Согласовано: Заведующая МБДОУ «ЦРР-Детский сад № 9» Утверждаю:

Ипиненциальной профенентация

Меньшатов С.Н.

Меньшатов С.Н.

Меньшатов С.Н.

Отнел заверт замот замо

Примерное цикличное 20-ти дневное меню

для питания детей дошкольного возраста с 3 до 7 лет с 12-ти часовым пребыванием в дошкольном общеобразовательном учреждении на весенне - летний период

При составлении меню были использованы:

- «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных общеобразовательных учреждениях».
- «Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для пытания детей в дешкольных и школьных общеобразовательных учреждениях» г.Пермь 2018г

Разработано: технолог Тришканова Г. А.

| | | MEH | ΙΛ | | | | | | / |
|---------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------------|------------|------------------|---------------------|-----------------|---------------|
| | | MEH | Ю | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 1 день | | Сад 12 час | СОВ | | | | | | |
| Сбор- ник | Nº | Наименование блюда | P. was | Химич | еский с | остав | энерге- тическая | Вита- мин С, | |
| реце- птур | техн. карты | паименование олюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | цен- ность, | мг | Цена |
| | | Завтрак | | | | | | | |
| 2013 | 268 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, масло сладко- | 180 | 5,5 | 6,2 | 27,9 | 189 | 0,5 | 13,00 ₽ |
| | | сливочное несоленое, сахар песок) | | | | | | | |
| 2013 | 102 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ (повидло, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | 30 | 2,2 | 0,9 | 21 | 101 | 0 | 6,00₽ |
| | 1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 400 | | | | 0= | | |
| 2013 | 514 | (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая) | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87 | 0,5 | 11,00₽ |
| Итого | - | ,, | 390 | 10,4 | 9,3 | 63 | 377 | 1 | |
| | | II Завтрак | | | | | | | |
| 2013 | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00₽ |
| Итого | 1 | , | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| | | Обед | | | | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ Квашеная капуста, лук, масло растительное | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 4,00₽ |
| 2013 | 119 | СУП С РЫБОЙ (рыба минтай неразделанный, картофель, морковь, лук регчатый, масло | 180 | 7,8 | 6,6 | 16,1 | 156 | 7,1 | 20,00₽ |
| | | подсолнечное рафинированое, вода питьевая) ГУЛЯШ МЯСНОЙ | | | | | | | |
| 2013 | 397 | филе куриное, лук, томатная паста, соль, масло растительное | 50/20 | 2,4 | 5,4 | 7,3 | 88 | 0,6 | 28,05₽ |
| 2013 | 297 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | 4,9 | 8,4 | 31,1 | 220 | 0 | 11,00₽ |
| 2013 | 291 | (макаронные изделия высш.сорт, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое) | 130 | 4,9 | 0,4 | 31,1 | 220 | U | 11,00 # |
| | AKT | НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая) | 180 | | | 18,7 | 74,8 | 0 | 3,00₽ |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,2 | 0.6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72 ₽ |
| | | (хлеб ржаной) | 040 | <i>'</i> | | , | | 00.0 | |
| Итого | | Поппин | 640 | 18,9 | 21,1 | 91,3 | 634,8 | 20,3 | |
| | 1 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ ПОЛДНИК | | | | | | _ | |
| 2013 | 467 | (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 13,00₽ |
| | AKT | БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ "РОГАЛИК" (мука пшеничная высш.сорт, творог 5,0% жирности, сахар песок, дрожжи, | 50 | 4,8 | 6 | 26 | 178 | 0 | 10,00₽ |
| Итого | | яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированое) | 200 | 10,4 | 10,9 | 35,3 | 282,8 | 1 | |
| | | Ужин | | -, | | | - ,- | | |
| 2012 | 274 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 130 | 9,4 | 14,6 | 26,5 | 276 | 0,6 | 13,00₽ |
| 2012 | 274 | (рис, масло сливочное) ШНИЦЕЛЬ КУРИННЫЙ С СОУСОМ | 50/20 | 9,4 | 14,6 | | 276 | 0,6 | 24,90 ₽ |
| 2012 | | (филе куринное, лук, хлеб пшеничный, масло, томатная паста, морковь, мука) | 30/20 | 5,4 | 1-7,0 | 20,0 | 210 | 5,0 | |
| 2013 | 459 | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый) | 180 | 0,2 | | 10,2 | 43 | 0,8 | 4,00₽ |
| 2008 | 114 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ |
| 2000 | 114 | (соль пищевая йодированная, хлеб пшеничный в/с) | 20 | 3,9 | 0,4 | 20,3 | 132,4 | U U | ∠,00 £ |
| | | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| Итого | 1 | I | 405 | 13,5 | 15 | 65,2 | 451,4 | 1,4 | |
| Всего | | | | 56,7 | 60,1 | 271,4 | 1863 | 17,1 | 184,80 ₽ |
| | 1 | | | | | | | | |

| | | MEI MEI | НЮ | | | | | | |
|---------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------|-----------|------------------|---------------------|--------------|---------|
| | | | | | | | | | |
| 2 день | | Сад 12 | часов | | | | | | |
| Сбор- ник | Nº | | | Хими | ческий со | став | Энерге- тическая | Вита- | |
| реце- птур | техн. карты | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | цен-ность, ккал | мин С, мг | Цена |
| | | Завт | рак | | | Боды, г | | | |
| 2013 | 273 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 180 | 6.9 | 7,1 | 34,5 | 231 | 0,5 | 10,00₽ |
| 2013 | 273 | (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко- сливочное несоленое) | 100 | 0,9 | 7,1 | 34,3 | 231 | 0,5 | 10,00 + |
| 2013 | 67 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое) | 30 | 2,7 | 5,2 | 17,5 | 128 | 0 | 6,00₽ |
| 2013 | 460 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 5,00₽ |
| Итого | | (сахар песок,чай черный байховый) | 390 | 11,1 | 13,4 | 63,2 | 420 | 0,7 | |
| | | II Зав | трак | | ! | · · · · · · | | | |
| 2018 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00₽ |
| Итого | | (ол фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| | | Об | ед | ļ | Į. | | | | |
| 2012 | акт | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ морковь, масло растительное, зеленый горошек | 40 | 0,4 | | 1,2 | 7 | 5 | 11,00₽ |
| 2018 | 92 | БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированое, сахар песок, сметана 15% | 180 | 4,4 | 7,1 | 14,2 | 139 | 6,1 | 19,00₽ |
| | | жирности, томатное пюре, чеснок, вода питьевая, суповой набор из куры. КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" | , | | | | | | |
| 2018 | AKT | (говядина б/к, филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук регнатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое) | 70 | 5,1 | 7 | 12,3 | 133 | 0,2 | 34,00₽ |
| 2013 | 434 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое) | 130 | 5,7 | 6,3 | 24,3 | 177 | 8,8 | 13,00₽ |
| 2013 | 484 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок) | 180 | 0,1 | 0,1 | 23,1 | 94 | 1,4 | 6,00₽ |
| 2008 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ |
| Итого | | (хлеб ржаной) | 640 | 18,9 | 21,1 | 91,3 | 634 | 16,6 | |
| | | Полд | тник | 1 | | | | | |
| 2012 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 26 | 1,8 | 3,5 | 34,3 | 177 | 0 | 5,73₽ |
| 2018 | 468 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК ("снежок" кисломолочный продукт) | 150 | 5,8 | 5 | 8 | 101 | 0 | 16,00 ₽ |
| Итого | L | (сполок киытомоточный Продукт) | 176 | 7,6 | 8,5 | 42,3 | 278 | 0 | |
| | | Уж | ин | | | | | | |
| | | БИТОЧКИ РИСОВЫЕ С МОЛОЧНЫМ | | | | | | | |
| 2013 | 322 | СОУСОМ рис, молоко, яйцо, сахар, сухари панировочные, масло растительное, | 200 | 10 | 15,1 | 21,7 | 262,7 | 0,2 | 39,22₽ |
| | | масло сливочное, мука ЧАЙ С САХАРОМ | | | | | | | |
| 2013 | 516 | (чай, вода, сахар) | 180 | | | 15 | 60 | 0 | 3,00₽ |
| | | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| Итого | <u> </u> | | 385 | 13,9 | | 65 | 455,1 | 0,5 | |
| Всего | | | | 53,4 | 60,7 | 271,3 | 1850,1 | 19,8 | 184,80₽ |

| | | | | | | | | | 11 | | |
|---------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|---------|-------|--------|------|----------|--|--|
| | | MEH | Ю | | | | | | // | | |
| 3 день | | Сад 12 ч | часов | | | | | | | | |
| Сбор- | № техн. | Наименорание блюда | Велки, г Жиры, г Углеводы, г Кара, г | | | | | | | | |
| реце- птур | карты | паименование олюда | Быход | Белки, г | Жиры, г | | , | · | Цена | | |
| | | | ак | | | | | | | | |
| 2008 | 270 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (крупа пшеничная полтавская, молоо пастер. 2,5% жирности, сахар песок, | 180 | 6,5 | 6,3 | 32,1 | 211 | 0,5 | 12,32 ₽ | | |
| 2012 | 514 | масло сладко-сливочное несоленое) ЧАЙ С МОЛОКОМ чай, сахар, молоко | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87 | 0,5 | 11,00₽ | | |
| 2012 | 97 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ | 30 | 4,5 | 3,8 | 14,6 | 112 | 0,1 | 6,00₽ | | |
| Итого | <u> </u> | (сатон нарезнои пшен.мука т сорт, сыртопландский (круглый)) | 390 | 13.7 | 12.3 | 60.8 | 410 | 11 | | | |
| | | ІІ Завт | | 1 .0,1 | ,0 | 00,0 | 1 | .,,, | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукты свежие) | 1 | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00 ₽ | | |
| Итого | 1 | , | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | | | |
| · | | Обе | Д | 1 | | | | | | | |
| 2008 | 45 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, яблоко, масло растительное) | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 13,00₽ | | |
| 2008 | 135 | СУП ХАРЧО (картофель, масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, суповой набор из куры, томатная паста) | 180 | 3,6 | 4 | 17,3 | 120 | 4,8 | 18,00₽ | | |
| 2012 | 386 | БИТОЧКИ КУРИНЫЕ С СОУСОМ (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое, мука, томатная паста, морковь, лук, вода, соль) | 50/20 | 4,4 | 3,4 | 14,3 | 106 | 0,3 | 25,75₽ | | |
| 2012 | 254 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное | 130 | 7,3 | 7,9 | 21,1 | 186 | 0,3 | 14,15₽ | | |
| 2012 | 485 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник, сахар песок, лимон) | 180 | 0,3 | 0,2 | 17,6 | 75 | 3,2 | 7,00₽ | | |
| | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ | | |
| Итого | | | 640 | 19,6 | 21,1 | 94,7 | 652 | 10,6 | | | |
| | | Полді | ник | | | | | | | | |
| 2012 | 467 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 13,00₽ | | |
| 2008 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье сахарное мука высш. Сорт | 26 | | | | | 0 | 5,73₽ | | |
| Итого | | | | 7,4 | 8,4 | 43,6 | 281,8 | 1 | | | |
| 2012 | акт | Ужи ОМЛЕТ С ГРЕНКАМИ | 200 | 9,4 | 14,6 | 26,6 | 275,4 | 0,4 | 32,00₽ | | |
| 2012 | 458 | (яйцо, молоко, масло сливочное, хлеб пшеничный) ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 | ,• | 10,1 | 41 | 0 | 3,00₽ | | |
| 2008 | 114 | (сахар песок, чай черный байховый) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ | | |
| | | (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ | | |
| Итого | | r · · · · · · · · | 405 | 13,5 | 15 | 65 | 448,8 | 0,4 | | | |
| Всего | | | - | 57,7 | 60,6 | 280,7 | 1909,6 | 30,1 | 184,80 ₽ | | |

| | | ME ME | НЮ | | | | | | |
|---------------|------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|----------|-----------|------------------|--------------------|-----------------|---------|
| | | | | | | | | | |
| 4 день | | Сад 12 | 2 часов | | | | | | |
| Сбор- | № техн. | Наименование блюда | Выход | Хими | ческий со | | Энерге- | Вита- мин С, | Цена |
| реце- птур | карты | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | цен-ность, ккал | МГ | |
| | | | зтрак | | | | | | |
| 2018 | AKT | КША "ЯНТАРНАЯ" (молоко, пшено, яблоки, сахар, масло сливочное) | 180 | 7,1 | 9,4 | 35,3 | 256 | 1,2 | 14,00₽ |
| 2012 | 67 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ батон, повидло | 30 | 2,6 | 5,2 | 17 | 125 | 0 | 6,00₽ |
| 2012 | 460 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, сахар, молоко | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 3,00₽ |
| Итого | | | 390 | 11,2 | 15,7 | 63,5 | 442 | 1,4 | |
| | | | втрак | T | <u> </u> | | | | |
| 2008 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00₽ |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| | | | бед | T | <u> </u> | | | | |
| 2008 | 48 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ картофель отварной, соленые отурцы, масло растительное | 40 | 0,9 | 4,9 | 4,6 | 67 | 7,7 | 12,00₽ |
| 2008 | 149 | СУП С БОБОВЫМИ | 180 | 4,3 | 3,9 | 14,9 | 112 | 4,1 | 28,00₽ |
| 2000 | 149 | (горох лущеный, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечн рафинированое, суповой набор из куры, вода питьевая) | oe 160 | 4,3 | 3,9 | 14,9 | 112 | 4,1 | 20,00 € |
| 2012 | AKT | ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ филе куриное, фарш куриный, томатная паста, мука, лук, масло растительное | 50/30 | 4,4 | 3,4 | 14,3 | 106 | 0,3 | 34,00₽ |
| 2008 | 434 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ капуста, морковь, лук, томатная паста, соль | 130 | 5,7 | 6,3 | 24,3 | 177 | 8,8 | 11,00₽ |
| 2008 | 493 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (яблоки, лимон, сахар песск, вода питьевая) | 180 | 0,6 | 0,3 | 17,1 | 84 | 79,2 | 9,00₽ |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ |
| Итого | | F | 650 | 19,1 | 19,4 | 91,4 | 630 | 100,1 | |
| | | | ідник | | | | | | |
| 2008 | 468 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК МОУРТ БУЛОЧКА С МАРМЕЛАДОМ | 150 | 5,6 | 5 | 9,1 | 104 | 0,6 | 15,00₽ |
| 2012 | 589 | (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, дрожки, яйца куриные (шт.), мармелад, соль йодированная, вода питьевая, масло подсолнечное расфинированое) | 50 | 4,4 | 5 | 27,9 | 175 | 0 | 6,00₽ |
| Итого | | | 200 | 10 | 10 | 37 | 279 | 0,6 | |
| | 1 | | кин | T | ı | | | | |
| 2108 | акт | ЖАРКОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ (курица, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное) | 200 | 9,4 | 14,3 | 26,6 | 272,7 | 6,3 | 24,95₽ |
| 2012 | 459 | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый) | 180 | 0,2 | | 10 | 41 | 0,8 | 3,00₽ |
| | 114 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничн.формовой мука высш.сорт) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ |
| | | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ соль пищевая йодированная | 5 | | | | | | 0,13₽ |
| Итого | | Section and Additional Contract of the Contrac | 405 | 13,5 | 14,7 | 65 | 446,1 | 6,3 | |
| Всего | | | • | 55,7 | | 266,4 | 1860,1 | 104,3 | 184,80₽ |

| | | | | | | | | | | // | |
|---------------|-------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------|----------|-----------|------------------|---------------------|-------|----------|--|
| | | | MEH | Ю | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| 5 день | | | Сад 12 ч | асов | | | | ı | | | |
| Сбор- ник | Nº Texh. | Наименовани | е блюда | Выход | Хими | ческий со | | Энерге- тическая | Вита- | Цена | |
| реце- птур | карты | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | цен-ность, ккал | MΓ | 70 | |
| | | | Завтра | I BK | | | водві, і | | | | |
| 2008 | OVT | КАША "РЯБУШКА" | | 180 | 4,9 | 5,9 | 27,2 | 183 | 0.4 | 12 00 B | |
| 2006 | акт | (крупа рисовая, крупа гречневая ядрица, мог песок, масло сладко-сливочное несоленое) | око пастер. 2,5% жирности, сахар | 100 | 4,9 | 5,9 | 21,2 | 103 | 0,4 | 13,00₽ | |
| 2012 | 497 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок | кофейный напиток) | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87 | 0,5 | 11,00₽ | |
| 2012 | 97 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | , кофольшинок, | 30 | 4,5 | 3,8 | 14,6 | 112 | 0,1 | 6,00₽ | |
| | J " | (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр голл | андский (круглый)) | | | | | | 1 | 0,00 + | |
| Итого | | | II Завтр | 390 390 | 12,1 | 11,9 | 55,9 | 382 | 1 | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | поавтр | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00₽ | |
| Marcarc | 13 | (фрукт свежий) | | | | | | | | 10,00 + | |
| Итого | | | Обед | 1 шт 1 | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | | |
| 2012 | 71 | ВИНЕГРЕТ | | 40 | 0,5 | 2,4 | 1,8 | 32 | 3,3 | 12,00₽ | |
| 2012 | ' ' | (свекла, морковь, картофель, капуста кваш | енная, лук, масло растительное) | | 0,5 | ۷,4 | 1,0 | 32 | 5,5 | 12,00 + | |
| 2012 | AKT | СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ (картофель, морковь, лук репчатый, масло мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (и | | 180 | 4,8 | 6,6 | 10 | 120 | 4,8 | 24,00₽ | |
| 2012 | 412 | БИТОЧКИ КУРИННЫЕ (филе куриное, лук репчатый, хлеб пшеничн масло подсолнечное рафинированое) | ый в/с, сухари панировочные, | 70 | 4,4 | 3,4 | 14,3 | 106 | 0,3 | 29,00₽ | |
| 2013 | 388 | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ | | 130 | 6 | 8 | 30,5 | 218 | 0 | 9,00₽ | |
| | " | (горохлущеный, масло сладко-сливочное н НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТО | | | | | | | | | |
| | | (сухофрукты (смесь), сахар песок) | ,,, | 180 | | | 18,7 | 74,8 | 0 | 3,00₽ | |
| | | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ | |
| Итого | ļ | (NICO PAGEON) | | 640 | 18,9 | 21 | 91,5 | 634,8 | 8,4 | | |
| | | | Полдн | ик | • | I. | | | | | |
| 2018 | 468 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко пастеризованное | | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 13,00₽ | |
| 2008 | | молоко пастеризованное КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | | 20 | 1,8 | 3,5 | 34,3 | 177 | 0 | 5,73₽ | |
| | | (вафли) | | | | | | | | 3,/3 € | |
| Итого | | | Ужин | 176 | 7,4 | 8,4 | 43,6 | 281,8 | 1 | | |
| 2012 | AKT | ПУДИНГ РЫБНЫЙ | <i>Э Ж</i> ИН | | 2.0 | 0 | 4.0 | 92 | 0.3 | 10 22 0 | |
| 2012 | AKI | (рыба минтай неразделанный, яйцо, лук, су | арь панировочный) | 50 | 3,8 | 8 | 1,2 | 92 | 0,3 | 18,22₽ | |
| 2012 | 434 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности несоленое) | масло сладко-сливочное | 150 | 6,5 | 6 | 25 | 156 | 7,2 | 13,00₽ | |
| 2012 | 458 | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый) | | 180 | 0,2 | | 9,1 | 37 | 0 | 4,00₽ | |
| 2008 | 114 | (сахар песок, чаи черный оаиховый) ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с) | | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ | |
| | | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОІ | ВАННАЯ | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ | |
| Итого | | (соль пищевая йодированная) | | 405 | 13,8 | 14,9 | 65,9 | 453,1 | 17 | -,-3. | |
| Всего | | | | 703 | 55,7 | 60 | 273,5 | | 28,1 | 184,80 ₽ | |
| • | _ | | | | | | _, _, | . 300,1 | , , | , | |

| ник реце- птур 2012 2 2012 4 2012 4 Итого 2008 4 Итого 2008 6 2008 6 2012 A 2012 3 | 67 460 | МЕН Сад 12 ч Наименование блюда Завтра КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая) БУТЕРБРОД С СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) ЧАЙ С МОЛОКОМ (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный | Выход | Хими Белки, г | ческий сс | став Угле- воды, г | Энерге- тическая цен-ность, ккал | Вита- | Цена |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------|-----------|--------------------------|-------------------------------------------|--------|---------|
| Сборник рецептур 2012 2 2012 4 2012 4 Итого 2008 4 Итого 2008 6 2008 6 2012 A 2012 A | лехн. арты 274 67 460 | Наименование блюда Завтра КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая) БУТЕРБРОД С СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) ЧАЙ С МОЛОКОМ | Выход 3К 180 | Белки, г | | Угле- | тическая цен-ность, | мин С, | Цена |
| Сборник рецентур 2012 2 2012 4 2012 4 Итого 2008 4 Итого 2008 6 2008 6 2012 A | лехн. арты 274 67 460 | Наименование блюда Завтра КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая) БУТЕРБРОД С СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) ЧАЙ С МОЛОКОМ | Выход 3К 180 | Белки, г | | Угле- | тическая цен-ность, | мин С, | Цена |
| ник реце-птур | лехн. арты 274 67 460 | Завтра КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая) БУТЕРБРОД С СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | Белки, г | | Угле- | тическая цен-ность, | мин С, | Пена |
| реце- птур ка 2012 2 2012 4 2012 4 Итого 2008 4 Итого 2008 6 2008 6 2012 A 2012 3 | 274 67 460 | Завтра КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая) БУТЕРБРОД С СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | | Жиры, г | | | ´ | |
| 2012 4 Viroro 2008 4 Viroro 2008 6 2008 6 2008 6 2012 A 2012 3 | 67 460 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая) БУТЕРБРОД С СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 4,8 | | | KKAJI | МГ | 70.10 |
| 2012 4 Wroro 2008 4 Wroro 2008 6 2008 6 2008 6 2012 A 2012 3 | 67 460 | (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, крупа рисовая) БУТЕРБРОД С СЫРОМ (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) ЧАЙ С МОЛОКОМ | | 4,8 | | | | | |
| 2012 4 Wroro 2008 4 Wroro 2008 6 2008 6 2012 A 2012 3 | 460 | (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) ЧАЙ С МОЛОКОМ | 30 | | 6,5 | 29,2 | 195 | 0,6 | 19,00₽ |
| 2008 4 Wroro 2008 2008 2008 2012 A 2012 3 | | | | 2,6 | 5,2 | 17 | 125 | 0 | 6,00₽ |
| 2008 4 Witoro 2008 4 2008 6 2008 6 2012 A 2012 3 | | | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 5,00₽ |
| Итого 2008 2008 2012 A 2012 3 | | байховый) | 390 | 8,9 | 12,8 | 57,4 | 381 | 0,8 | |
| Итого 2008 2008 2012 A 2012 3 | | II Завтр | ак | | | | | , | |
| 2008 2008 2012 A 2012 3 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00₽ |
| 2008 2012 A 2012 3 | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| 2008 2012 A 2012 3 | | Обед | <u> </u> | | 1 | | | | |
| 2012 A 2012 3 | 44 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ Квашеная капуста, лук, масло растительное | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 4,00₽ |
| 2012 3 | 84 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ (Картофель, морковь, лук, набор для супа, мука, яйцо, масло сливочное, соль) | 180 | 4,9 | 9,6 | 19,7 | 186 | 5,2 | 26,00₽ |
| | AKT | ЖАРКОЕ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ (индейка консервированная, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, морковь, томатная паста, картофель) | 200 | 9,2 | 10,8 | 33,4 | 269 | 11,4 | 32,20₽ |
| | 398 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (шиповник сушеный, сахар песок) | 180 | 0,6 | 0,3 | 17,1 | 84 | 79,2 | 7,00₽ |
| 2013 1 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ |
| <u> </u> | | (Alter phanor) | 640 | 18,9 | 21,5 | 89,5 | 641 | 102,8 | |
| | | Полдн | ИК | | • | • | | | |
| 2012 4 | 467 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 13,00 ₽ |
| 2008 a | акт | МАННИК (Сметана, мука, яйцо, соль, сахар, сухарь панировочный, сода, масло растительное, манка) | 50 | 3,6 | 6,6 | 22,7 | 166 | 4,5 | 19,00₽ |
| Итого | | · | 200 | 9,2 | 11,5 | 32 | 270,8 | 5,5 | |
| | | Ужин | l | | · · · | | | | |
| 2012 3 | 307 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо,молоко,масло сливочное) | 200 | 9,7 | 14,2 | 26,6 | 273 | 0,5 | 31,75₽ |
| 2012 4 | 458 | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок,чай) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 3,00₽ |
| 2013 1 | 114 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/c) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пинцевая ирированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| Итого | | | 405 | 13,8 | 14,6 | 65 | 446,4 | 0,5 | |
| Всего | | | | 52,7 | 62,6 | 253,4 | 1802,2 | 111,6 | 184,80₽ |

| | | MEH | Ю | | | | | | |
|--------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------|-----------|---------|------------------|-----------------|---------|
| | | | | | | | | | |
| 7 день | 7 | Сад 12 ч | асов | | | | | | |
| Сбор- | 7 день | | | 1 | <u> </u> | | энерге- | | |
| ник | № техн. | Наименование блюда | Выход | Хими | ческий сс | остав | тическая цен- | Вита- мин С, | Цена |
| реце- | карты | палменование отгода | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- | цен- ность, | мг | цепа |
| птур | | 20000 | | , | . , | воды, г | _У У2П | | |
| | | Завтря Ісуп молочный с крупой | ак | | | | | | |
| 2012 | 170 | (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, сахар песок) | 180 | 4,4 | 4,4 | 15 | 119 | 0,6 | 15,00₽ |
| 2012 | 67 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ батон, повидло | 30 | 2,6 | 5,2 | 17 | 125 | 0 | 6,00₽ |
| 2012 | 460 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, сахар, молоко | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 3,00₽ |
| Итого | | | 390 | 8,5 | 11 | 43,3 | 305 | 0,8 | |
| | | II Завт | | 0,5 | ''' | 1 70,5 | 303 | 0,0 | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00₽ |
| Итого | · I | , | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| | | Обед | q. | | | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" (картофель, морковь, огурец маринованный, лук репчатый, горошек зеленый, масло растительное) | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 10,00₽ |
| 2013 | 97 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель, морковь, лук регчатый, масло подсолнечное рафинированое, огурцы соленые, перловка, сметана 15% жирности, суповой набор из куры) | 180 | 2 | 5,2 | 12,2 | 108 | 4,9 | 15,00₽ |
| 2012 | 395 | КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (говядина б/к, филе куриное, хлеб пшеничный, лук, сухари панировочные, масло подсолнечные) | 70 | 8,2 | 4,8 | 9,7 | 116 | 0 | 34,00 ₽ |
| 2013 | 297 | МАКАРОННЫЕ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия, масло сливочное) | 130 | 4,9 | 8,4 | 31,1 | 220 | 1,2 | 11,00₽ |
| 2018 | 528 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (яблоки,лимоны, сахар песок) | 180 | 0,3 | 0,2 | 17,6 | 75 | 3,2 | 9,00₽ |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ |
| Итого | • | | 640 | 19,5 | 21,6 | 91,4 | 648 | 18,4 | |
| | | Полдн | ик | | | | | | |
| 2013 | 467 | КИСЛОМОЧНЫЙ НАПИТОК Йогурт | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 15,00₽ |
| 2018 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 26 | 1,8 | 3,5 | 34,3 | 177 | 0 | 3,72₽ |
| Итого | • | | 176 | 7,4 | 8,4 | 43,6 | 281,8 | 1 | |
| | | Ужин | | | | | | | |
| 2012 | 325 | ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ СО СЛАДКИМ СОУСОМ (творог, манка, яйца куриные (шт.), сахар,масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, сметана, кисель плодово-ягодный) | 160/40 | 9,4 | 15,2 | 28,4 | 288 | 0,5 | 38,23₽ |
| 2008 | 458 | ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 3,00₽ |
| | | СОЛЬ ПИЩЕВАЯ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| Итого | | | 380 | 13,5 | | 66,8 | 461,4 | 0,5 | |
| Всего | | | | 50,8 | 58,8 | 254,5 | 1759,2 | 24,9 | 184,80₽ |

| | | | | MEH | Ю | | | | | | |
|---------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|--------------------------------|---------|----------|-----------|------------------|---------------------|--------------|---------|
| | | | | TVILZII | 10 | | | | | | |
| 8 день | | | | Сад 12 ч | асов | | | | | | |
| Сбор- ник | Nº | | | | | Хими | ческий со | остав | Энерге- тическая | Вита- | |
| реце- птур | техн. карты | Наимено | ование б | олюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | цен-ность, ккал | мин С, мг | Цена |
| | | | | Завтра | K | | | ı | | | |
| 2012 | 247 | КАША ГЕРКУЛЕСОВА (овсяные хлопья "геркулес", моло сливочное несоленое, сахар песок | ко пастер. 2,5 | % жирности, масло сладко- | 180 | 6,3 | 7,8 | 25,9 | 200 | 0,6 | 14,00₽ |
| 2013 | 67 | БУТЕРБРОД С МАСЛ | | ко-сливочное несоленое) | 30 | 2,7 | 5,2 | 17,5 | 128 | 0 | 6,00₽ |
| 2013 | 460 | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, чай черный байховый | i) | | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 5,00₽ |
| Итого | | | | | 390 | 11,1 | 13,4 | 63,2 | 420 | 0,7 | |
| | 1 | СОК ФРУКТОВЫЙ | | II Завтра | ak I | 1 | | | Τ | Ι | |
| 2018 | 498 | (сок фруктовый) | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00₽ |
| Итого | | | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| | | 0.45.45.40.055.45(10) | ĭ NODIC | Обед | Π | 1 | | I | <u> </u> | ı | |
| 2012 | акт | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОРОШКОМ морковь, масло растительное, зе | | | 40 | 0,4 | | 1,2 | 7 | 5 | 11,00₽ |
| 2012 | 147 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАП (картофель, капуста свежая, морж рафинированое, суповой набор из | УСТЫ совь, лук репч | атый, масло подсолнечное | 180 | 1,6 | 3,1 | 6,8 | 62 | 8,9 | 18,00₽ |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГА печень говяжья, масло растителы | | | 50/30 | 6,8 | 7,2 | 1 | 97 | 9,8 | 34,00₽ |
| 2012 | 316 | РИС ПРИПУЩЕННЫІ (крупа рисовая, вода питьевая, ма | Й | | 130 | 3 | 5,2 | 32,2 | 188 | 6,2 | 13,00₽ |
| 2008 | AKT | НАПИТОК ИЗ СУХОФ (сахар песок, сухофрукты) | РУКТОВ | | 180 | | | 18,7 | 74,8 | 0 | 3,00₽ |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | | | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | | 0 | 3,72₽ |
| Итого | | | | | 650 | 18,9 | 19,9 | 95,4 | 640,8 | 24,9 | |
| | | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗД | 1EUNE | Полдни | IK | 1 | | | 1 | l | |
| 2012 | 483 | вафли | 4-7171- | | 50 | 4,7 | 6,7 | 23,2 | 173 | 0,2 | 16,00₽ |
| 2008 | 468 | МОЛОКО КИПЯЧЕНО молоко | E | | 150 | 5,6 | 5 | 9,1 | 104 | 1,4 | 13,00₽ |
| Итого | | | | | 200 | 10,3 | 11,7 | 32,3 | 277 | 1,6 | |
| | | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБІ | | Ужин | | | | | 1 | | |
| 2012 | 353 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБГ (рыба минтай неразделанный, хло регчатый, масло подсолнечное ра | еб пшеничны | й в/с, яйца куриные (шт.), лук | 50/20 | 5,8 | 10,2 | 9,9 | 154,6 | 0,3 | 10,95₽ |
| 2012/2 008 | 434/38 0 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬН (картофель, морковь, молоко паст сливочное несоленое) | | | 90/40 | 3,9 | 4,4 | 16,8 | 122,4 | 6,2 | 19,00₽ |
| 2012 | 458 | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай ч | anuliă 5 a ă a - | LIX) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 3,00₽ |
| | | (сахар песок, вода питьевая, чаи ч ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с) | ерныи о аихов | ыи) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАНН | RAI | | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| Итого | | (соль пищевая йодированная) | | | 425 | 13,8 | 15 | 65,1 | 450,4 | 7,3 | |
| Всего | | | | | · · · · | 56,9 | 64,5 | 263,5 | <u> </u> | _ | 184,80₽ |
| | | | | | | | | | | | , |
| | | | | l. | | | | | | | |
| | | | Заведу | иющий д/c | | | | | | | |

| | | | MEH | Ю | | | | | | |
|------------------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|------------------|----------|-----------|------------------|---------------------|--------------|---------|
| Опош | | | Сад 12 ч | IACOB | | | | | | |
| 9 день Сбор- ник | Nº | | очд 12 | LUGGE | Хими | ческий со | остав | Энерге- тическая | Вита- | |
| реце- птур | техн. карты | Наимено | вание блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | цен-ность, ккал | мин С, мг | Цена |
| | ! | | Завтра | ıK | 1 | | , | | | |
| 2008 | 266 | КАША "ДРУЖБА" | 2.59/ 2007007 100700 | 180 | 4,6 | 9,8 | 25,3 | 209 | 0,5 | 14,00 ₽ |
| | 200 | сладко-сливочное несоленое, сахар | ая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло о песок, соль йодированная) | 100 | 1,0 | 0,0 | 20,0 | 200 | 0,0 | 11,001 |
| 2012 | 514 | ЧАЙ С МОЛОКОМ чай, сахар, молоко | | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87 | 0,5 | 11,00₽ |
| 2012 | 97 | БУТЕРБРОДЫ С СЫР (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, | | 30 | 4,5 | 3,8 | 14,6 | 112 | 0,1 | 6,00₽ |
| Итого | | | | 390 | 13,7 | 12,3 | 60,8 | 410 | 1,1 | |
| | 1 | ADVICTI LODENIAE | II Завтр | ак | 1 | Γ | Γ | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукты свежие) | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00₽ |
| Итого | 1 | , | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| | | | Обед | | • | I. | | | | |
| 2008 | 48 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С (свекла, чеснок, масло растительн | | 40 | 0,9 | 4,9 | 4,6 | 67 | 7,7 | 9,00₽ |
| 2008 | 160 | СУП С ВЕРМИШЕЛЬК (картофель, вермишель, морковь, рафинированое, суповой набор из к | лук репчатый, масло подсолнечное | 180 | 1,9 | 4,9 | 9,9 | 94 | 5,8 | 25,00₽ |
| 2012 | 393 | ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ В (филе куриное, хлеб пшеничный в/с | В МОЛОЧНОМ СОУСЕ , масло подсолнечное рафинированое, | 50/30 | 10 | 16,8 | 9,1 | 226 | 1 | 28,00₽ |
| 0040 | 40.4 | лук репчатый, мука пшеничная выс несоленое, молоко пастер. 2,5% жи КАША ГРЕЧНЕВО-ПЕР | рности, сахар песок) | 400 | 4.0 | 5.0 | 20.0 | 407 | 0 | 0.00.0 |
| 2012 | 434 | (крупа гречневая, крупа рисовая, ма | | 130 | 4,8 | 5,3 | 30,3 | 187 | 0 | 9,00₽ |
| 2012 | 488 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВ (шиповник сушеный, сахар песок) | НИКА | 180 | 0,1 | 0,1 | 16,5 | 69 | 1,4 | 7,00₽ |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | 40 | 2.2 | 0.6 | 16.2 | 84 | 0 | ח כד כ |
| | 115 | (хлеб ржаной) | | | 3,2 | 0,6 | 16,2 | | _ | 3,72₽ |
| Итого | | | | 650 | 20,7 | 31,6 | 85,3 | 712 | 9,9 | |
| 2008 | 468 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ Н | Полдн і АПИТОК | ик 150 | 4 | 3 | 6 | 96 | 1,4 | 16,00₽ |
| 2012 | | (СНЕЖОК) КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД | ЕЛИЯ | 26 | 6,5 | 4,8 | 28,9 | 183 | 0 | 5,73₽ |
| Итого | ļ | <u> </u> | | 176 | 10,5 | 7,8 | 34,9 | 279 | 1,4 | |
| | | | Ужин | • | 1 | I. | | | | |
| 2018 | AKT | | и панировочные, масло подсолнечное | 70 | 7,4 | 7,6 | 7,8 | 130 | 0,2 | 13,75₽ |
| 2012 | 428 | рафинированое) ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (капуста белокочанная, морковь, м | асло сладко-сливочное несоленое, мука | 150 | 3,2 | 4,9 | 13,2 | 111 | 26,1 | 13,47 ₽ |
| 2012 | 458 | пшеничная высш.сорт, лук репчаты ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай че | й, томатное пюре, сахар песок) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 3,00₽ |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с) | | 20 | 3,9 | 0,4 | 25,6 | 122 | 0 | 2,00₽ |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННИ (соль пищевая йодированная) | NA . | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| Итого | | | | 425 | 14,7 | 12,9 | 56,7 | 404 | 26,3 | |
| Всего | | | | | 55,3 | 65,1 | 250,2 | 1846 | 42,5 | 184,80₽ |

| | | MEI | Ю | | | | | | |
|----------------------|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|----------|-----------|------------------|--------------------------------|--------------|---------|
| | | 1,122 | | | | | | | |
| 10 день | | Сад 12 | часов | | | | | | |
| Сбор- | Nº | | | Хими | ческий со | став | Энерге- | Вита- | |
| ник реце- птур | техн. карты | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | тическая цен-ность, ккал | мин С, мг | Цена |
| 71 | | Завт | рак | | | | | | |
| 2013 | 170 | СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ | 180 | 5,2 | 4,8 | 17,1 | 132 | 0.6 | 12.00.0 |
| 2013 | 170 | (макаронные изделия высш.сорт, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 100 | 5,2 | 4,0 | 17,1 | 132 | 0,6 | 12,00₽ |
| 2012 | 67 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | 30 | 2,6 | 5,2 | 17 | 125 | 0 | 6,00₽ |
| 2012 | 07 | батон, повидло | 30 | 2,0 | 5,2 | 17 | 123 | U | 0,00 ₽ |
| 2012 | 460 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 3,00₽ |
| 2012 | 400 | кофейный напиток, сахар, молоко | 100 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 01 | 0,2 | 5,00 ₽ |
| Итого | | | 390 | 11,2 | 15,7 | 63,5 | 442 | 1,4 | |
| | | II Зав | грак | | | | | | |
| 2008 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00₽ |
| Итого | | K 112 / | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| | | Обе | ЭД | , | • | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 4,00₽ |
| | | Квашеная капуста, лук, масло растительное | 4 | + | | | | | |
| 0000 | | СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ С ГРЕНКАМИ | | | 7.0 | 400 | 400 | - 4 | 25.00 |
| 2008 | 115 | (картофель, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, капуста белокочанная, молоко пастер. 2,5% жирности, лук репчатый, мука пшеничны высш.сорт, вода питьевая, суповой набор из куры, хлеб пшеничный в/с) | 180 | 7,6 | 7,3 | 16,2 | 162 | 5,4 | 25,00 ₽ |
| 2012 | 204 | плов из птицы | 200 | 7.0 | 0.4 | 20.2 | 225 | 0.0 | 22.00.0 |
| 2012 | 304 | (филе куриное, крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое) | 200 | 7,9 | 8,4 | 29,2 | 225 | 0,8 | 32,00 ₽ |
| 2012 | 538 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК | 180 | 0,1 | 0,1 | 23,1 | 94 | 1,4 | 6,00 ₽ |
| | | (яблоки свежие, сахар песок, вода питьевая) ХЛЕБ РЖАНОЙ | | + | | | | | |
| 2018 | 115 | (хлеб ржаной) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72 ₽ |
| Итого | | | 640 | 19,6 | 21,4 | 92,9 | 646 | 9,5 | |
| | _ | Полд | ник | | | | | | |
| 2008 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 20 | 1,4 | 1,6 | 37,5 | 172 | 0 | 5,73₽ |
| 2000 | 40.4 | (вафли с фруктово-ягоднои начинками) МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 450 | 5.0 | 4.0 | 0.0 | 4040 | | 12.00.5 |
| 2008 | 434 | (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 13,00 ₽ |
| Итого | | | 170 | 7 | 6,5 | 46,8 | 276,8 | 1 | |
| | 1 | Ужи | <u>1H</u> | 1 | 1 | | | | |
| 2018 | AKT | ЕЖИКИ АППЕТИТНЫЕ С СОУСОМ (рыба минтай неразделанный, крупа рисовая, лук репчатый, масло | 50/30 | 6,2 | 6,5 | 6,1 | 107,7 | 0,7 | 26,22 ₽ |
| | | подсолнечное рафинированое, морковь, мука пшеничная высш.сорт) | | 1 | | | | | |
| 2018 | 170 | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫИ (картофель, лук регчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое) | 130 | 3,1 | 8,1 | 20,9 | 168,9 | 12,4 | 30,00 ₽ |
| | | ЧАЙ С САХАРОМ | | 1 | | | | | |
| 2012 | 458 | (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 3,00₽ |
| 2018 | 114 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00 ₽ |
| | <u> </u> | (хлеб пшеничный в/с) | | | 5,1 | | | | |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13 ₽ |
| Итого | | | 415 | 13,4 | 15 | 65,4 | 450 | 8,2 | |
| Всего | | | | 54,7 | 56,4 | 264,6 | 1794,8 | 106,31 | 184,80₽ |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | |

| | | | МЕНЮ | | | | | | // | |
|-------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------------|-----------|------------------|--------------------------------|--------------|-------------------|--|
| | | | | | | | | | | |
| 11 пош | | Ca | д 12 часов | | | | | | | |
| 11 день Сбор- | Nº | | 12 1000 | | ческий со | став | Энерге- | Вита- | | |
| ник реце- птур | техн. карты | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | тическая цен-ность, ккал | мин С, мг | Цена | |
| | | | Завтрак | ı | <u> </u> | | | | | |
| 2008 | 268 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирно йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несс | сти, соль 180 | 5,5 | 6,2 | 27,9 | 189 | 0,5 | 13,00₽ | |
| 2012 | 67 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ батон, повидло | 30 | 2,6 | 5,2 | 17 | 125 | 0 | 6,00₽ | |
| 2012 | 460 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, сахар, молоко | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 3,00₽ | |
| Итого | | | 390 | 8,5 | 11 | 43,3 | 305 | 0,8 | | |
| | | | II Завтрак | | | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00₽ | |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | | |
| | | САЛАТ СВЕКОЛКА | Обед | | | | | | | |
| 2012 | акт | свекла,яблоко, масло растительное | 40 | 0,4 | | 1,2 | 7 | 5 | 13,00₽ | |
| 2012 | 76 | СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ (картофель, горох, лук репчатый, морковь, масло подсол рафинированое, суповой набор из куры) | нечное 180 | 7,9 | 6 | 17,1 | 154 | 4 | 28,00₽ | |
| 2012 | 288 | СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ (филе куриное, яйцо, молоко, мука, соль, масло сливочно | 90 80 | 2,4 | 5,4 | 7,3 | 88 | 0,4 | 32,20₽ | |
| 2012 | 297 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫ (макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная, вод питьевая, масло сладко-сливочное несоленое) | | 4,9 | 8,4 | 31,1 | 220 | 0 | 11,00₽ | |
| 2018 | акт | НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (суффрукты (смесь), сахар песок) | 180 | | | | 18,7 | 74,8 | 3,00₽ | |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ | |
| | - 110 | (хлеб ржаной) | | 1 | · | | | | 3//21 | |
| Итого | | | 650 | 18,8 | 20,4 | 91,6 | 627,8 | 9,4 | | |
| 2042 | 404 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | Полдник | | _ | 0.1 | 404 | 0.0 | 12.00.0 | |
| 2012 | 401 | молоко БАТОНЧИК ТВОРОЖНЫЙ | 150 | 5,6 2,5 | 3,7 | 9,1 | 104 | 0,6 | 13,00 ₽ 9,00 ₽ | |
| | | (Творог, яйцо, мука, соль, сахар, сода, мука, вода) | 200 | 8,1 | 8,7 | | | | ., | |
| Итого | | | Ужин | δ,1 | 8,7 | 43,4 | ∠86 | 0,6 | | |
| 2013 | 307 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйцо куриное, молоко, масло сливочное) | ужин 200 | 9,7 | 14,2 | 26,6 | 273 | 0,5 | 26,75₽ | |
| 2012 | 458 | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 3,00₽ | |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ | |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ | |
| Итого | | · , | 405 | 13,8 | 14,6 | 65 | 446,4 | 0,5 | | |
| Всего | | | | 55,7 | 58,6 | 270,3 | 1839,2 | 26,6 | 184,80 ₽ | |
| | | | | | | | | | | |

| 12 день | | Сад 12 ча | СОВ | | | | | | |
|---------------|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|----------|-----------|------------------|-------------|--------------|----------|
| Сбор- ник | Nº | U 6 | D | Хими | ческий сс | остав | энерг е- | Вита- | |
| реце- птур | техн. карты | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | кая | мин С, мг | Цена |
| | | Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 273 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 180 | 6,8 | 7 | 33,4 | 225 | 0,5 | 10,00 { |
| 2013 | 67 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое) | 30 | 2,7 | 5,2 | 17,5 | 128 | 0 | 6,00 |
| 2013 | 460 | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок,чай черный байховый) | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 5,00 |
| Итого | | | 390 | 11,1 | 13,4 | 63,2 | 420 | 0,7 | |
| | | II Завтран | K | • | | | | | |
| 2018 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00 ₽ |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| | 1 | Обед | I | 1 | | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" (картофель, морковь, огурец маринованный, лук регчатый, горошек зеленый, масло растительное) | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 10,00 ₽ |
| 2008 | 135 | СУП ХАРЧО (картофель, масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, | 180 | 3,6 | 4 | 17,3 | 120 | 4,8 | 18,00 [|
| | | суповой набор из куры, томатная паста) ТЕФТЕЛИ КУРИНЫЕ "ПЕТУШОК" | | | | | | | |
| 2018 | AKT | (филе куриное, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, хлеб пшеничный в/с, молоко пастер. 2,5% жирности, мука пшеничная высш.сорт, томатная паста, масло сладко-сливочное несоленое) | 50/30 | 1,4 | 5,3 | 8,1 | 86 | 0,6 | 29,99 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое) | 130 | 5,7 | 6,3 | 24,3 | 177 | 8,8 | 11,00 ₽ |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК + ВИТАМИНИЗАЦИЯ | 180 | 0,1 | 0,1 | 23,1 | 94 | 1,4 | 6,00 |
| 2018 | 115 | (яблоки, сахар песок) ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72 [|
| Итого | | (хлеб ржаной) | 650 | 18,8 | 21,4 | 91,1 | 636 | 23,5 | |
| 711010 | | Полдник | | 10,0 | 21,7 | 31,1 | 000 | 20,0 | |
| 2012 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 26 | 1,8 | 3,5 | 34,3 | 177 | 0 | 5,73 [|
| 2018 | 468 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК ("снежок" кисломолочный продукт) | 150 | 5,8 | 5 | 8 | 101 | 0 | 16,00 [|
| Итого | | | 176 | 7,4 | 8,4 | 43,6 | 281,8 | 1,1 | |
| | | Ужин | 1 | | | | | | |
| 2008 | акт | КАША "РЯБУШКА" (крупа рисовая, крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 180 | 4,9 | 5,9 | 27,2 | 183 | 0,4 | 13,00 ₽ |
| 2018 | AKT | КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (фарш куриный из окорочков, говядина б/к, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое) | 70 | 2,2 | 3,5 | 11,9 | 89 | 0,3 | 34,23 [|
| 2012 | 458 | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 3,00 ₽ |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13 ₽ |
| Итого | | | 385 | 13,5 | 15,6 | 66,8 | 461,4 | 0,4 | |
| Всего | | | | 53,7 | 62 | 275,5 | 1879,2 | 26,91 | 184,80 ₽ |

| | | MEH | Ю | | | | | | |
|---------------|----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|----------|----------------|------------------|---------------------|-----------|--------|
| | | IVILII | 10 | | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 3 день | | Сад 12 ч | асов | | | | | | |
| Сбор- | Nº | Hamanaan 5-10-10 | D: was | Хими | ический состав | | Энерге- тическая | вит а- | |
| реце- птур | техн. карты | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | цен-ность, ккал | мин С, | Цена |
| | • | Завтрак | (| | • | | • | | |
| 2012 | 93 | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия высш.сорт, соль йодированная) | 180 | 5,2 | 4,8 | 17,1 | 132 | 0,6 | 12,00₽ |
| 2012 | 514 | чай, сахар, молоко | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87 | 0,5 | 11,00₽ |
| 2012 | 97 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр голландский (круглый)) | 30 | 4,5 | 3,8 | 14,6 | 112 | 0,1 | 6,00₽ |
| /того | I | h | 390 | 13,7 | 12,3 | 60,8 | 410 | 1,1 | |
| | | II Завтра | К | | • | | • | • | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукты свежие) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00₽ |
| Итого | ı | I.v. | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| | | Обед | | | | | | | |
| 2012 | акт | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ морковь, масло растительное, зеленый горошек | 40 | 0,4 | | 1,2 | 7 | 5 | 11,00₽ |
| 2008 | 76 | БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук регнатый, сахар песок, сметана 15% жирности, чеснок, суповой набор из куры, томатная паста, лимонная кислота) | 180 | 4,4 | 7,1 | 9,7 | 121 | 6,4 | 14,00₽ |
| 2018 | AKT | КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (фарш куриный из окорочков, говядина б/к, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сукари панировочные, масло подсолнечное рафинированое) | 70 | 2,2 | 3,5 | 11,9 | 89 | 0,3 | 34,00₽ |
| 2012 | 414 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 2.5% жирности) | 130 | 5,5 | 5 | 20,2 | 148 | 0,3 | 13,00₽ |
| 2012 | 372 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (яблоки, сажар песок, лимон) | 180 | 0,3 | 0,2 | 17,6 | 75 | 3,2 | 7,00₽ |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ |
| того | | (Notes pinalism) | 640 | 19,9 | 20,2 | 96,1 | 652 | 13,2 | |
| | | Полдни | К | • | • | | • | | |
| 2012 | 467 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 13,00₽ |
| 2008 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ печенье сахарное мука высш. Сорт | 26 | 1,8 | 3,5 | 34,3 | 177 | 0 | 5,73₽ |
| Итого | | печенье сахарное мука высш. Сорт | 200 | 9,8 | 11 | 34 | 275 | 0,6 | |
| | | Ужин | | | | | | | |
| 2012 | 258 | ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ (рыба минтай неразделанный, хлеб пшеничный в/с, яйца куриные (шт.), лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое) | 50 | 6,5 | 6,4 | 1,3 | 88,8 | 0,5 | 13,00₽ |
| 2018 | AKT | КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (картофель, лук регнатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое) | 130 | 3,1 | 8,1 | 20,9 | 168,9 | 12 | 18,22₽ |
| 2008 | 411 | ЧАЙ С САХАРОМ (чай, сахар песок, вода питьевая) | 180 | | | 15 | 60 | 0 | 3,00₽ |
| 2018 | 114 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный віс) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| | I | (чене национи водировыя ки/) | 385 | 13,5 | 14,9 | 65,5 | 450,1 | 8,3 | |
| Итого | | | | | | | /- | , ,- | |

| | | | | | | | | | | | / |
|-----------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|---------------------|-------|----------|---------|-----------------------------|-----------------|------|---------|
| | | | | MEHI | Ю | | | | | | , |
| | | | | 0 40 | | | | | | | |
| 14 день | | | | Сад 12 ча | асов | | | | -JUANFA | | |
| Сбор- ник реце- | № техн. | Наименование блюда | | Выход | Угле- | | | энерге- тическая цен- | Вита- мин С, | Цена | |
| птур | карты | | | | | Белки, г | Жиры, г | воды, г | ность, | МГ | |
| | 1 | Licania EEDIG (EE GOD | | Завтра | К | 1 | 1 | | | | |
| 2012 | 413 | КАША ГЕРКУЛЕСОВ (овсяные хлопья "геркулес", мол сливочное несоленое, сахар песс | око пастер. 2,5% жирнос ж) | сти, масло сладко- | 180 | 6,3 | 7,8 | 25,9 | 200 | 0,6 | 14,00₽ |
| 2012 | 67 | БУТЕРБРОД С ПОВІ батон, повидло | идлом | | 30 | 2,6 | 5,2 | 17 | 125 | 0 | 6,00₽ |
| 2012 | 460 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТ кофейный напиток, сахар, молок | | | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 3,00₽ |
| Итого | | | | | 390 | 11,2 | 15,7 | 63,5 | 442 | 1,4 | |
| | • | | | II Завтра | ак | _ | | | | | |
| 2008 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00₽ |
| Итого | | | | 06 | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| 2012 | 82 | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНО (свекла, морковь, картофель, со | | Обед | 40 | 0,7 | 4,9 | 4 | 62 | 1,8 | 12,00₽ |
| 2012 | 80 | ЩИ СО СВЕЖЕЙ КАІ (картофель, капуста свежая, мор рафинированое, суповой набор и: | рковь, лук репчатый, мас | сло подсолнечное | 180 | 1,6 | 3,1 | 6,8 | 62 | 8,9 | 18,00 ₽ |
| 2012 | | КУРА "АППЕТИТНАЯ (кура, лук, морковь, масло, тома | l" | | 50/30 | 9,4 | 14,3 | 26,6 | 272,7 | 12,6 | 29,47 ₽ |
| 2008 | 316 | РИС ПРИПУЩЕНЫЙ (рис, соль, масло сливочное) | 1 | | 130 | 4,5 | 6,8 | 20,3 | 142,4 | 1,6 | 13,00₽ |
| 2013 | 488 | КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК (яблоки свежие, сахар песок) | + ВИТАМИНИЗ/ | АЦИЯ | 180 | 0,1 | 0,1 | 23,1 | 94 | 1,4 | 3,00₽ |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | | | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ |
| Итого | | | | Поппии | 650 | 15 | 23 | 76,7 | 574,7 | 27,2 | |
| 2008 | 435 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ йогурт | НАПИТОК | Полдни | 150 | 5,8 | 5 | 13 | 126 | 1,4 | 15,00₽ |
| 2008 | | БУЛОЧКА ДОРОЖНА мука, масло сливочное, дрожжи, | | | 26 | 1,8 | 3,5 | 34,3 | 177 | 0 | 5,73₽ |
| Итого | | | | | 176 | 7,6 | 8,5 | 47,3 | 303 | 1,4 | |
| | | | | Ужин | | | | | | | |
| 2012 | 312 | КНЕЛИ КУРИНЫЕ С (филе куриное, крупа рисовая, мо сливочное несоленое) | | юсти, масло сладко- | 70 | 3,9 | 7,5 | 8,9 | 118,7 | 0 | 32,75₽ |
| 2013 | 297 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕ | | | 130 | 4,1 | 7,1 | 21 | 164,3 | 0 | 11,00 ₽ |
| 2008 | 430 | (макаронные изделия высш.сор ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай | | nod nacollehoe) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 3,00₽ |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с) | | | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАНІ (соль пищевая йодированная) | RAH | | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| Итого | I. | <u> </u> | | | 405 | 13,3 | 15 | 65,3 | 449,2 | 26,1 | |
| Всего | | | | | | 51,3 | 62,5 | 253,4 | 1788,9 | 49,6 | 184,80₽ |
| | | | | | | | | | | | - |

| | | MEH MEH | Ю | | | | | | |
|-------------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|-------------------|---------|------------------|--------------|--------------|----------|
| | | Сад 12 ча | COB | | | | | | |
| 15 день Сбор- | Nº | Оид 12 на | | Химический состав | | | энерг е- | Вита- | |
| ник реце- птур | техн. карты | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | тичес кая | мин С, мг | Цена |
| | | Завтран | (| 1 | | | IIQU_ | | |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" (крупа рисовая, пшено, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная) | 180 | 5,4 | 6,4 | 30,4 | 202 | 0,5 | 14,00₽ |
| 2013 | 497 | ЧАЙ С САХАРОМ чай, сахар | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87 | 0,5 | 11,00₽ |
| 2012 | 97 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло сливочное) | 30 | 4,5 | 3,8 | 14,6 | 112 | 0,1 | 6,00₽ |
| Итого | | | 390 | 12,1 | 11,9 | 55,9 | 382 | 1 | |
| | | II Завтра | IK | 1 | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00₽ |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| 2008 | 44 | Обед САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 4,00₽ |
| 2018 | AKT | Квашеная капуста, лук, масло растительное СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (картофель, перловка, морковь, лук, масло растительное, суповой набор) | 180 | 7,1 | 7,1 | 21 | 176,3 | 3,2 | 22,00₽ |
| 2108 | акт | ЖАРКОЕ С МЯСОМ ПТИЦЫ (курица, картофель, лук репчатый, морковь, масло сливочное) | 200 | 9,4 | 14,3 | 26,6 | 272,7 | 6,3 | 32,20₽ |
| 2012 | 398 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (шиповник сукой, сахар песок, вода питьевая) | 180 | 0,6 | 0,3 | 17,1 | 84 | 79,2 | 7,00₽ |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ |
| Итого | | | 640 | 18,8 | 21,7 | 91,3 | 647,2 | 102,1 | |
| | | Полдни | К | | | | | | |
| 2018 | AKT | КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ Вафли | 50 | 2,7 | 4,6 | 24 | 149 | 0 | 6,00₽ |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 13,00₽ |
| Итого | | V | 200 | 8,3 | 9,5 | 33,3 | 253,8 | 1 | |
| | | Ужин ЗРАЗЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ РЫБЫ С СОУСОМ | 1 | 1 | | | | | |
| 2018 | акт | (минтай с/м, яйцо куриное, лук, масло растительное, сухари панировочные) | 50/30 | 4,6 | 6,4 | 3,7 | 90,8 | 0,7 | 29,75₽ |
| 2012 | 254 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ (крупа гречневая ядрица, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое) | 130 | 7,3 | 7,9 | 21,1 | 186 | 0,3 | 13,00₽ |
| 2008 | 503 | ЧАЙ С САХАРОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 3,00₽ |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| Итого | | | 415 | 13,6 | 15,2 | 73,2 | 484,2 | 5,4 | |
| Всего | | | | 52,1 | 61,3 | 266,3 | 1836,2 | 113,2 | 184,80 ₽ |
| | | | | | | | | | |

| | | MEH | Ю | | | | | | |
|----------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|-----------|------------------|--------------------------------|--------------|---------|
| 16 день | | Сад 12 ч | IACOB | | | | | | |
| Сбор- | Nº | | | Хими | ческий со | остав | Энерге- | Вита- | |
| ник реце- птур | техн. карты | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | тическая цен-ность, ккал | мин С, мг | Цена |
| шур | | <u> </u> Завтра | v | <u> </u> | | воды, і | KKAJI | | |
| | | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ | <u> </u> | | | | | | |
| 2012 | 415 | (крупа рисовая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное | 180 | 4,8 | 6,5 | 5 29 | 194 | 0,6 | 19,00₽ |
| | | несоленое, сахар песок) БУТЕРБРОД С СЫРОМ | | , | | | | | |
| 2012 | 67 | (масло сладко-сливочное несоленое, сыр, батон нарезной пшен.мука 1 сорт) | 30 | 2,6 | 5,2 | 17 | 125 | 0 | 6,00₽ |
| | | ЧАЙ С МОЛОКОМ | | | | | | | |
| 2012 | 460 | (сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, чай черный | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 5,00₽ |
| 14-0-0 | | байховый) | 390 | 8,9 | 12,8 | E7 4 | 381 | 0,8 | |
| Итого | | II Завтра | | 0,9 | 12,0 | 57,4 | 301 | 0,0 | |
| | | п завтр о Ісок фруктовый | | | | | | | |
| 2008 | 442 | (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00₽ |
| Итого | | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| | | Обед | | | | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 10,00₽ |
| | | (картофель, морковь, лук, огурец маринованный, горошек зеленый ,масло СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ | | | | • | | | • |
| 2012 | 128 | (картофель, свекла, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное | 180 | 4,9 | 9,6 | 19,7 | 186 | 5 | 20,00₽ |
| | 0 | рафинированое, сметана 15% жирности, суповой набор из куры, лимонная кислота) | | .,0 | 0,0 | | .00 | | _0,00. |
| | | ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ С СОУСОМ | | | | | | | |
| 2013 | 412 | (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, масло подсолнечное рафинированое) | 50/20 | 4,4 | 3,4 | 14,3 | 106 | 0,3 | 32,15₽ |
| | | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 130 | | | | | | |
| 2012 | 204 | (макаронные изделия высш сорт, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое) | | 4,9 | 8,4 | 31,1 | 220 | 0 | 11,00₽ |
| , | | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК + | <u> </u> | | | | | | |
| 2012 | 372 | витаминизация | 180 | 0,1 | 0,1 | 23,1 | 94 | 1,4 | 6,00₽ |
| | | (яблоки, вода питьевая, сахар песок) | | | | | _ | | |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ |
| Итого | ı | , | 640 | 17,9 | 22,1 | 105,6 | 697 | 10,2 | |
| | | Полдни | 1K | | | | | | |
| 2012 | 469 | манник | 50 | 2,5 | 5,7 | 20,9 | 146 | 0 | 4,00₽ |
| 2012 | 409 | Молоко, сахар, яйцо, мука | 30 | 2,5 | 3,7 | 20,9 | 140 | U | 7,00 ₽ |
| 2012 | 401 | КЕФИР С САХАРОМ | 150 | 5,6 | 5 | 9,1 | 104 | 0 | 13,00₽ |
| Итого | | кефир с сахаром | 200 | 8,1 | 10,7 | 30 | 250 | 0 | |
| 711010 | | Ужин | 200 | 0,1 | 10,7 | 30 | 230 | | |
| | | ЗРАЗЫ "ШКОЛЬНЫЕ" | | | | | | | |
| 2013 | 159 | (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, яйца куриные (шт.), лук репчатый, | 80 | 4,8 | 7,8 | 4,3 | 106,6 | 0,5 | 25,80₽ |
| 0655 | | масло подсолнечное рафинированое, сухари панировочные) ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | | _ | _ | | | | |
| 2008 | 434 | (картофель, молоко, соль) | 130 | 3,5 | 3,8 | 15 | 108,8 | 5,5 | 11,00₽ |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 3,00₽ |
| | | (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый) | | | | . 0,1 | | | 5,50 F |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с) | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| 14 | | (соль пищевая йодированная) | | | | *- | / : | | 0,15 + |
| Итого | | | 415 | 13,4 | | 63 | 422,4 | 9,1 | 101000 |
| Dag | | | | 54,8 | 64 | 272,9 | 1877,4 | 22,4 | 184,80₽ |
| Всего | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | 11 |
|----------------------|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|----------|-----------|------------------|---------------------|--------------|----------|
| | | MEH | Ю | | | | | | /// |
| 17 день | | Сад 12 ч | асов | | | | | | |
| Сбор- | Nº | | | Хими | ческий со | остав | энерге- тическая | Вита- | |
| ник реце- птур | техн. карты | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | цен- ность, | мин С, мг | Цена |
| | | Завтра | ак | <u> </u> | I | | икап | | |
| 2012 | 414 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ В МОЛОКЕ (крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) | 180 | 7,9 | 7,3 | 33,3 | 231 | 0,5 | 14,68 ₽ |
| 2012 | 67 | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ батон, повидло | 30 | 2,6 | 5,2 | 17 | 125 | 0 | 6,00₽ |
| 2012 | 460 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК кофейный напиток, сахар, молоко | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 3,00₽ |
| Итого | | | 390 | 8,5 | 11 | 43,3 | 305 | 0,8 | |
| | | II Завт; | ак | · · | ļ | | ļ. | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукт свежий) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00₽ |
| Итого | | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| | | Обед | <u> </u> | 1 | 1 | | 1 | | |
| 2018 | акт | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКОМ свекла, яблоко, масло растительное | 40 | 0,9 | 2,4 | 4,6 | 45 | 7,1 | 9,00₽ |
| 2012 | 82 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (картофель, макаронные изделия высш.сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, суловой набор из куры) | 180 | 3,6 | 4 | 17,3 | 119,6 | 4,8 | 25,00₽ |
| 2018 | AKT | КОТЛЕТА "ДЕТСКАЯ" (филе куринное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, молоко пастер. 2,5% жирности, сужари панировочные, масло подсолнечное рафинированое) | 70 | 5,1 | 7 | 12,3 | 133 | 0,3 | 34,00₽ |
| 2012 | 316 | ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ (горох, масло сливочное, молоко) | 130 | 3 | 5,2 | 32,2 | 188 | 6,2 | 9,00₽ |
| | | НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (сухофрукты (смесь), сахар песок) | 180 | | | 8,7 | 35 | 0 | 3,00₽ |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ |
| Итого | | | 640 | 18,9 | 21,1 | 92,4 | 636,7 | 30,7 | |
| | | Полдн | ИК | 1 | 1 | | 1 | | |
| 2013 | 467 | КИСЛОМОЧНЫЙ НАПИТОК МОТРОТ КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 150 | 5,6 | | 9,3 | | 1 | 15,00 ₽ |
| 2018 | | пряники | 26 | 1,8 | | 34,3 | | 0 | 3,72₽ |
| Итого | | | 176 | 7,4 | 8,4 | 43,6 | 281,8 | 1 | |
| | 1 | Ужин | <u> </u> | 1 | ı | | ı | | |
| 2012 | AKT | ПУДИНГ РЫБНЫЙ (рыба минтай неразделанный, яйцо, лук, сухарь панировочный) | 50 | 3,8 | 8 | 1,2 | 92 | 0,3 | 23,55₽ |
| 2013 | 429 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ картофель, капуста, морковь, лук, томатная паста, масло сливочное | 130 | 5,7 | 6,3 | 24,3 | 177 | 4,5 | 11,00₽ |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода питьевая, сахар песок,чай, лимон) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 4,00₽ |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ (хлеб пшеничный в/с) СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ |
| <u> </u> | | (соль июдиг обы птал (соль пицевая йодированная) | - 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| Итого | | | 415 | 13,6 | | 64,3 | 445,6 | 0,5 | |
| Всего | | | | 53,8 | 60 | 271,3 | 1844,1 | 36,9 | 184,80 ₽ |
| | | | | | | | | | |

| | | MEH | Ю | | | | | | | | | | | | | |
|--------------|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|----------|--------|----------|--------------------|--------|---------|-----|-----|-----|------|-----|------|--------|
| | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | Сад 12 ч | 13COD | | | | | | | | | | | | | |
| 18 день | | Сад 12 ч | асов | | | | -U0050 | | | | | | | | | |
| Сбор- | Nº | | | v · | | | энерге- тическа | Вита- | | | | | | | | |
| ник реце- | техн. | Наименование блюда | Выход | | | Угле- | я цен- | мин С, | Цена | | | | | | | |
| птур | карты | | Белки, г Жиры, г | воды, г | ность, | МГ | | | | | | | | | | |
| | | Завтр | ак | • | | | 22211 | | | | | | | | | |
| | | СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 94 | ИЗДЕЛИЯМИ (молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая, сахар песок, масло сладко- | 180 | 4,4 | 4,7 | 15 | 119 | 0,6 | 12,00₽ | | | | | | | |
| | | сливочное несоленое, вермишель) | | | | | | | | | | | | | | |
| 2013 | 67 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, масло сладко-сливочное несоленое) | 30 | 2,7 | 5,2 | 17,5 | 128 | 0 | 6,00₽ | | | | | | | |
| 2013 | 460 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 5,00₽ | | | | | | | |
| Итого | | (сахар песок,чай черный байховый) | 390 | 11,1 | 13,4 | 63,2 | 420 | 0,7 | | | | | | | | |
| | | II Завт | рак | <u>'</u> | , | , | ı | , | | | | | | | | |
| 2018 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00₽ | | | | | | | |
| Итого | | (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | | | | | | | | |
| | | Обед | | 1 .,• | ,_ | -,- | | | | | | | | | | |
| | | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ С | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 48 | СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ | 40 | 0,9 | 4,9 | 4,9 4,6 | 67 | 7,7 | 12,00₽ | | | | | | | |
| | | картофель отварной, соленые огурцы, масло растительное | | | | | | | | | | | | | | |
| | | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | 84 | подсолнечное рафинированое, вода питьевая, томатная паста, сметана 15% | 180 | 1,6 | 3,1 | 6,8 | 62 | 7,6 | 18,00₽ | | | | | | | |
| | | жирности, суповой набор из куры) КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ | | | | | | | | | | | | | | |
| 2018 | AKT | (филе куриное, крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное | 70 | 7 | 5,2 | 14,9 | 134,4 | 0,2 | 19,00₽ | | | | | | | |
| | | рафинированое) КАША ГРЕЧНЕВО-ПЕРЛОВАЯ | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 321 | (перовка, гречка, масло, молоко) | 130 | 5,7 | 6,3 | 24,3 | 177 | 8,8 | 9,00₽ | | | | | | | |
| 0040 | 000 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА + | 400 | 0,6 | 0.6 | 0.6 | 0.6 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 47.4 | 0.4 | 70.0 | 7.00.0 |
| 2012 | 398 | ВИТАМИНИЗАЦИЯ (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая) | 180 | | 0,3 | 0,3 17,1 | 84 | 79,2 | 7,00₽ | | | | | | | |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ | | | | | | | |
| Итого | | (хлеб ржаной) | 640 | 20,9 | 21 | 91,3 | 651 | 96,3 | -7:-: | | | | | | | |
| 711010 | | Полдн | | 20,3 | 21 | 91,3 | 031 | 30,3 | | | | | | | | |
| 2012 | 483 | кондитерское изделие | 50 | 4,7 | 6,7 | 23,2 | 173 | 0,2 | 16,00₽ | | | | | | | |
| 2012 | 403 | вафли | 30 | 4,7 | 0,7 | 23,2 | 173 | 0,2 | 10,00 # | | | | | | | |
| 2008 | 468 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ молоко | 150 | 5,6 | 5 | 9,1 | 104 | 1,4 | 13,00₽ | | | | | | | |
| Итого | | and the same | 200 | 10,3 | 11,7 | 32,3 | 277 | 1,6 | | | | | | | | |
| | | Ужи | 1 | | | | | | | | | | | | | |
| | | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ СО | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | 235 | СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ (творог , яйца, сахар песок, крупа рисовая, масло сладко-сливочное | 170/30 | 10 | 15,1 | 21,7 | 262,7 | 0,2 | 47,95₽ | | | | | | | |
| 000- | | несоленое, сухари панировочные, сметана, ванилин, ЧАЙ С САХАРОМ | | _ | | | | _ | | | | | | | | |
| 2008 | 430 | (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 3,00₽ | | | | | | | |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ (соль пищевая йодированная) | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ | | | | | | | |
| Итого | | N | 385 | 14,1 | 15,5 | 60,1 | 436,1 | 0,2 | | | | | | | | |
| Всего | 1 | 7 | | 56,7 | 59,9 | 240,4 | 1743,1 | 101 | 184,80₽ | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | NATIVE NATIVE | 10 | | | | | | / |
|---------------|----------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|---------------------|--------------|----------|
| | | MEH | Ю | | | | | | |
| 19 день | | Сад 12 ч | асов | | | | | | |
| Сбор- | Nº | U | D | Химический состав | | остав | Энерге- тическая | Вита- | |
| реце- птур | техн. карты | Наименование блюда | Выход | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, г | цен-ность, ккал | мин С, мг | Цена |
| | | Завтра | ак | • | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 180 | 6,5 | 6,3 | 32,1 | 211 | 0,5 | 12,32₽ |
| | | (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое) ЧАЙ С МОЛОКОМ | | <u> </u> | · | | | · | · |
| 2012 | 514 | чай, сахар, молоко | 180 | 2,7 | 2,2 | 14,1 | 87 | 0,5 | 11,00₽ |
| 2012 | 97 | БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ (батон нарезной пшен.мука 1 сорт, сыр голландский (круглый)) | 30 | 4,5 | 3,8 | 14,6 | 112 | 0,1 | 6,00₽ |
| Итого | 1 | T | 390 | 13,7 | 12,3 | 60,8 | 410 | 1,1 | |
| | | II Завтр | ак | • | | | | | |
| | 79 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (фрукты свежие) | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | 18,00₽ |
| Итого | • | | 1 шт | 3,5 | 3,8 | 16,6 | 117 | 3 | |
| | | Обед | ļ | | | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" (свекла, яблоко, масло растительное) | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 13,00₽ |
| 2008 | 95 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, капуста белокочанная, горошек зеленый консервы, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, сметана 15% жирности, суповой набор из куры) | 180 | 3,5 | 6,2 | 14,2 | 126,6 | 6,2 | 20,00₽ |
| 2012 | 289 | КОЛБАСКИ "МАЛЮТКА"С СОУСОМ (филе куриное, рис, лук репчатый, мужа, масло подсолнечное рафинированое) | 50/20 | 8,2 | 4,8 | 9,7 | 114,8 | 0,3 | 33,00₽ |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое) | 130 | 4,9 | 8,4 | 31,3 | 220 | 0 | 11,00₽ |
| 2013 | 498 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА + ВИТАМИНИЗАЦИЯ (шиповник сушеный, сахар песок) | 180 | 0,6 | 0,3 | 17,1 | 84 | 78,2 | 7,00 ₽ |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ |
| Итого | 1 | r , , | 640 | 19,1 | 19,7 | 83 | 597,8 | 90 | |
| | | Полдн | ик | | | | | | |
| 2008 | 468 | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК (снежкк) | 150 | 4 | 3 | 6 | 96 | 1,4 | 16,00₽ |
| 2012 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 26 | 6,5 | 4,8 | 28,9 | 183 | 0 | 5,73₽ |
| Итого | 1 | | 176 | 10,5 | 7,8 | 34,9 | 279 | 1,4 | |
| | | Ужин | | • | | | | | |
| 2012 | 321 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое) | 200 | 9,7 | 14,2 | 26,6 | 273 | 8,6 | 21,90₽ |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ (вода питьевая, сахар песок, лимон, чай черный байховый) | 180 | 0,2 | | 10,2 | 43 | 0,8 | 4,00₽ |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ |
| | | (хлеб пшеничный в/с) СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| Итого | | (соль пищевая йодированная) | 405 | 12 5 | 17.0 | 62.7 | 461 | 9,7 | · · · |
| | | | 400 | 13,5 56,1 | | 62,7 262,7 | 1835,8 | | 104 00 0 |
| Всего | | | | 56,1 | 60,3 | 202,7 | 1835,8 | 24,5 | 184,80₽ |

| | | MEI | НЮ | | | | | | |
|----------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|--------------|-----------|---------------|---------------------|----------|----------|
| | | 14121 | .110 | | | | | | |
| | | Co. 12 | 112000 | | | | | | |
| 20 день | | Сад 12 | часов | | | | | | |
| Сбор- ник | Nº | | | Хими | ческий со | став | Энерге- тическая | Вита- | |
| реце- | техн. | Наименование блюда | Выход | _ | | Угле- | цен-ность, | мин С, | Цена |
| птур | карты | | | Белки, г | жиры, г | воды, г | ккал | МГ | |
| | ı | Завт | рак | 1 | | | L I | | |
| 2012 | 274 | КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ крупа кукурузная, молоко, масло сливочное, сахар) | 180 | 5,5 | 4,6 | 21,1 | 147,8 | 0,7 | 14,00₽ |
| | | БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ | | | | | | | |
| 2012 | 67 | батон, повидло | 30 | 2,6 | 5,2 | 17 | 125 | 0 | 6,00₽ |
| | | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | | | | | | | |
| 2012 | 460 | кофейный напиток, сахар, молоко | 180 | 1,5 | 1,1 | 11,2 | 61 | 0,2 | 3,00₽ |
| 1того | • | | 390 | 11,2 | 15,7 | 63,5 | 442 | 1,4 | |
| | I | І Зав | трак | 1 | | | | | |
| 2008 | 498 | СОК ФРУКТОВЫЙ (сок фруктовый) | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | 13,00₽ |
| того | ı | | 100 | 1,9 | 2,2 | 9,5 | 63 | 2 | |
| | 1 | Обе | Э Д | 1 | | | | | |
| 2008 | 44 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ Квашеная капуста, лук, масло растительное | 40 | 0,6 | 0,1 | 1,9 | 12 | 12,6 | 4,00₽ |
| | | СУП С БОБОВЫМИ С ГРЕНКАМИ | | | | | | | |
| 2008 | 99 | (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированое, суповой набор из куры, хлеб | 180 | 7,9 | 6 | 17,1 | 154 | 4 | 28,00₽ |
| | | пшеничн.формовой мука высш.сорт) БИТОЧКИ КУРИНЫЕ | | | | | | | |
| 2012 | 306 | (филе куриное, хлеб пшеничный в/с, лук репчатый, сухари панировочные, | 70 | 4,4 | 3,4 | 14,3 | 105,4 | 0,3 | 29,00₽ |
| | | масло подсолнечное рафинированое) КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ | 130 | 3,1 | 8,1 | 20,9 | 168,9 | 12,4 | 30,00₽ |
| | | (картофель, лук репчатый, морковь, масло сладко-сливочное несоленое) НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ + | 130 | 3,1 | 0,1 | 20,0 | 100,5 | 12,4 | 30,00 + |
| 2012 | 373 | ВИТАМИНИЗАЦИЯ | 180 | 0,6 | 0,3 | 17,1 | 84 | 79,2 | 3,00₽ |
| | | (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая) | | | | | | | |
| 2018 | 115 | ХЛЕБ РЖАНОЙ (хлеб ржаной) | 40 | 3,2 | 0,6 | 16,2 | 84 | 0 | 3,72₽ |
| 1того | | | 640 | 20,1 | 23,3 | 90,2 | 662,4 | | |
| | ı | Полд | ник | 1 | | | | | |
| 2012 | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности) | 150 | 5,6 | 4,9 | 9,3 | 104,8 | 1 | 13,00₽ |
| 2008 | | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 20 | 1,4 | 1,6 | 37,5 | 172 | 0 | 5,73₽ |
| того | | (вафли с фруктово-ягодной начинками) | 200 | 7,4 | 8,4 | 43,6 | | • | |
| 11010 | | Ужі | | 7,7 | 0,4 | 40,0 | 201,0 | | |
| | | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 3,9 | 0,4 | 28,3 | 132,4 | 0 | 2,00₽ |
| | | (хлеб пшеничный в/с) | 20 | 5,9 | | | | | 2,00 + |
| 2018 | 274 | КАША ДРУЖБА (рис, пшено, сахар, молоко, масло сливочное) | 130 | 3,8 | 3,8 | 8,7 | 84,2 | 0,2 | 14,00₽ |
| 2012 | _ | ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИННЫЕ С СОУСОМ | 50/30 | 6,4 | 7,4 | 14,3 | 105,4 | 0,3 | 14,22₽ |
| | | (Филе куринное, лук репчатый, хлеб пшеничный, яйцо, томатная паста, морковь, мука) | 33,00 | 0,4 | ,,, | 1 - 1,0 | | 3,3 | - 1/22 = |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (сахар песок, вода питьевая, чай черный байховый) | 180 | 0,2 | | 10,1 | 41 | 0 | 2,00₽ |
| | | СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ | 5 | | | | | 0 | 0,13₽ |
| fror o | | (соль пищевая йодированная) | | 42.5 | 15 | CE O | 450 | <u> </u> | 5,15 + |
| tтого Всего | | | 415 | 13,5 55,3 | 62,5 | 65,2 267,8 | 450 1871 | | 184,80₽ |
| | | | | | ,0 | =2.,0 | | | , |