

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименованиеблюд*** | ***ТК*** | ***номер поСР*** | ***выход(гр)*** | ***Пищевыевещества*** | | | | ***Витаминыиминеральные вещества*** | | | | | | | |
| ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Калл*** | ***А*** | ***В*** | ***С*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Мg*** | ***Р*** | ***Fe*** |
| **ВТОРОЙ ДЕНЬ** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша пшенная на молоке со сливочным маслом | 13 | 302 | 200/5 | 7,56 | 9,31 | 41,09 | 278,67 | 0,11 | 0,13 | 1,64 | 0,57 | 232 | 27,63 | 92,16 | 0,69 |
| Чайс молоком | 35 | 297 | 200 | 1,6 | 1,65 | 17,36 | 86 | 0,02 | 0,02 | 0,75 | 0 | 65,25 | 11,4 | 52,24 | 0,9 |
| Конвертик с джемом | 56 |  | 50 | 21,3 | 11,55 | 3,25 | 204 | 0,09 | 0,01 | 0,05 | 0,15 | 15,11 | 10,04 | 49,14 | 0,92 |
| ИТОГО: |  |  |  | **30,86** | **22,91** | **71,50** | **613,67** | **0,25** | **0,19** | **18,61** | **0,92** | **328,4** | **86,28** | **204,5** | **4,71** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из капусты | 31 | 43 | 60 | 0,93 | 3,05 | 5,65 | 53 | 0,01 | 0,01 | 9,54 | 1,38 | 25,87 | 9,86 | 17,99 | 0,33 |
| Борщ с мясом со сметаной | 3 | 110 | 250/5 | 1,84 | 5,84 | 9,14 | 111,25 | 0,11 | 0,04 | 11,01 | 0,21 | 46,19 | 24,33 | 54,65 | 1,19 |
| Тефтели | 19 | 462 | 100 /80/20/ | 10,7 | 17,6375 | 11,3375 | 246,25 | 0,013 | 0,063 | 2,325 | 5,313 | 20,438 | 8,45 | 44,41 | 0,413 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 14 | 508 | 180 | 10,51 | 7,94 | 51,70 | 325,20 | 0,06 | 0,10 | 0,00 | 0,66 | 17,39 | 166,34 | 249,01 | 5,58 |
| Компот из смеси сухофруктов | 38 | 639 | 200 | 0,44 | 0 | 28,88 | 116 | 0 | 0 | 0,4 | 0 | 44,8 | 6 | 15,4 | 1,26 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 55 |  | 60 | 3,96 | 0,66 | 24,6 | 123,6 | 0 | 0,02 | 0 | 0,22 | 5,52 | 6 | 25,44 | 0,74 |
| ИТОГО: |  |  |  | **28,38** | **35,13** | **131,30** | **975,30** | **0,20** | **0,23** | **23,28** | **7,79** | **160,2** | **221** | **406,9** | **9,51** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВСЕГО |  |  |  | **59,24** | **58,04** | **202,80** | **1588,97** | **0,44** | **0,42** | **41,89** | **8,71** | **488,6** | **307,3** | **611,4** | **15,0** |

3,494478

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименованиеблюд*** | ***ТК*** | ***номер поСР*** | ***выход(гр)*** | ***Пищевыевещества*** | | | | ***Витаминыиминеральные вещества*** | | | | | | | |
| ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Калл*** | ***А*** | ***В*** | ***С*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Мg*** | ***Р*** | ***Fe*** |
| **ТРЕТИЙ ДЕНЬ** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Масло сливочное порциями | 53 | 96 | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 75 | 0,1 | 0 | 0 | 0 | 1,2 | 0,04 | 1,9 | 0,02 |
| Запеканка творожная с повидлом | 49 | 366 | 150/20 | 31,49 | 14,13 | 27,06 | 365,77 | 42,10 | 0,08 | 0,75 | 1,36 | 256,59 | 38,63 | 339,50 | 1,19 |
| Чайс лимоном сахаром | 34 | 686 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 | 0 | 0 | 2,9 | 0 | 8,05 | 5,24 | 9,78 | 0,91 |
| Хлеб пшеничный | 55 |  | 40 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 61,8 | 0 | 0,01 | 0 | 0,11 | 2,76 | 3 | 12,72 | 0,37 |
| ИТОГО: |  |  |  | **33,78** | **22,77** | **54,66** | **561,57** | **42,20** | **0,09** | **3,65** | **1,47** | **268,6** | **46,91** | **363,9** | **2,49** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Винегрет овощной | 33 | 71 | 60 | 0,82 | 6,07 | 4,52 | 76 | 0,54 | 0,03 | 7,77 | 2,72 | 16,83 | 11,12 | 24,65 | 0,46 |
| Суп картофельный с макаронами с мясом | 29 | 140 | 250 | 2,83 | 5,38 | 20,85 | 146,25 | 0,08 | 0,10 | 16,50 | 0,29 | 23,29 | 24,51 | 66,14 | 1,06 |
| Рыба припущенная с соусом | 56 |  | 100 /80/20/ | 15,70 | 5,10 | 2,60 | 119,00 | 0,06 | 0,16 | 30,65 | 0,49 | 35,85 | 46,51 | 141,95 | 1,69 |
| Пюре картофельное | 5 | 520 | 180 | 3,86 | 6,67 | 26,40 | 186,00 | 0,11 | 0,19 | 31,13 | 0,16 | 48,54 | 39,20 | 114,76 | 1,40 |
| Компот из изюма | 39 | 638 | 200 | 0,36 | 0 | 33,16 | 128 | 0 | 0,05 | 0 | 0,1 | 16,4 | 8,4 | 25,8 | 0,66 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 55 |  | 60 | 3,96 | 0,66 | 24,6 | 123,6 | 0 | 0,02 | 0 | 0,22 | 5,52 | 6 | 25,44 | 0,74 |
| ИТОГО: |  |  |  | **27,53** | **23,88** | **112,13** | **778,85** | **0,79** | **0,55** | **86,05** | **3,97** | **146,4** | **135,7** | **398,7** | **6,01** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВСЕГО |  |  |  | **61,31** | **46,65** | **166,79** | **1340,42** | **42,99** | **0,65** | **89,70** | **5,44** | **415,0** | **182,7** | **762,6** | **8,50** |

3,575175

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименованиеблюд*** | ***ТК*** | ***номер поСР*** | ***выход(гр)*** | ***Пищевыевещества*** | | | | ***Витаминыиминеральные вещества*** | | | | | | | |
| ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Калл*** | ***А*** | ***В*** | ***С*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Мg*** | ***Р*** | ***Fe*** |
| **ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молоч. Гречневая с маслом | 11 | 302 | 200/5 | 9,01 | 10,21 | 41,60 | 296,00 | 0,11 | 0,35 | 1,57 | 0,79 | 242,21 | 86,83 | 187,07 | 2,48 |
| Кисель | 41 | 693 | 200 | 3,04 | 3,39 | 27,91 | 149 | 0,03 | 0,04 | 1,3 | 0,01 | 120,64 | 14,88 | 98,08 | 0,24 |
| Печенье | 56 |  | 50 | 3,2 | 14,15 | 32 | 276 | 0 | 0,01 | 0 | 0,11 | 2,76 | 3 | 12,72 | 0,37 |
| Хлеб пшеничный |  |  |  | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 61,8 | 0 | 0,01 | 0 | 0,00 | 2,76 | 3 | 12,72 | 0,37 |
| ИТОГО: |  |  |  | **16,75** | **27,85** | **122,51** | **770,00** | **0,14** | **0,48** | **22,87** | **1,31** | **373,6** | **146,7** | **325,9** | **3,69** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат и зогурцов с помидорами | 26 | 25 | 60 | 0,95 | 2,24 | 44,52 | 79,64 | 0 | 0,03 | 19,06 | 10,11 | 0,22 | 9,76 | 20,77 | 0,44 |
| Щи из св.капусты с картофелем со сметаной с мясом | 1 | 124 | 200/5 | 1,83 | 5,94 | 7,78 | 98,75 | 0,10 | 0,05 | 18,30 | 0,18 | 48,11 | 21,61 | 51,39 | 0,85 |
| Плов из птицы | 24 | 492 | 200 | 27,03 | 8,99 | 37,44 | 341,33 | 0,21 | 0,12 | 6,40 | 1,80 | 34,56 | 60,40 | 258,75 | 2,35 |
| Компот из чернослива | 40 | 638 | 200 | 0,57 | 0 | 34,41 | 136 | 0,01 | 0,08 | 0,75 | 0,45 | 20,4 | 25,5 | 20,75 | 0,81 |
| Хлеб ржано- пшеничный | 55 |  | 60 | 2,82 | 0,6 | 0,6 | 126 | 0 | 0,04 | 0 | 0,78 | 14,4 | 11,4 | 52,2 | 2,24 |
| ИТОГО: |  |  |  | **34,88** | **19,58** | **115,23** | **805,68** | **0,32** | **0,30** | **28,05** | **6,45** | **127,6** | **144,9** | **395,3** | **5,23** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВСЕГО |  |  |  | **51,64** | **47,44** | **237,74** | **1575,68** | **0,46** | **0,78** | **50,92** | **7,75** | **501,2** | **291,6** | **721,2** | **8,92** |

4,511319

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименованиеблюд*** | ***ТК*** | ***номер поСР*** | ***выход(гр)*** | ***Пищевыевещества*** | | | | ***Витаминыиминеральные вещества*** | | | | | | | |
| ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Калл*** | ***А*** | ***В*** | ***С*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Мg*** | ***Р*** | ***Fe*** |
| **ПЯТЫЙ ДЕНЬ** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молочная рисоваяс маслом | 10 | 302 | 200/5 | 5,96 | 9,16 | 42,51 | 277,33 | 0,09 | 0,08 | 1,31 | 0,27 | 129,09 | 36,57 | 159,37 | 0,56 |
| Чай с сахаром | 36 | 685 | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 5,25 | 4,4 | 8,24 | 0,87 |
| Хлеб пшеничный | 55 |  | 30 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 61,8 | 0 | 0,01 | 0 | 0,11 | 2,76 | 3 | 12,72 | 0,37 |
| Вафли | 50 |  | 40 | 2,38 | 9,68 | 18,64 | 180 | 0,008 | 0 | 0 | 0 | 6 | 0 | 25,13 | 0,62 |
| ИТОГО: |  |  |  | **13,97** | **25,07** | **88,46** | **630,13** | **0,70** | **0,09** | **1,65** | **0,45** | **293,1** | **43,97** | **286,5** | **2,59** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 32 | 40 | 60 | 1,2 | 3,6 | 22,24 | 70,64 | 27,36 | 14,4 | 0,69 | 108,8 | 0,02 | 5,04 | 0,4 | 3,6 |
| Рассольник ленинградский со сметаной с мясом | 2 | 132 | 250/5 | 2,35 | 6,38 | 17,40 | 141,25 | 0,09 | 0,09 | 16,80 | 0,21 | 28,88 | 27,25 | 69,14 | 1,01 |
| Фрикадельки | 23 | 471 | 100  /80/20/ | 11,04 | 10,79 | 9,43 | 175,00 | 0,05 | 0,06 | 0,34 | 0,35 | 44,90 | 6,74 | 45,51 | 0,16 |
| Пюре картофельное | 4 | 203 | 180 | 3,64 | 5,92 | 29,39 | 190,80 | 0,10 | 0,22 | 36,00 | 0,14 | 18,74 | 41,42 | 105,60 | 1,63 |
| Компот из яблок | 42 | 631 | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,87 | 109 | 0,01 | 0,01 | 6,6 | 0,08 | 6,88 | 3,6 | 4,4 | 0,95 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 55 |  | 60 | 3,96 | 0,66 | 24,6 | 123,6 | 0 | 0,02 | 0 | 0,22 | 5,52 | 6 | 25,44 | 0,74 |
| ИТОГО: |  |  |  | **22,34** | **27,50** | **130,92** | **810,29** | **27,61** | **15,77** | **60,43** | **109,8** | **104,9** | **90,05** | **250,5** | **8,10** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВСЕГО |  |  |  | **36,31** | **52,57** | **219,38** | **1440,42** | **55,22** | **30,57** | **120,86** | **219,6** | **398,0** | **174,1** | **537,0** | **16,19** |

4,173215

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименованиеблюд*** | ***ТК*** | ***номер поСР*** | ***выход(гр)*** | ***Пищевыевещества*** | | | | ***Витаминыиминеральные вещества*** | | | | | | | |
| ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Калл*** | ***А*** | ***В*** | ***С*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Мg*** | ***Р*** | ***Fe*** |
| **ШЕСТОЙ ДЕНЬ** | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молоч."Дружба"с маслом | 12 | 302 | 200/5 | 6,20 | 8,60 | 49,07 | 284,67 | 0,04 | 0,09 | 0,20 | 0,69 | 122,97 | 39,07 | 92,40 | 0,12 |
| Кисель | 43 | 648 | 200 | 0 | 0 | 15,3 | 49,6 | 0,03 | 0,02 | 5,60 | 0,00 | 3,20 | 2,00 | 15,80 | 0,00 |
| Конвертик с творогом | 56 |  | 50 | 3,3 | 11,55 | 21,3 | 204 | 0,01 | 0,04 | 0,19 | 0,00 | 14,61 | 7,40 | 28,09 | 0,40 |
| Багет с сыром и чесноком | 56 |  | 30 | 0,12 | 0,12 | 2,94 | 13,5 | 0,01 | 0,01 | 4,95 | 0,06 | 4,80 | 2,70 | 3,30 | 0,66 |
| ИТОГО: |  |  |  | **10,02** | **20,67** | **98,41** | **596,77** | **0,11** | **0,19** | **76,94** | **0,95** | **161,6** | **60,17** | **150,6** | **3,38** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 57 | 25 | 60 | 0,9 | 3,06 | 5,3 | 43 | 3 | 0 | 4,89 | 1,38 | 52 | 23 | 41 | 1 |
| Суп картофельный рыбный | 27 | 133 | 250 | 5,71 | 3,50 | 19,13 | 133,75 | 0,05 | 0,13 | 22,99 | 0,36 | 26,89 | 34,89 | 106,46 | 1,26 |
| Гуляш из птицы | 20 | 437 | 100 /70/30/ | 14,75 | 13,14 | 3,30 | 191,00 | 0,06 | 0,09 | 0,73 | 0,25 | 17,85 | 4,10 | 12,93 | 0,31 |
| Пюре картофельное | 5 | 520 | 180 | 3,86 | 6,67 | 26,40 | 186,00 | 0,11 | 0,19 | 31,13 | 0,16 | 48,54 | 39,20 | 66,76 | 1,40 |
| Компот из изюма | 39 | 638 | 200 | 0,36 | 0 | 33,16 | 128 | 0 | 0,05 | 0 | 0,1 | 16,4 | 8,4 | 25,8 | 0,66 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 55 |  | 60 | 3,96 | 0,66 | 24,6 | 123,6 | 0 | 0,02 | 0 | 0,22 | 5,52 | 6 | 25,44 | 0,74 |
| ИТОГО: |  |  |  | **29,55** | **27,03** | **111,89** | **805,35** | **3,22** | **0,47** | **59,74** | **2,47** | **167,2** | **115,59** | **278,4** | **5,38** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВСЕГО |  |  |  | **39,57** | **47,70** | **210,29** | **1402,12** | **3,33** | **0,66** | **136,68** | **3,42** | **328,8** | **175,76** | **429,0** | **8,75** |

4,408677

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименованиеблюд*** | ***ТК*** | ***номер поСР*** | ***выход (гр)*** | ***Пищевыевещества*** | | | | ***Витаминыиминеральные вещества*** | | | | | | | |
| ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Калл*** | ***А*** | ***В*** | ***С*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Мg*** | ***Р*** | ***Fe*** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **СЕДЬМОЙ ДЕНЬ** | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молочная рисовая с маслом | 10 | 302 | 200/5 | 4,47 | 6,87 | 31,88 | 208 | 0,07 | 0,06 | 0,98 | 0,2 | 96,82 | 27,43 | 119,5 | 0,42 |
| Какаос молоком | 41 | 693 | 200 | 3,04 | 3,39 | 27,91 | 149 | 0,03 | 0,04 | 1,3 | 0,01 | 120,64 | 14,88 | 98,08 | 0,24 |
| Баранки сдобные | 56 |  | 50 | 4,65 | 3,55 | 34,5 | 190 | 0 | 0,12 | 0 | 3,9 | 19 | 3,8 | 72 | 1,3 |
| ИТОГО: |  |  |  | **12,64** | **13,99** | **99,15** | **571** | **0,1** | **0,26** | **25,1** | **4,23** | **257,5** | **52,7** | **299,8** | **2,02** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы | 30 | 88 | 60 | 0,76 | 9,04 | 4,59 | 103 | 0,01 | 0,01 | 5,1 | 4,02 | 18,87 | 11,22 | 21,93 | 0,71 |
| Супс клецками с мясом со сметаной | 28 | 139 | 250/5 | 0,28 | 2,07 | 1,62 | 124 | 0,05 | 0,19 | 1,50 | 0,45 | 15,30 | 5,76 | 13,64 | 0,22 |
| Котлеты с подливом | 56 | 498 | 100/80/20/ | 10,84 | 7,6 | 1,86 | 157 | 0 | 0,07 | 1,01 | 2,96 | 42,63 | 18,03 | 117,3 | 1,12 |
| Гречка рассыпчатая | 16 | 511 | 180 | 3,81 | 6,11 | 38,61 | 228 | 0,07 | 0,04 | 0 | 0,44 | 5,13 | 27,03 | 82,28 | 0,55 |
| Кисель | 43 | 648 | 200 | 0 | 0 | 15,3 | 49,6 | 0,03 | 0,02 | 5,6 | 0 | 3,2 | 2 | 15,8 | 0 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 55 |  | 60 | 3,96 | 0,66 | 24,6 | 123,6 | 0 | 0,02 | 0 | 0,22 | 5,52 | 6 | 25,44 | 0,74 |
| ИТОГО: |  |  |  | **19,65** | **25,48** | **86,58** | **779,2** | **0,16** | **0,35** | **13,21** | **8,09** | **106,1** | **92,2** | **333,4** | **4,79** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВСЕГО |  |  |  | **36,72** | **41,13** | **200,07** | **1350,2** | **0,26** | **0,61** | **46** | **12,1** | **363,5** | **145** | **633,2** | **6,81** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименованиеблюд*** | ***ТК*** | ***номер поСР*** | ***выход (гр)*** | ***Пищевыевещества*** | | | | ***Витаминыиминеральные вещества*** | | | | | | | |
| ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Калл*** | ***А*** | ***В*** | ***С*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Мg*** | ***Р*** | ***Fe*** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ВОСЬМОЙ ДЕНЬ** | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молочная гречневаяс маслом | 11 | 302 | 200/5 | 6,76 | 7,66 | 31,2 | 222 | 0,08 | 0,26 | 1,18 | 0,59 | 181,66 | 65,12 | 140,3 | 1,86 |
| Кисель | 34 | 686 | 200 | 0,26 | 0,06 | 15,22 | 59 | 0 | 0 | 2,9 | 0 | 8,05 | 5,24 | 9,78 | 0,91 |
| Пряники | 57 |  | 50 | 3,05 | 3,3 | 35,8 | 195 | 0 | 0,08 | 0 | 1,4 | 9 | 2,3 | 7,5 | 0,6 |
| Хлеб пшеничный |  |  | 40 | 3,04 | 0,33 | 12,3 | 61,8 | 0 | 0,04 | 0 | 0,44 | 2,76 | 3 | 12,72 | 0,37 |
| ИТОГО: |  |  |  | **14,61** | **11,4** | **115,52** | **411,8** | **0,08** | **0,42** | **14,08** | **2,03** | **206,7** | **117,6** | **198,3** | **3,26** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов | 31 | 43 | 60 | 0,47 | 6,04 | 1,81 | 63 | 0,01 | 0,01 | 5,46 | 2,70 | 13,04 | 6,74 | 23,89 | 0,33 |
| Борщ из свежей капусты с мясом со сметаной | 6 | 110 | 250/5 | 1,47 | 4,67 | 7,31 | 89 | 0,09 | 0,03 | 8,81 | 0,17 | 36,95 | 19,46 | 43,72 | 0,95 |
| Тефтели с соусом | 58 | 451 | 100 /80/20 | 9,08 | 9,46 | 10,66 | 165 | 0 | 0,05 | 1 | 2,08 | 23,75 | 7,39 | 50,15 | 0,48 |
| Макароны отварные | 17 | 516 | 180 | 5,32 | 4,89 | 35,52 | 211 | 0,05 | 0,09 | 0 | 0,76 | 10,3 | 7,39 | 50,15 | 0,48 |
| Чайс сахаром | 36 | 685 | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 5,25 | 4,4 | 8,24 | 0,87 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 55 |  | 50 | 3,96 | 0,66 | 24,6 | 123,6 | 0 | 0,02 | 0 | 0,22 | 5,52 | 6 | 25,44 | 0,74 |
| ИТОГО: |  |  |  | **20,50** | **25,77** | **94,91** | **708,6** | **0,15** | **0,19** | **15,28** | **5,93** | **94,81** | **51,65** | **201,59** | **3,85** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВСЕГО |  |  |  | **32,53** | **33,85** | **201,97** | **1270,6** | **0,23** | **0,58** | **33,5** | **6,64** | **314,4** | **169** | **381,3** | **7,82** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименованиеблюд*** | ***ТК*** | ***номер поСР*** | ***выход (гр)*** | ***Пищевыевещества*** | | | | ***Витаминыиминеральные вещества*** | | | | | | | |
| ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Калл*** | ***А*** | ***В*** | ***С*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Мg*** | ***Р*** | ***Fe*** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ** | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Сыр порциями | 54 |  | 15 | 3,45 | 5,85 | 0 | 54 | 0,6 | 0 | 0,24 | 0,078 | 150 | 7,5 | 81 | 0,168 |
| Каша манная на молоке со сливочным маслом | 13 | 302 | 200/5 | 5,67 | 6,98 | 30,82 | 209 | 0,08 | 0,1 | 1,23 | 0,43 | 174 | 20,72 | 69,12 | 0,52 |
| Кофейный напиток с молоком | 37 | 692 | 200 | 2,5 | 3,6 | 28,7 | 152 | 0,02 | 1 | 0,1 | 0 | 61 | 45 | 7 | 1 |
| Хлеб пшеничный | 55 |  | 40 | 1,98 | 0,33 | 12,3 | 61,8 | 0 | 0,01 | 0 | 0,11 | 2,76 | 3 | 12,72 | 0,37 |
| ИТОГО: |  |  |  | **11,65** | **11,01** | **92,82** | **472,13** | **0,1** | **1,19** | **21,3** | **0,94** | **245,8** | **111** | **116,8** | **2,49** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Винегрет овощной | 33 | 71 | 60 | 0,82 | 6,07 | 4,52 | 76 | 0,54 | 0,03 | 7,77 | 2,72 | 16,83 | 11,12 | 24,65 | 0,46 |
| Щи из свежей капусты со сметаной с мясом | 1 | 124 | 250/5 | 1,46 | 4,75 | 6,22 | 79 | 0,08 | 0,04 | 14,64 | 0,14 | 38,49 | 17,29 | 41,11 | 0,68 |
| Котлеты с соусом | 21 | 453 | 100 /80/20 | 9,08 | 15,2 | 9,2 | 165 | 0 | 0,05 | 1 | 2,08 | 23,75 | 7,39 | 50,15 | 0,48 |
| Пюре картофельное | 5 | 520 | 180 | 3,22 | 5,56 | 22 | 155 | 0,09 | 0,16 | 25,94 | 0,13 | 40,45 | 32,67 | 55,63 | 1,17 |
| Компот из чернослива | 40 | 638 | 200 | 0,57 | 0 | 34,41 | 136 | 0,01 | 0,08 | 0,75 | 0,45 | 20,4 | 25,5 | 20,75 | 0,81 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 55 |  | 50 | 3,96 | 0,66 | 24,6 | 123,6 | 0 | 0,02 | 0 | 0,22 | 5,52 | 6 | 25,44 | 0,74 |
| ИТОГО: |  |  |  | **19,11** | **32,24** | **100,95** | **734,6** | **0,72** | **0,38** | **50,1** | **5,74** | **145,4** | **100** | **217,7** | **4,34** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВСЕГО |  |  |  | **30,76** | **43,25** | **193,77** | **1206,73** | **0,82** | **1,57** | **71,4** | **6,68** | **391,2** | **211** | **334,6** | **6,83** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Наименованиеблюд*** | ***ТК*** | ***номер поСР*** | ***выход (гр)*** | ***Пищевыевещества*** | | | | ***Витаминыиминеральные вещества*** | | | | | | | |
| ***Белки*** | ***Жиры*** | ***Углеводы*** | ***Калл*** | ***А*** | ***В*** | ***С*** | ***Е*** | ***Са*** | ***Мg*** | ***Р*** | ***Fe*** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ** | | | | | | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ЗАВТРАК** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша молочная пшеничная с маслом | 8 | 302 | 200/5 | 4,21 | 4,8 | 22,99 | 154 | 0,05 | 0,11 | 0 | 0,65 | 0,63 | 0,02 | 95,94 | 1,61 |
| Чайс сахаром лимоном | 36 | 685 | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 | 0 | 0 | 0,1 | 0 | 5,25 | 4,4 | 8,24 | 0,87 |
| Багет с сыром и чесноком | 56 |  | 40 | 2,4 | 0,57 | 17,4 | 77,4 | 0 | 0,01 | 0 | 0,07 | 1,2 | 0,84 | 3,9 | 0,07 |
| ИТОГО: |  |  |  | **10,11** | **16,97** | **76,7** | **492,4** | **0,06** | **0,16** | **0,29** | **0,72** | **21,69** | **12,7** | **136,2** | **2,95** |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |
| **ОБЕД** | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свежей капусты | 57 | 25 | 60 | 0,9 | 3,06 | 5,3 | 43 | 3 | 0 | 4,89 | 1,38 | 52 | 23 | 41 | 1 |
| Суп сперловкой с мясом со сметаной | 7 | 134 | 250/5 | 1,51 | 3,32 | 9,24 | 106 | 0,04 | 0,04 | 8 | 0,32 | 19,24 | 16,62 | 40,84 | 0,53 |
| Рыба отварная | 56 |  | 100/ 80/20 | 12,56 | 4,08 | 2,08 | 95,2 | 0,05 | 0,13 | 24,52 | 0,39 | 28,68 | 37,21 | 113,56 | 1,35 |
| Макароны отварные с маслом | 17 | 516 | 180/5 | 5,32 | 4,89 | 35,52 | 211 | 0,05 | 0,09 | 0 | 0,76 | 10,3 | 7,39 | 50,15 | 0,48 |
| Компот из яблок | 39 | 638 | 200 | 0,36 | 0 | 33,16 | 128 | 0 | 0,05 | 0 | 0,1 | 16,4 | 8,4 | 25,8 | 0,66 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 55 |  | 50 | 3,96 | 0,66 | 24,6 | 123,6 | 0 | 0,02 | 0 | 0,22 | 5,52 | 6 | 25,44 | 0,74 |
| ИТОГО: |  |  |  | **24,61** | **16,01** | **109,9** | **706,8** | **3,14** | **0,33** | **37,4** | **3,17** | **132,1** | **98,6** | **296,8** | **4,76** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВСЕГО |  |  |  | **34,72** | **32,98** | **186,6** | **1199,2** | **3,2** | **0,49** | **37,7** | **3,89** | **153,8** | **111** | **433** | **7,71** |