

| № рец. | Прием пищи Наименование блюда | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|-------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак 1 день | | | | | |
| №390 | Суп молочный с макаронами | 200 | 4,77 | 10,43 | 36,64 | 257.,9 |
| №959-1 | Какао с молоком | 200,0 | 3,76 | 3,9 | 7,8 | 149,0 |
| | Хлеб 1 сорт | 50,0 | 3,95 | 0,5 | 24,05 | 119,5 |
| №42-2 | сыр | 30.0 | 7,8 | 7,8 | | 10,6 |
| | ОБЕД | | | | | |
| №170 | Борщ с тушенкой | 200,0 | 9,9 | 10,7 | 16 | 204,21 |
| | Сметана 20% | 10 | 0,28 | 20 | 3,28 | 20,6 |
| №281 | Котлета п/ф | 75,0 | 13,0 | 12,38 | 14,4 | 224,2 |
| №58 | Помидоры нарезка | 60,0 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,6 |
| №688 | Макароны отварные | 150,0 | 5,3 | 4,33 | 36,4 | 211,6 |
| №824 | Соус красный | 30 | 0,28 | 1,02 | 2,25 | 19,7 |
| | Сок фруктовый | 200,0 | 1,4 | 1,6 | 17,3 | 85,5 |
| | Хлеб | 100.0 | 7,9 | 1 | 48,1 | 239 |
| | | | 59,56 | 74,32 | 226,36 | |
| ИТОГО | | | | | | 1632,41 |

| № рец. | Прием пищи Наименование Блюда | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак 2 день | | | | | |
| №681 | Каша молочная ассорти | 200/10 | 5,74 | 10,65 | 36,4 | 264,6 |
| №395 | Кофейный напиток | 200,0 | 1,95 | 4,45 | 8,5 | 148,8 |
| | Хлеб 1 сорт | 50,0 | 3,95 | 0,5 | 24,05 | 119,5 |
| | Шоколад молочный | 30 | 2,07 | 10,71 | 15,72 | 165 |
| | ОБЕД | | | | | |
| №128 | Рассольник с тушенкой | 200 | 7,64 | 11,9 | 12,4 | 229,2 |
| | Сметана 20% | 10 | 0,28 | 2 | 3,2 | 20,6 |
| №536 | Сосиски молочные 1 с | 80 | 11,4 | 18,4 | 1,5 | 215 |
| | Рис отварной | 150 | 5,11 | 5,72 | 51,5 | 283,8 |
| | Огурцы нарезка | 60,0 | 0,12 | 2,28 | 2,8 | 13,8 |
| №824 | Соус красный | 30 | 0,28 | 1,02 | 2,25 | 19,7 |
| №868 | Компот из с/фрук | 200,0 | 0,22 | 0,02 | 30 | 114,9 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 5,53 | 0,7 | 33,7 | 239 |
| | | | 45,09 | 68,95 | 241,02 | |
| Итого | | | | | | 1917,9 |

| № рец. | Прием пищи Наименование блюда | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак 3 день | | | | | |
| №220 | Каша рисовая молочная | 200/10 | 4,77 | 10,43 | 36,64 | 258,5 |
| №459 | Кисель из концентрата | 200,0 | 0,19 | 0,01 | 17,91 | 142,9 |
| | Хлеб 1 сорт | 50,0 | 3,95 | 0,5 | 24,05 | 119,5 |
| | Сыр | 30,0 | 7,8 | 7,8 | | 10,5 |
| | ОБЕД | | | | | |
| №206 | Суп гороховый с тушенкой | 200,0 | 9,06 | 11,02 | 32,14 | 271,15 |
| №486 | Рыба тушеная в сметанном соусе | 75\50 | 21,3 | 22,48 | 15,6 | 350,9 |
| №694 | Картофельное пюре | 0,15 | 4,3 | 6,71 | 29,2 | 200,5 |
| | Огурцы нарезка | 60,0 | 0,28 | 1,02 | 2,25 | 19,7 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 5,53 | 0,7 | 33,7 | 239, |
| | Сок фруктовый | 200,0 | 1,4 | 1,6 | 17,3 | 85,5 |
| | | | | | | |
| | | | 59,38 | 62,87 | 227,79 | |
| Итого | | | | | | 1782,15 |

| № рец. | Прием пищи Наименование Блюда | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|--------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|-----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак 4 день | | | | | |
| №146 | Суп молочный с макаронными изделиями | 200/10 | 4,52 | 9,17 | 22,28 | 187,54 |
| №465 | Чай сладкий | 200,0 | | | 14,97 | 56,58 |
| | Хлеб 1 сорт маслом | 50,0\10 | 7,9 | 1,0 | 48,1 | 239,0 |
| | Вафли с начинкой | 20,0 | 1,36 | 12,08 | 25,88 | 215,6 |
| | ОБЕД | | | | | |
| №187 | Щи из св.капуст. | 200,0 | 7,64 | 11,9 | 12,4 | 227,4 |
| | Сметана 20% | | 0,28 | 20 | 3,2 | 20,6 |
| №335 | Тефтели | 80,0 | 20,9 | 20,6 | 15,8 | 335,2 |
| №688 | Макароны отвар. | 150,0 | 7,05 | 5,77 | 48,4 | 282,1 |
| | Кисель | 200,0 | 0,02 | 0,01 | 27,9 | 108,8 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 5,53 | 0,7 | 33,7 | 239 |
| | | | | | | |
| | | | 56 | 81,83 | 271,63 | |

| | | | | | | |
|-------|--|--|--|--|--|---------|
| Итого | | | | | | 1995,82 |
|-------|--|--|--|--|--|---------|

| № рец. | Прием пищи Наименование Блюда | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|-----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак 5 день | | | | | |
| №220 | Каша кукурузная молочная | 200/10 | 5,79 | 10,44 | 35,32 | 257,9 |
| №459 | Кофейный напиток | 200,0 | 1,95 | 4,45 | 8,5 | 148,8 |
| | Хлеб 1 сорт с сыром | 50,0\30 | 1,95 | 4,45 | 8,5 | 148,8 |
| | | | | | | |
| | ОБЕД | | | | | |
| №135 | Суп рыбный из рыбной консервы | 200,0 | 11,35 | 10,3 | 17,84 | 211,3 |
| №264 | Котлета п/ф | 75 | 13,0 | 12,38 | 14,4 | 224,2 |
| №824 | Соус красный | 50 | 0,28 | 1,02 | 2,25 | 19,7 |
| №681 | Гречка отв | 150,0 | 5,44 | 6,71 | 44,5 | 246,0 |
| №868 | Компот из с/фр. | 200,0 | 0,22 | 0,02 | 30 | 114,9 |
| | Хлеб пшеничный | 100,0 | 5,53 | 0,7 | 33,7 | 167,3 |
| | Нарезка из свежих помидор | 60,0 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,6 |

| | | | | | | |
|-------|--|--|-------|-------|---------|--------|
| | | | 50,63 | 48,69 | 205, 89 | |
| Итого | | | | | | 1629,5 |

| № рец. | Прием пищи Наименование Блюда | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак 6 день | | | | | |
| №230 | Каша пшеничная молочная | 200/10 | 7,06 | 11,29 | 40,7 | 292,5 |
| №465 | Хлеб 1 сорт с маслом | 50/20 | 9,15 | 5,8 | 24,05 | 189,5 |
| №469 | Какао | 200,0 | 1,95 | 4,45 | 8,5 | 148,8 |
| | ОБЕД | | | | | |
| №335 | Борщ с тушенкой | 200,0 | 9,9 | 10,7 | 16 | 204,21 |
| №360 | Сосиска молочная | 80,0 | 11,4 | 18,4 | 1,5 | 215,0 |
| | Огурцы нарезка | 60,0 | 0,12 | 2,28 | 2,8 | 13,8 |
| №354 | Гречка отварная | 150,0 | 10,4 | 7,7 | 51,0 | 230,9 |
| | Сок фруктовый | 200,0 | 1,4 | 1,6 | 17,3 | 85,5 |
| | Хлеб пшеничный | 100,0 | 5,53 | 0,7 | 33,7 | 239 |
| | | | | | | |
| | | | 67,61 | 67,6 | 228,65 | |
| Итого | | | | | | 1703,21 |

| № рец. | Прием пищи Наименование блюда | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак 7 день | | | | | |
| №220 | Каша манная с маслом | 200,0\10 | 5,79 | 10,44 | 35,32 | 257,9 |
| №469 | Кофейный напиток | 200,0 | 1,95 | 1,6 | 30,3 | 131,1 |
| | Хлеб 1 сорт | 50,0 | 3,95 | 0,5 | 24,05 | 119,5 |
| | Сыр | 30 | | | | |
| | ОБЕД | | | | | |
| №133 | Суп рыбный | 200,0 | 9,06 | 11,02 | 32,14 | 271,15 |
| №343 | Тефтели п/ф | 80,0 | 20,9 | 20,60 | 15,8 | 335,2 |
| №356 | Макароны отв | 150,0 | 5,11 | 5,72 | 51,5 | 283,8 |
| | Помидоры нарезка | 60,0 | | | | 12,0 |
| №824 | Соус красный | 50,0 | 0,28 | 1,02 | 2,25 | 19,7 |
| №452 | Компот из с/фруктов | 200,0 | 0,22 | 0,02 | 29,97 | 114,9 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 5,53 | 0,7 | 33,7 | 239,0 |
| | | | | | | |
| | | | 52,69 | 49,62 | 258,93 | |
| Итого | | | | | | 1848,25 |

| № рец. | Прием пищи Наименование блюда | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак 8 день | | | | | |
| №220 | Каша кукурузная с маслом | 200/10 | 5,79 | 10,44 | 35,32 | 257,9 |
| №465 | Чай с сахаром и молоком | 200,0 | 1,4 | 1,6 | 17,32 | 85,8 |
| | Хлеб 1 сорт | 50,0 | 3,95 | 0,5 | 24,05 | 119,5 |
| | Конфеты | 15,0 | 1,3 | 5,35 | 7,8 | 85,00 |
| | ОБЕД | | | | | |
| №136 | Щи со сметаной и тушенкой | 200,0 | 8,39 | 7,71 | 20,8 | 191,86 |
| | сметана 20% | | 21,3 | 22,48 | 15,6 | 350,9 |
| №856 | Курица в соусе | 75\50 | 18,1 | 16,2 | - | 220,2 |
| | Огурцы нарезка | 60,0 | 0,12 | 2,28 | 2,8 | 13,8 |
| №364 | Рис отварной | 150,0 | 5,44 | 6,71 | 44,5 | 246,0 |
| №459 | Кисель | 200,0 | 0,02 | 0,01 | 27,9 | 108,8 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 5,53 | 0,7 | 33,7 | 239,0 |
| | | | 72,14 | 74,58 | 248,79 | |
| Итого | | | | | | 2002,76 |

| № рец. | Прием пищи Наименование блюда | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------------|--------------|----------------------|--------|---------|--------------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак 9 день | | | | | |
| №220 | Каша рисовая молочная с малом | 200/10 | 4,77 | 10,43 | 36,64 | 258,5 |
| №459 | Кисель из концентрата | 200,0 | 0,019 | 0,001 | 27,89 | 108,8 |
| | Хлеб 1 сорт с маслом | 50,0\10 | 4,03 | 7,75 | 24,068 | 185,6 |
| | Конфета шоколадная | 15,0 | 0,4 | | 7,6 | 29,3 |
| | ОБЕД | | | | | |
| №128 | Рассольник с тушенкой | 200 | 7,64 | 11,9 | 12,4 | 229,2 |
| | Сметана 20% | | 0,28 | 2 | 3,2 | 20,6 |
| №329 | Сосиски молочные | 80,0 | 21,29 | 22,48 | 15,16 | 350,9 |
| №354 | Гречка отварная | 150,0 | 9,93 | 7,77 | 51,0 | 337,6 |
| | Нарезка из свежих помидоры | 60,0 | 0,42 | 0,06 | 1,14 | 6,6 |
| №824 | Соус красный | 50,0 | 0,28 | 1,02 | 2,3 | 19,7 |
| №459 | Сок фруктовый | 200,0 | 1,4 | 1,6 | 17,3 | 85,5 |
| | Хлеб пшеничный | 100,0 | 5,53 | 0,7 | 33,7 | 239 |
| | | | 56,789 | 66,311 | 234,089 | |

| | | | | | | |
|-------|--|--|--|--|--|--------|
| Итого | | | | | | 1955,3 |
|-------|--|--|--|--|--|--------|

| № рец. | Прием пищи Наименование блюда | Масса порций | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------|-------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|-----------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| | Завтрак 10 день | | | | | |
| №230 | Каша пшенная молочная с малом | 200/10 | 7,06 | 11,29 | 40,7 | 292,5 |
| №465 | Хлеб 1 сорт с сыром | 50/30 | 9,15 | 5,8 | 24,05 | 189,5 |
| №469 | Кофейный напиток | 200,0 | 1,95 | 4,45 | 8,5 | 148,8 |
| | ОБЕД | | | | | |
| №109 | Суп с тушенкой вермишелевый | 200,0 | 7,64 | 11,9 | 12,4 | 227,4 |
| №264 | Рыба тушеная в сметан. соусе | 80,0 | 16,9 | 9,94 | 5,14 | 176,7 |
| №364 | Картофельное пюре | 150,0 | 4,3 | 6,71 | 29,2 | 246,5 |
| №452 | Компот из с/фруктов | 200,0 | 0,22 | 0,02 | 29,97 | 114,9 |
| | Хлеб пшеничный | 100 | 5,53 | 0,7 | 33,7 | 239 |
| | | | 53,55 | 51,41 | 202,66 | |
| Итого | | | | | | 1719,3 |