 | 25,122 | 215,61 |
| Nº 692 | Кофейный напиток | 200 | 1,74 | 1,92 | 11,802 | 71,91 |
| | | | | | | |
| | | _ | <u> </u> | | | |
| A PORT | Итого за завтрак: | | 15,487 | 14,898 | 57,484 | 428,72 |
| • | 2-ой завтрак Яблоко | 90 | 0,252 | 0,252 | 6,174 | 20 61 |
| 1 | <i>жолоко Напиток</i> | 5 0 | 0,232 | 0,252 | 0,1/4 | 29,61 |
|) | витаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |
| | Итого за 2-ой завтрак: | | 0,252 | 0,252 | 10,374 | 44,71 |
| 1 | Обед | | | | | |
| 5 | Огурец свежий порционный | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,6 |
| № 133 | Суп картофельный с рыбными консервами | 25/225 | 6,757 | 8,32 | 17,1485 | 173,035 |
| № 431 № 600 (I) | Печень по-строгановски в сметанном соусе | 80/30 | 22,19375 | 14,85925 | 8,59625 | 257,9475 |
| Nº/511 | Рис отварной | 140 | 3,54 | 4,125 | 37,065 | 199,55 (|
| Nº 685 | Чай с сахаром | 200/9 | 18 | | 8,982 | 35,91 |
| | Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| 1 | | | 1 3 W | | | |
| | | <u> </u> | 1 1 | | | |
| | Итого за обед: | | 35,412 | 27,863 | 85,80555 | 740,9175 |
| | Полдник Винегрет овощной с | <u> </u> | | | | |
| Nº 71 | винегрет овощнои с | 100/20 | 4,705 | 8,584 | 6,273 | 107,97 |
| Nº 642 | Кисель из свежих яблок | 200 | 0,12825 | 0,12 | 18,3735 | 75,8325 |
| | Печенье | 45 | 3,375 | + | 33,48 | 187,65 |
| 3 | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 1 | 20,56 | 104,8 |
| E. | | <u> </u> | | | | |
| | Итого за полдник: | | 11,20825 | 14,274 | 78,6865 | 476,2525 |
| | Итого за день: | <u> </u> | 46,87225 | 42,389 | 174,8661 | 1261,88 |

| День 5 Наименование блюда/ состав Завтрак Запеканка из творога со сгущенным молоком № 693 Какао с молоком Йогурт Итого за завтрак 2-ой завтрак | Масса порции 120/17 200 125 | 23,4825 3,44675 | девые веще Ж 14,2975 | ства У | ЭЦ, ккал |
|--|---|--------------------|----------------------------|--------------------|------------------|
| День 5 Наименование блюда/ состав Завтрак Запеканка из творога со сгущенным молоком № 693 Какао с молоком Йогурт Итого за завтрак 2-ой завтрак | Масса порции 120/17 200 | 23,4825 3,44675 | ж | | ЭЦ, ккал |
| Наименование блюда/ состав Завтрак Запеканка из творога со сгущенным молоком № 693 Какао с молоком Йогурт Итого за завтрак 2-ой завтрак | порции 120/17 200 | 23,4825 3,44675 | ж | | ЭЦ, ккал |
| рецептуры состав Завтрак Запеканка из творога со сгущенным молоком № 693 Какао с молоком Йогурт Итого за завтрак 2-ой завтрак | порции 120/17 200 | 23,4825 3,44675 | | У | ЭЦ, ккал |
| № 366 Запеканка из творога со сгущенным молоком № 693 Какао с молоком Йогурт Итого за завтрак 2-ой завтрак | 200 | 3,44675 | 14,2975 | | |
| № 693 Какао с молоком Йогурт Итого за завтрак 2-ой завтрак | 200 | 3,44675 | 14,2975 | | i |
| Йогурт Итого за завтрака 2-ой завтрак | | , | | 61,4645 | 352,865 |
| Итого за завтрак 2-ой завтрак | 125 | 4.0 | 3,5375 | 13,9115 | 102,4125 |
| 2-ой завтрак | | 4,8 | 1,8 | 34,3 | 108 |
| 2-ой завтрак | | | | | |
| 2-ой завтрак | _ | 24 72025 | 10.625 | 400.676 | 562 2775 |
| | • | 31,72925 | 19,635 | 109,676 | 563,2775 |
| <u> </u> | 90 | 0,54 | 0,12 | 4,86 | 25,8 |
| Напиток | 30 | 0,54 | 0,12 | 4,00 | 23,0 |
| витаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |
| | | | | | |
| | | | | | |
| Итого за 2-ой завтрак | : | 0,54 | 0,12 | 9,06 | 40,9 |
| Обед | | | | | J |
| №45 Салат из кв. капусты | 60 | 1,008 | 3,064 | 2,573 | 44,38 |
| № 130 | 15/235 | 4.007 | F 40F | 12 044 | 110.07 |
| грудкой № 436 Жаркое по-домашнему | 30/140 | 4,087 11,47 | 5,485 11,571 | 12,844 19,567 | 119,87 232,11 |
| № 639 Компот из сухофруктов | 200 | 0,22 | 0,01 | 14,882 | 61,21 |
| Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| ()/ | , | , | , | , | , |
| 1 | | 3 | | | |
| ј Итого за обед | : | 19,28625 | 20,62875 | 62,7398 | 525,445 |
| Полдник | | 3 N | | | |
| № 340 Омлет натуральный | 165 | 17,238 | 20,874 | 3,084 | 269,4 |
| № 685 Чай с сахаром | 200/9 | | | 8,982 | 35,91 |
| Хлеб пшеничныи | 40 | 3 | 1,16 | 20,56 | 104,8 |
| 5) | | | | | |
| Итого за полдник | • | 20 238 | 22 034 | 32 626 | 410 11 |
| | | | | | 1539,7325 |
| Улеб пшеничный Итого за полдника Итого за день | 40 | 20,238 71,7935 | 22,034 62,41775 | 32,626 214,1018 | 10 ⁴ |

| л <u>у</u> рецептуры | Наименование блюда/ | | Пище | евые вещес | ства | - |
|-------------------------|--|-----------------|----------|------------|----------|----------|
| | состав | Масса порции | Б | ж | У | ЭЦ, ккал |
| 1 | Завтрак | 10/10 | | | 20.56 | 444.0 |
| Nº 3 | Б-д с сыром | 10/40 | 5,32 | 4,11 | 20,56 | 141,2 |
| | Каша молочная гречневая с сахаром и сливочным | 200/2 | | | | |
| | маслом | 200/2 | 10,073 | 8,286 | 13,675 | 244,21 |
| Nº 692 | Кофейный напиток | 200 | 1,74 | 1,92 | 11,802 | 71,91 |
| | noque and a name man | 200 | <u> </u> | 1,32 | 11,002 | , 1,31 |
| 3 | | | | | | |
| | Итого за завтрак: | | 17,133 | 14,316 | 46,037 | 457,32 |
| 1 | 2-ой завтрак | | | | | |
| 5 | Банан | 90 | 0,825 | 0,275 | 11,55 | 52,8 |
|) | Напиток | 27.5 | | | 4.2 | 45.4 |
| | витаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |
| | | | | | | |
| 7 | Итого за 2-ой завтрак: | | 0,825 | 0,275 | 15,75 | 67,9 |
| (,;, | Обед | | 0,0_0 | 5,275 | | 01/0 |
| ·/ | Щи из свежей капусты с | 45 (225 | | | | |
| Nº124 | куриной грудкой | 15/235 | 3,952 | 5,383 | 7,712 | 97,64 |
| Nº388 | Котлета рыбная (Треска) | 70 | 9,072 | 3,868 | 10,098 | 117,36 |
| Nº 520 | Пюре картофельное | 150 | 3,286 | 4,18 | 22,044 | 139,36 |
| Nº 639 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,22 | 0,01 | 14,882 | 61,21 |
|) | Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| | | | | | | |
| 1 | Итого за обед: | | 19,03125 | 13,93975 | 67,6098 | 483,445 |
| | Полдник: | | ð. | | | |
| Nº738 | Пирожок печеный с | 70 | | | | 14, 31 |
| 14=730 | яблоком | | 4,09256 | 5,69872 | 30,36312 | 190,2468 |
| 11 | Кисломолочный продукт | 184 | 4,968 | 4,6 | 19,872 | 145,36 |
| 11 | | | | | | |
| | | | 9,06056 | 10,29872 | 50,23512 | 335,6068 |
| | Итого за полдник: | 1 | 2,00000 | -0,2012 | JU/23312 | 886,9518 |

| ецептуры Nº 1 | Наименование блюда/ состав | Масса порции | Б | | | |
|-----------------------|--|-----------------|---------|----------|----------|----------|
| Nº 1 | | • • | В | Ж | У | ЭЦ, ккал |
| Nº 1 | Завтрак | | | | | |
| | Б-д с маслом сливочным | 8/40 | 3,064 | 6,88 | 20,664 | 157,68 |
|) | Каша пшенная молочная с маслом сливочным и сахаром | 200/2 | 8,198 | 8,111 | 26,25 | 212,51 |
| № 685 | Чай с сахаром | 200/9 | | , | 8,982 | 35,91 |
| | · | - | | | | - |
| 25 | Итого за завтрак: | | 11,262 | 14,991 | 55,896 | 406,1 |
| | 2-ой завтрак | | 11,202 | 14,331 | 33,830 | 400,1 |
| 1- | Яблоко | 90 | 0,252 | 0,252 | 6,174 | 29,61 |
|) | Напиток витаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |
| , | | | | | | |
| 3 | Итого за 2-ой завтрак: | | 0,252 | 0,252 | 10,374 | 44,71 |
| | Обед Огурец свежий порционный | 61 | 0,48 | 0,06 | 1,5 | 8,4 |
| Nº 133 | Суп картофельный с куриной грудкой | 15/235 | 5,855 | 6,09 | 18,1315 | 153,465 |
| Nº 482 Nº 600 (II) | Запеканка из печени с рисом и сметанным соусом | 210/30 | 33,927 | 29,7775 | 33,4495 | 539,82 |
| Nº 642 | Кисель из свежих яблок | 200 | 0,12825 | 0,12 | 18,3735 | 75,8325 |
| 1 | Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| -1 | | | ¥. | | | |
| | Итого за обед: | | 42,8915 | 36,54625 | 84,3283 | 845,3925 |
| | Полдник | | 72,0313 | 30,34023 | U-1,3203 | 2-3,3323 |
| № 726 | Блины с повидлом | 100/20 | 7,561 | 8,6125 | 44,809 | 288,225 |
| . 11 | Сок натуральный | 190 | 0,95 | 0,2375 | 49,248 | 87,4 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | Итого за полдник | | 8,511 | 8,85 | 94,057 | 375,625 |

| | День 8 | | Пищ | евые вещес | тва | - (|
|-----------------------|---|-----------------|----------|------------|----------|----------|
| ецептуры | Наименование блюда/ состав | Масса порции | Б | ж | У | ЭЦ, ккал |
| \odot | Завтрак | | | | | |
| 1 | Огурец свежий порционный | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,6 |
| Nº 340 | Омлет натуральный | 155 | 16,262 | 19,4735 | 2,894 | 252,115 |
| № 692 | Кофейный напиток | 200 | 1,74 | 1,92 | 11,802 | 71,91 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 1,16 | 20,56 | 104,8 |
| 3 | | | | | | 1.11 |
| ~ | Итого за завтрак: 2-ой завтрак | | 21,422 | 22,6135 | 36,396 | 435,425 |
| 5 | Апельсин | 90 | 0,54 | 0,12 | 4,86 | 25,8 |
|) | Напиток витаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |
| 1. | | | 0.7 | 0.10 | 2.25 | الم الم |
| 5 | Итого за 2-ой завтрак: Обед | | 0,54 | 0,12 | 9,06 | 40,9 |
| № 134 | Суп крестьянский с крупой и мясом | 15/235 | 7,275 | 8,175 | 19,396 | 180,75 |
| Nº 478 Nº 598 (II) | Запеканка картофельная с молочным соусом | 150/20 | 14,208 | 17,844 | 28,1085 | 330,89 |
| \\\' | Сок натуральный | 190 | 0,95 | 0,2375 | 49,248 | 87,4 |
|)/ | Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| | | | 3 | | | |
| | Итого за обед: | | 24,93425 | 26,75525 | 109,6263 | 666,915 |
| 1 | Полдник | | 27,33423 | 20,73323 | 109,0203 | 000,313 |
| Nº 498 | Котлета куриная | 70 | 11,411 | 15,69 | 10,612 | 229,29 |
| № 534 | Капуста тушеная | 150 | 3,6161 | 3,8466 | 10,9368 | 94,883 |
| Nº 639 | Компот из кураги | 200 | 1,04 | 0,06 | 19,182 | 82,31 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 1,16 | 20,56 | 104,8 |
| | | | | | | 1 |
| 5 | Итого за полдник: | | 19,0671 | 20,7566 | 61,2908 | 511,283 |
| | Итого за день: | | 65,96335 | 70,24535 | 216,3731 | 1654,523 |
| 0 | | | | | | |

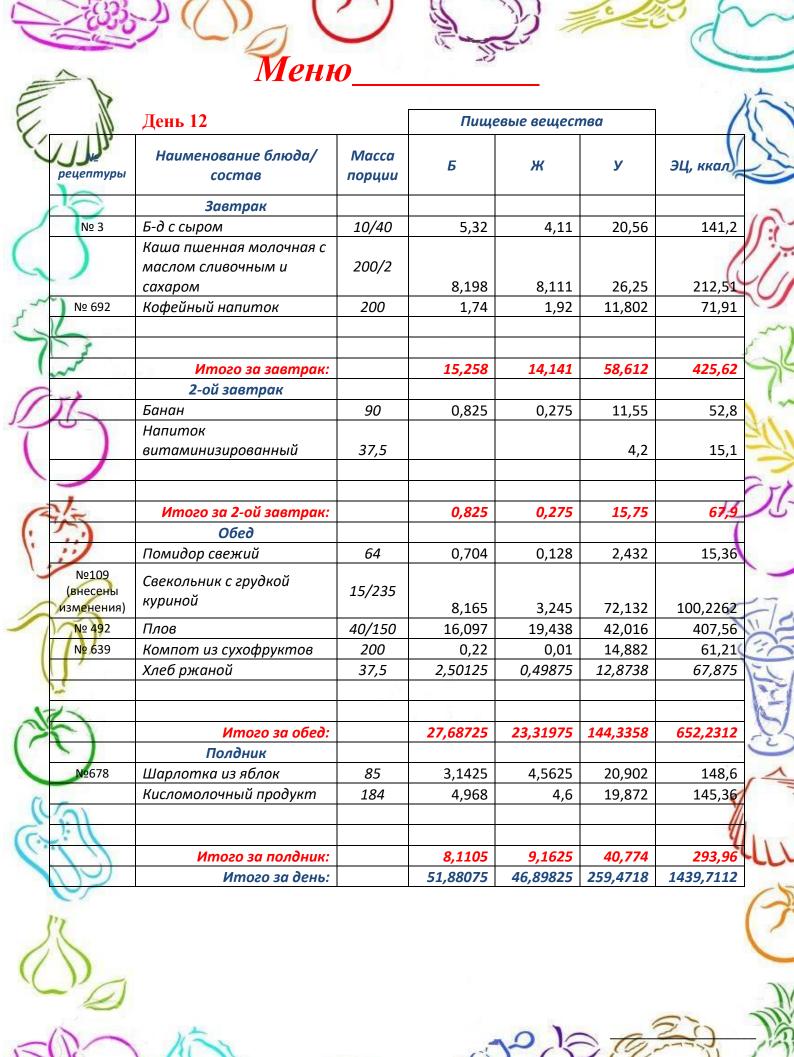
(75)

| День 9 | | Пищ | евые веще | ства | (|
|--|---|--|---|---|--|
| Наименование блюда/ состав | Масса порции | Б | ж | У | ЭЦ, ккал |
| Завтрак | | | | | |
| · | 10/40 | 5,4824 | 4,3165 | 20,56 | 143,748 |
| Каша рисовая молочная с маслом сливочным и сахаром | 200/2 | 7,044 | 7,504 | 28,078 | 209,66 |
| Какао с молоком | 200 | 3,44675 | 3,5375 | 13,9115 | 102,4125 |
| | | | | | |
| Umozo za zaamnav | | 15 07215 | 15 250 | 62 5405 | 455,8205 |
| • | | 10,97313 | 13,336 | 02,3433 | 733,0203 |
| Банан | 90 | 0,825 | 0,275 | 11,55 | 52,8 |
| Напиток витаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |
| | | | | | |
| Итого 2-ой завтрак: | | 0,825 | 0,275 | 15,75 | 67,9 |
| Обед | | | | | |
| Помидор свежий | 64 | 0,704 | 0,128 | 2,432 | 15,36 |
| Борщ из свежей капусты и куриной грудки | 15/235 | 5,025 | 6,151 | 7,936 | 110,67 |
| Рагу из куриной грудки | 40/140 | 11,802 | 14,97 | 16,096 | 251,42 |
| Кисель из кураги | 200 | 1,049 | 0,06 | 26,22 | 110,48 |
| Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| | | 7 | | | |
| Итого за обед: | | 21,08125 | 21,80775 | 65,5578 | 555,805 |
| Полдник: | | | | | 14, 33 |
| Сырники с морковью со сгущенным молоком | 150/17 | 23,2865 | 14,1575 | 62,617 | 363,48 |
| Сок натуральный | 190 | 0,95 | 0,2375 | 49,248 | 87,4 |
| Печенье | 45 | 3,375 | 4,41 | 33,48 | 187,65 |
| Итого за полдини | | 27 6115 | 10 905 | 1/15 2/15 | 638,53 |
| Итого за полоник: | | 49,51775 | 40,88775 | 226,6528 | 1262,235 |
| | Наименование блюда/ состав Завтрак Б-д с сыром Каша рисовая молочная с маслом сливочным и сахаром Какао с молоком Итого за завтрак: 2-ой завтрак Банан Напиток витаминизированный Итого 2-ой завтрак: Обед Помидор свежий Борщ из свежей капусты и куриной грудки Рагу из куриной грудки Кисель из кураги Хлеб ржаной Итого за обед: Полдник: Сырники с морковью со сгущенным молоком Сок натуральный | Наименование блюда/ состав Масса порции Б-д с сыром 10/40 Каша рисовая молочная с маслом сливочным и сахаром 200/2 Какао с молоком 200 Итого за завтрак: 2-ой завтрак Банан 90 Напиток витаминизированный 37,5 Итого 2-ой завтрак: Обед 64 Борщ из свежей капусты и куриной грудки 15/235 Рагу из куриной грудки 40/140 Кисель из кураги 200 Хлеб ржаной 37,5 Итого за обед: Полдник: Сырники с морковью со сгущенным молоком 150/17 Сок натуральный 190 Печенье 45 | Наименование блюда/ состав Масса порции Б Завтрак 10/40 5,4824 Б-д с сыром 10/40 5,4824 Каша рисовая молочная с маслом сливочным и сахаром 200/2 7,044 Какао с молоком 200 3,44675 Итого за завтрак: 15,97315 15,97315 2-ой завтрак 90 0,825 Напиток витаминизированный 37,5 37,5 Итого 2-ой завтрак: 0,825 Помидор свежий 64 0,704 Борщ из свежей капусты и куриной грудки 15/235 5,025 Рагу из куриной грудки 40/140 11,802 Кисель из кураги 200 1,049 Хлеб ржаной 37,5 2,50125 Итого за обед: 21,08125 Полдник: Сырники с морковью со сгущенным молоком 150/17 23,2865 Сок натуральный 190 0,95 Печенье 45 3,375 | Наименование блюда/ состав Масса порции Б Ж Завтрак 10/40 5,4824 4,3165 Каша рисовая молочная с маслом сливочным и сахаром 200/2 7,044 7,504 Какао с молоком 200 3,44675 3,5375 Итого за завтрак: 15,97315 15,358 2-ой завтрак 0,825 0,275 Напиток витаминизированный 37,5 06ед Помидор свежий 64 0,704 0,128 Борщ из свежей капусты и куриной грудки 40/140 11,802 14,97 Кисель из кураги 200 1,049 0,06 Хлеб ржаной 37,5 2,50125 0,49875 Итого за обед: 21,08125 21,80775 Полдник: Сырники с морковыю со сгущенным молоком 150/17 23,2865 14,1575 Сок натуральный 190 0,95 0,2375 Печенье 45 3,375 4,41 | Наименование блюда/ состав Масса порции Б ж у Завтрак 10/40 5,4824 4,3165 20,56 Каша рисовая молочная с маслом сливочным и сахаром 200/2 7,044 7,504 28,078 Какао с молоком 200 3,44675 3,5375 13,9115 Итого за завтрак: 15,97315 15,358 62,5495 2-ой завтрак 90 0,825 0,275 11,55 Напиток витаминизированный 37,5 4,2 Итого 2-ой завтрак: 0,825 0,275 15,75 Обед 0 0,20 15/235 5,025 6,151 7,936 Рагу из куриной грудки 15/235 5,025 6,151 7,936 40/140 11,802 14,97 16,096 16,096 16,096 16,096 12,8738 12,8738 12,8738 12,8738 12,8738 12,8738 12,8738 12,8738 12,8738 12,8738 14,1575 65,5578 14,1575 62,617 150/17 23,2865 14,1575 62,617 |

| № 1 Б- Ве м № 692 Ко | Наименование блюда/ состав Завтрак -д с маслом сливочным ермишель молочная с аслом сливочным офейный напиток Итого за завтрак: 2-ой завтрак оуша апиток | Масса порции 8/40 180/2 200 | 3,064 6,161 1,74 10,965 | 6,88 6,57 1,92 | 20,664 18,884 11,802 51,35 | ЭЦ, ккал 157,68 160,91 71,91 |
|-------------------------------|---|---|----------------------------------|----------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|
| Be M № 692 Ko | -д с маслом сливочным ермишель молочная с аслом сливочным офейный напиток Итого за завтрак: 2-ой завтрак | 180/2 200 | 6,161 1,74 10,965 | 6,57 1,92 | 18,884 11,802 | 160,91 71,91 |
| Be M № 692 Ko | ермишель молочная с аслом сливочным офейный напиток Итого за завтрак: 2-ой завтрак руша апиток | 180/2 200 | 6,161 1,74 10,965 | 6,57 1,92 | 18,884 11,802 | 160,91 71,91 |
| M. № 692 Ka | аслом сливочным офейный напиток Итого за завтрак: 2-ой завтрак руша апиток | 200 | 1,74 | 1,92 | 11,802 | 71,91 |
| № 692 Ko | итого за завтрак: 2-ой завтрак руша апиток | 200 | 1,74 | 1,92 | 11,802 | 71,91 |
| Γ _F | Итого за завтрак: 2-ой завтрак руша апиток | | 10,965 | | | |
| H | 2-ой завтрак руша апиток | 90 | | 15,37 | 51,35 | 390,5 |
| H | 2-ой завтрак руша апиток | 90 | | 15,37 | 51,35 | 390,5 |
| H | руша апиток | 90 | 0.26 | | | |
| H | апиток | 90 | 0.26 | | | |
| | | | 0,26 | 0,195 | 6,695 | 30,55 |
|) | | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |
| | | | | | | |
| 7 | Итого за 2-ой завтрак: | | 0,26 | 0,195 | 10,895 | 45,65 |
| = | Обед | | | | | 12 |
| | алат из св. капусты | 60 | 0,981 | 3,054 | 2,877 | 43,56 |
| № 130 Pa | ассольник с мясом | 15/235 | 6,927 | 3,185 | 82,514 | 89,7892 |
| | отлета рыбная (Треска) | 70 | 9,072 | 3,868 | 10,098 | 117,36 |
| | юре картофельное | 150 | 3,286 | 4,18 | 22,044 | 139,36 |
| 1 | омпот из сухофруктов | 200 | 0,22 | 0,01 | 14,882 | 61,21 |
|) X | леб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| | | | 3 | | | |
| | Итого за обед: Полдник: | | 22,98725 | 14,79575 | 145,2888 | 519,1542 |
| Ri | инегрет овощной с | |): | | | |
| NO 11 | гльдью | 100/20 | 4,705 | 8,584 | 6,273 | 107,97 |
| | ай с сахаром | 200/9 | .,. 00 | 2,551 | 8,982 | 35,91 |
| | леб пшеничный | 40 | 3 | 1,16 | 20,56 | 104,8 |
| .) | - | | | , - | -, | |
| | | | | | | 4 |
| 10) | Итого за полдник: | | 7,705 | 9,744 | 35,815 | 248,68 |
| | Итого за день: | | 41,91725 | 40,10475 | 243,3488 | 1203,9842 |

(ブベ)

| | День 11 | | Пищ | јевые веще | ства | - |
|----------------------------|---|--|--|--------------------------|--------------------|---------------------|
| рецептуры | Наименование блюда/ состав | Масса порции | Б | ж | У | ЭЦ, ккал |
| \bigcirc | Завтрак | | | | | |
| Nº311 | Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным и сахаром | 200/2 | 7,719 | 7,849 | 26,953 | 211,01 |
| № 630 (1994) | Чай с сахаром и молоком | 150/55/9 | 1,595 | 1,76 | 11,567 | 68,91 |
| (1337) | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 1,16 | 20,56 | 104,8 |
| 3 | | <u> </u> | | | | |
| 3 | Итого за завтрак | <u> </u> | 12,314 | 10,769 | 59,08 | 384,72 |
| 1 | 2-ой завтрак | | 1 | | | |
| 5 | Яблоко | 90 | 0,252 | 0,252 | 6,174 | 29,61 |
| | Напиток |] | | 1 | 4.2 | 15.1 |
| | витаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |
| | | | 2.252 | 2.253 | 10.074 | 22.74 |
| <u></u> | Итого за 2 -ой завтрак: Обед | | 0,252 | 0,252 | 10,374 | 44,71 |
|) | Огурец свежий | | + | + | | |
| 0 | порционный | 61 | 0,48 | 0,06 | 1,5 | 8,4 |
| № 142 - (№141- 1994) | Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 25/225 | 6,161 | 2,24975 | 16,04525 | 115,9925 |
| Nº 437 | Гуляш из говядины | 50/20 | 0,3345 | 1,4545 | 1,559 | 21,85 |
| № 516 | Макароны отварные | 154 | 5,815 | 4,205 | 37,0775 | 210,5 |
| | Сок натуральный | 190 | 0,95 | 0,2375 | 49,248 | 87,4 |
| -) | Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| | ************************************** | | : | 2 7055 | 112 2026 | 742 0475 |
| | Итого за обед: Полдник | | 16,24175 | 8,7055 | 118,3036 | 512,0175 |
| N <u>º</u> 354 | Вареники ленивые со сметаной | 150/27 | 24,719 | 15,339 | 54,988 | 330,94 |
| | Кисломолочный продукт | 184 | 4,968 | 4,6 | 19,872 | 145,36 |
| 39 | Печенье | 45 | 3,375 | 4,41 | 33,48 | 187,65 |
| | | | 55.050 | | | |
| | Итого за полдник: Итого за день: | | 33,062 61,86975 | 24,349 44,0755 | 108,34 296,0976 | 663,95 1605,3975 |



| Наименование блюда/ состав Завтрак 5-д с сыром Каша молочная гречневая с наслом сливочным и ахаром Най с сахаром и молоком | Масса порции 13/40 200/2 150/50/9 | 6,016 10,073 | ж 4,995 8,286 | 20,56 13,675 | ЭЦ, ккал 152,12 |
|---|--|---|---|---|--|
| Б-д с сыром Иаша молочная гречневая с Маслом сливочным и ахаром Най с сахаром и молоком | 200/2 | 10,073 | | | 152,12 |
| аша молочная гречневая с паслом сливочным и ахаром Іай с сахаром и молоком | 200/2 | 10,073 | | | 152,12 |
| Іай с сахаром и молоком | 150/50/9 | | 8,286 | 14675 | 24424 |
| NWOSO SU SUEMNON. | | 1,45 | 1,6 | 11,332 | 244,21 65,91 |
| • | | 17,539 | 14,881 | 45,567 | 462,24 |
| 2-ой завтрак | | 0.54 | 0.13 | 4.00 | 25.0 |
| \пельсин Напиток | 90 | 0,54 | 0,12 | 4,86 | 25,8 |
| итаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |
| Итого за 2-ой завтрак: Обед | | 0,54 | 0,12 | 9,06 | 40,9 |
| • | 60 | 0,84025 | 0,07675 | 7,9665 | 36,8225 |
| олянка домашняя с мясом | | | | | 67,0892 |
| олубцы ленивые с соусом Сомпот из свежих | 180/30 | 17,9465 | 34,084 | 228,228 | 454,66 |
| рруктов | 200 | 0,148 | 0,148 | 12,608 | 53,3 |
| леб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| | | G (A | | | |
| Итого за обед: | | 27,904 | 37,8525 | 338,8473 | 679,7467 |
| Полдник апеканка из творога со | | | | | 19,3 |
| гущенным молоком | 120/17 | 23,445 | 14,283 | 61,2075 | 613,51 |
| ок натуральный | 190 | 0,95 | 0,2375 | 49,248 | 87,4 |
| | | + | | | 1 |
| Итого за полдник: | | 0,95 | 0,2375 | 49,248 | 87,4 |
| | Итого за 2-ой завтрак: Обед Салат из моркови с зюмом Солянка домашняя с мясом Солубцы ленивые с соусом Сомпот из свежих бруктов Глеб ржаной Итого за обед: Полдник апеканка из творога со гущенным молоком | Итого за 2-ой завтрак: Обед Салат из моркови с зюмом 60 Солянка домашняя с мясом 15/235 Солубцы ленивые с соусом 180/30 Сомпот из свежих бруктов 200 Слеб ржаной 37,5 Итого за обед: Полдник апеканка из творога со гущенным молоком | Итого за 2-ой завтрак: Обед Салат из моркови с Золянка домашняя с мясом Олубцы ленивые с соусом Оруктов Олеб ржаной Олеб ржан | Итого за 2-ой завтрак: Обед Талат из моркови с Таюмом Олянка домашняя с мясом Олубцы ленивые с соусом Олубцы ленивые с соусом Олубцы ленивые с 200 Олиби 37,5 Олянка домашняя с 34,084 Олянка домашня с 34,084 Олянка домашна домашня с 34,084 Олянка домашня с 34,084 Олянка домашня домашня с 34,084 Олянка домашня до | Итого за 2-ой завтрак: Обед Залат из моркови с Заюмом Обинания и оркови с Заюмом Обинания с мясом Обинания с соусом Обинания с с с с соусом Обинания с с с с с с с с с с с с с с с с с с с |

| 1 613 | День 14 | | Пище | (| | |
|----------------------------|--|-----------------|--------------------|--------------------|------------------------|---------------------|
| рецептуры | Наименование блюда/ состав | Масса порции | Б | ж | У | ЭЦ, ккал |
| | Завтрак | | | | | |
| № 311 | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" с маслом | 200/2 | | | | |
|) | сливочным и сахаром | | 8,427 | 8,868 | 25,122 | 215,61 |
| Nº 693 | Какао с молоком | 200 | 3,44675 | 3,5375 | 13,9115 | 102,4125 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 1,16 | 20,56 | 104,8 |
| | Йогурт | 125 | 4,8 | 1,8 | 34,3 | 108 |
| 3 | | | | | | |
| | | | | | | |
| -> | Итого за завтрак: | | 19,67375 | 15,3655 | 93,8935 | 530,8225 |
| 5 | 2-ой завтрак | 7 | | | | |
| | Груша | 90 | 0,26 | 0,195 | 6,695 | 30,55 |
| | Напиток витаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |
| | витиминизировинный | 37,3 | | | 4,2 | 13,1 |
| 1_ | | | | | | |
| (() | Итого за 2-ой завтрак: | | 0,26 | 0,195 | 10,895 | 45,65 |
| | Обед | | | | | 1 |
| № 2 <mark>9 (19</mark> 94) | Салат из свеклы с чесноком | 60 | 1,23 | 3,227 | 9,563 | 72,3 |
| Nº 151 | Суп рисовый с мясом | 15/235 | 5,855 | 6,152 | 81,522 | 128,25 |
| / № 438 | Азу | 40/160 | 14,556 | 15,632 | 207,162 | 280,72 |
| Nº639 | Компот из изюма | 200 | 0,22 | 0,01 | 14,882 | 61,21 |
| | Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| 7 | | 1/ | (3 W | | | |
| | Итого за обед: | | 24,36225 | 25,51975 | 326,0028 | 610,355 |
| | Полдник | | | | | 20, 24 |
| Nº 1 | Б-д с маслом сливочным | 40/7 | 3,056 | 6,165 | 20,651 | 151,07 |
| | Капуста тушеная | 43/140 | 15,8255 | 13,826 | 10,179 | 230,1 |
| Nº 534 | Чай с сахаром | 200/9 | | | 8,982 | 35,91 |
| № 534 № 685 | , | | | | | |
| 7 | , | | | | | |
| 7 | | | 18.8815 | 19.991 | 39,812 | 417.08 |
| | Итого за полдник Итого за день | | 18,8815 63,1775 | 19,991 61,07125 | 39,812 470,6033 | 417,08 1603,9075 |

| День 15 | | | Пище | | | |
|-------------------------|---|-----------------|----------|----------|----------|----------|
| М ₂ рецептуры | Наименование блюда/ состав | Масса порции | Б | ж | У | ЭЦ, ккал |
| 0 | Завтрак | | | | | |
| 5 | Каша манная молочная с маслом сливочным и сахаром | 200/2 | 6,879 | 7,554 | 19,693 | 176,03 |
| Nº 692 | Кофейный напиток | 200 | 1,74 | 1,92 | 11,802 | 71,91 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 3 | 1,16 | 20,56 | 104,8 |
| 3 | Итого за завтрак: | | 11,619 | 10,634 | 52,055 | 352,74 |
| | 2-ой завтрак | <u> </u> | 11/0-0 | 10,00 | 32,000 | 332,7 |
| 5 | Апельсин | 90 | 0,54 | 0,12 | 4,86 | 25,8 |
|) | Напиток витаминизированный | 37,5 | | | 4,2 | 15,1 |
| | Итого за 2-ой завтрак: | | 0,54 | 0,12 | 9,06 | 40,9 |
| 5 | Обед | <u> </u> | 0,5-7 | 0,12 | 3,00 | -10,5 |
|) | Огурец свежий порционный | 60 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,6 |
| Nº109 | Борщ с куриной грудкой | 15/235 | 5,071 | 6,9165 | 8,5915 | 119,785 |
| Nº 383 | Рыба, запеченная в сметанном соусе | 60/20 | 12,548 | 5,2055 | 3,2425 | 119,985 |
| № 520 | Пюре картофельное | 150 | 3,286 | 4,18 | 22,044 | 139,36 |
| Nº 685 | Чай с сахаром | 200/9 | 3,200 | 7,10 | 8,982 | 35,91 |
| | Хлеб ржаной | 37,5 | 2,50125 | 0,49875 | 12,8738 | 67,875 |
| 1 | | * | A W | | | |
| | Итого за обед | | 23,82625 | 16,86075 | 56,8738 | 489,515 |
| | Полдник | <u> </u> | | , | | , |
| Nº 340 | Омлет натуральный | 165 | 17,238 | 20,874 | 3,084 | 269,4 |
| | Кисломолочный продукт | 184 | 4,968 | 4,6 | 19,872 | 145,36 |
| | Хлеб пшеничный | 43,5 | 3,2625 | 1,2615 | 22,359 | 113,97 |
| (60 | Печенье | 45 | 3,375 | 4,41 | 33,48 | 187,65 |
| | Итого за полдник: | | 28,8435 | 31,1455 | 78,795 | 716,38 |
| | Итого за полоник. | <u> </u> | 64,82875 | 58,76025 | 196,7838 | 1599,535 |

(ブベ)