

«Утверждаю»
 Директор ГБУ СО «Дергачевский специальный
 реабилитационный дом - интернат для детей»
 Бахтиев Ф.Ф.



**Примерное двухнедельное меню
 ГБУ СО «Дергачевский специальный
 реабилитационный дом - интернат для детей»
 для возрастной категории 4 -7 лет.**

Возрастная категория: 4 -7 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
День 1							
ЗАВТРАК 1							
3047	Каша ячневая жидкая на молоке	155	6,57	8,05	33,49	226,1	0,2
д0005	сыр "Российский"	20	5,20	5,30	0	70,0	1
7001	Какао на молоке	200	3,77	3,90	25,78	149,0	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого:	425	18,51	24,91	78,20	596,1	1
ЗАВТРАК 2							
д0001	Бананы	180	2,70	0,18	39,24	160,2	0
	итого:		2,70	0,18	39,24	160,2	0
ОБЕД							
6043	Зеленый горошек консерв.(терм.обработ.)	50	1,55	0,10	3,65	20,0	5
1637/3	Борщ из свежей капусты с говядиной 1 кат.	200	9,03	8,75	11,97	155,4	19
8001	Сметана для отпуска 1-ых блюд	15	0,42	3,00	0,48	30,9	0
3318	Картофельное пюре со сл.м.	200	4,32	6,72	24,22	200,5	4
2165/1	Тефтели из говядины 1 кат.	80	13,94	16,00	7,95	233,3	0,1
8016	Соус томатный	50	0,51	1,48	3,82	30,1	0
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	итого:		34,71	36,65	113,85	920,8	28
ПОЛДНИК							
5007/1	Запеканка творожно- манная	155	21,71	9,68	16,14	239,6	0
7048	Сок фруктовый	180	0,90	0	16,38	68,4	4
	итого:		22,61	9,68	32,52	308,0	4
УЖИН							

2268/3	Плов рисовый с курицей 1 кат.	265	32,65	36,35	60,23	683,3	
4006	Ватрушка с повидлом	50	5,20	5,90	25,10	269,6	0
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	ИТОГО:		40,94	42,72	119,14	1096,0	0
ужин 2							
д0010	Йогурт	200	8,40	5,06	19,78	144,1	0,0
	ИТОГО:		8,40	5,06	19,78	144,12	0,00
ИТОГО за день			119,47	114,14	382,94	3081,12	34

День 2	2	3	4	5	6	7	9
ЗАВТРАК 1							
3025	Каша пшенная жидкая на молоке	155	7,02	8,65	32,77	233,3	0,4
д 0017	Омлет натуральный запечен.	75	6,14	7,33	2,19	99,2	0
д00011	Кофе с молоком и сахаром	200	2,80	4,25	23,42	133,3	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого	480	17,94	27,71	71,04	589,6	0
ЗАВТРАК 2							
д0003/3	Апельсин	178	1,60	0,36	18,33	71,2	107
	итого		1,60	0,36	18,33	71,2	107
ОБЕД							
д0007/3	Икра кабачковая	60	0	4,20	4,20	58,2	0
6	Суп картофельный с дом. Лапшой на м.к.б. из курицы	200	2,48	3,46	17,87	108,9	13
3346/3	Капуста тушеная со сл.м.	150	3,68	5,42	19,58	125,9	82
2023/1	Биточки из курицы 1 кат.	79	17,28	28,47	10,39	275,0	6
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	итого		28,38	42,15	113,80	818,6	101
ПОЛДНИК							
3301	Котлеты морковные	150	6,69	15,58	38,28	303,1	
7048	Сок фруктовый	180	0,90	0	16,38	68,4	4
	итого		7,59	15,58	54,66	371,5	4
УЖИН							
3079/2	Каша гречневая жидкая на воде	180	4,39	7,35	23,43	171,5	0,1
2573/1	Минтай без головы припуш. с овощами со сл.м.	78	11,21	6,35	0,76	104,7	5
4007/1	Ватрушка с творогом	50	6,98	2,89	22,35	143,5	0
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого		25,67	17,05	80,35	562,9	5
ужин 2							
101	Кефир	200	5,60	6,40	8,20	112,0	0
	итого:		5,60	6,40	8,20	112,0	0
ИТОГО за день			81,18	102,85	338,18	2413,7	218

День 3	2	3	4	5	6	7	9
ЗАВТРАК 1							
3020	Каша геркулесовая жидкая на молоке	155	6,27	9,28	27,37	202,5	0
д0005	сыр "Российский"	20	5,20	5,30	0	70,0	1
7001	Какао на молоке	200	3,77	3,90	25,78	149,0	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого	425	17,22	25,96	65,81	545,4	1
ЗАВТРАК 2							
д0006/3	Груша	243	0,09	0,73	26,49	102,1	12
	итого		0,09	0,73	26,49	102,1	12
ОБЕД							
д0002	Кукуруза сладкая консерв. (терм.обработ.)	60	2,46	5,28	6,870	84,9	0
1470/3	Щи из свеж.капусты с отв.говядиной 1 кат.	200	5,86	7,12	7,47	112,9	0
8001	Сметана для отпуска 1-ых блюд	15	0,42	3	0,48	30,9	0
3351/3	Макароны с овощами	150	4,86	6,42	35,07	209,2	1
2060	Гуляш из говядины 1 кат. с	100	15,67	17,65	5,67	243,1	
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	итого		34,21	40,07	117,32	931,6	1
ПОЛДНИК							
5025	Сырники из творога	150	29,81	6,76	31,83	310,0	
7048	Сок фруктовый	200	1,00	0	18,20	76,0	4
	итого		30,8	6,76	50,03	386,0	4
УЖИН							
3303	Картофель отварной с маслом	150	4,05	5,88	36,29	206,3	40
2168	Сосиски отварные	50	5,61	12,19	1,02	135,7	0
4004	Булочка "Веснушка"	40	3,85	2,90	25,31	141,6	0
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого		16,60	21,43	96,43	626,7	40
ужин 2							
д0010	Йогурт	200	8,40	5,06	19,78	144,1	0,0
	итого:		8,40	5,06	19,78	144,1	0
ИТОГО за день			98,93	94,95	356,08	2591,7	58

День 4	2	3	4	5	6	7	9
ЗАВТРАК 1							
3041	Каша манная жидкая на молоке	155	6,11	8,08	29,12	207,8	0
9013	Яйцо вареное	40	5,00	4,60	0,28	62,8	0
д00011	Кофе с молоком и сахаром	200	2,80	4,25	23,42	133,3	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	Итого	445	15,89	24,41	65,48	527,7	0
ЗАВТРАК 2							
д00013/3	Яблоко	237	0,95	0,95	27,97	106,7	31
	Итого		0,95	0,95	27,97	106,7	31
ОБЕД							
д00016	сельдь соленая	50	8,50	4,26	0	72,0	2
1061/3	Суп картофельный с фрикадельками из говядины	200	9,50	9,08	15,21	176,1	19
22071	Жаркое по-домашнему с говядиной	150	13,11	14,33	26,15	279,8	41
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	Итого		36,05	28,27	103,12	778,5	62
ПОЛДНИК							
5007/1	Запеканка творожно-манная	155	21,71	9,68	16,14	239,6	0
7048	Сок фруктовый	200	1,00	0	18,20	76,0	4
	Итого:		22,71	9,68	34,34	315,6	4
УЖИН							
3083/3	Каша пшеничная жид. на воде	150	3,43	5,55	20,26	137,5	0
2549	Тефтели рыбные	75	27,54	17,83	12,18	318,5	7
8016	Соус томатный	50	0,51	1,48	3,82	30,1	3
4006	Ватрушка с повидлом	50	5,20	5,90	25,10	269,6	0
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	Итого		39,77	31,23	95,17	898,8	10
ужин 2							
9	Ряженка	200	5,60	5,00	8,40	102,0	6
	Итого:		5,60	5,00	8,40	102,00	6
Итого за день			115,37	94,54	326,08	2627,3	107

День 5	2	3	4	5	6	7	9
--------	---	---	---	---	---	---	---

ЗАВТРАК 1

3025	Каша пшеничная жидкая на молоке	155	7,02	8,65	32,77	233,3	0,4
д0005	сыр "Российский"	20	5,20	5,30	0	70,0	1
7001	Какао на молоке	200	3,77	3,90	25,78	149,0	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
Итого		425	17,97	25,33	71,21	576,1	5

ЗАВТРАК 2

д0003/3	Апельсин	178	1,60	0,36	18,33	71,2	107
9007	Печенье	40	3,0	4,72	29,76	174,4	0
Итого			4,60	5,08	48,09	245,6	107

ОБЕД

6043	Зеленый горошек консерв.(терм.обработ.)	50	1,55	0,10	3,65	20,0	5
1090/3	Рассольник ленинградский с огурцами с гов. 1 кат.	200	9,59	9,02	15,41	176,6	18
8001	Сметана для отпуска 1-ых блюд	15	0,42	3	0,48	30,9	0
2391/3	Запеканка картофельная с говядиной 1 кат. со слив. маслом п/ф 286	230	15,78	18,47	37,20	370,4	38
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
Итого			32,28	31,19	118,50	848,5	61

ПОЛДНИК

7048	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	18,20	76,0	4
4012	Оладьи п/ф 88 г	75	4,97	6,73	29,12	196,8	0
Итого			5,97	6,73	47,32	272,8	4

УЖИН

3340/3	Рагу овощное	150	2,53	9,70	14,30	159,30	32
2515/1	Котлеты из минтая без головы	75	10,50	6,65	12,88	152,5	1
4019	Пирожок с капустой, яйцом	50	5,66	6,23	26,68	202,8	14
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
Итого			21,78	23,04	87,67	657,8	47

ужин 2

д0010	Йогурт	200	8,40	5,06	19,78	144,1	0,0
Итого:			8,40	5,06	19,78	144,1	0
Итого за день			82,60	91,37	372,79	2600,8	224

День 6	2	3	4	5	6	7	9
--------	---	---	---	---	---	---	---

ЗАВТРАК 1

3027	Каша рисовая жид. на молоке	155	5,35	8,08	30,04	208,3	0
д 0017	Омлет натуральный запечен.	75	6,14	7,33	2,19	99,2	0
д00011	Кофе с молоком и сахаром	200	2,80	4,25	23,42	133,3	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого	480	16,27	27,14	68,31	564,6	0

ЗАВТРАК 2

д0006/3	Груша	228	0,09	0,73	26,49	102,1	12
	итого:		0,09	0,73	26,49	102,1	12

ОБЕД

6037	Икра свекольная	54	0,87	4,01	7,81	64,40	6
1426	Суп перловый с говядиной	200	8,60	7,93	19,98	180,20	0,2
2205/3	Голубцы "ленивые" с говядиной	230	18,79	27,90	20,34	394,3	58,0
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	итого		33,20	40,44	109,89	889,5	64

ПОЛДНИК

9011	Вафли	35	0,85	7,55	16,18	134,8	0
7048	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	18,20	76,0	4
	итого:		1,85	7,55	34,38	210,8	4

УЖИН

3318	Картофельное пюре со сл.м.	200	4,32	6,72	24,22	200,5	4
2167	Колбаса отварная	70	6,50	11,00	0	78,5	0,1
4002	Булочка "Домашняя"	50	4,18	7,84	32,46	216,1	0
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого	560	18,09	26,02	90,49	638,3	4

ужин 2

101	Кефир	200	5,60	6,40	8,20	112,0	1
	итого:		5,60	6,40	8,20	112,0	0

ИТОГО за день			69,50	101,88	329,56	2405,2	85
----------------------	--	--	--------------	---------------	---------------	---------------	-----------

День 7	2	3	4	5	6	7	9
--------	---	---	---	---	---	---	---

ЗАВТРАК 1

3047	Каша ячневая жидкая на молоке	200	8,43	11,25	42,95	298,3	0,2
д0005	сыр "Российский"	20	5,20	5,30	0	70,0	1
7001	Какао на молоке	200	3,77	3,90	25,78	149,0	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	Итого:	470	19,38	27,93	81,39	641,2	1

ЗАВТРАК 2

д0001	Бананы	156	2,70	0,18	39,24	160,2	0
	Итого		2,70	0,18	39,24	160,2	0

ОБЕД

д0007/3	Икра кабачковая	60	0	4,20	4,20	58,2	0
1637/3	Борщ из свежей капусты с говядиной 1 кат.	200	9,03	8,75	11,97	155,4	19
8001	Сметана для отпуска 1-ых блюд	15	0,42	3	0,48	30,9	0
3351/3	Макароны с овощами	150	4,86	6,42	35,07	209,2	1
2060	Гуляш из говядины 1 кат. с р.м.	100	15,67	17,65	5,67	243,1	
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	Итого		34,92	40,62	119,15	947,4	20

ПОЛДНИК

3301	Котлеты морковные	150	6,69	15,58	38,28	303,1	
7048	Сок фруктовый	200	1,00	0	18,20	76,0	4
	Итого		7,69	15,58	56,48	379,1	4

УЖИН

3303	Картофель отварной с маслом	150	4,05	5,87	36,29	206,3	40
2573/1	Минтай без головы припуш. с овощами со сл.м.	78	11,21	6,35	0,76	104,7	5
9011	Вафли	35	1,19	10,57	22,64	188,7	0
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	Итого		19,54	23,25	93,50	642,7	45

ужин 2

д0010	Йогурт	200	8,40	5,06	19,78	144,1	0,0
	Итого:		8,40	5,06	19,78	144,1	0

Итого за день			84,23	107,56	389,76	2770,6	70
----------------------	--	--	--------------	---------------	---------------	---------------	-----------

День 8	2	3	4	5	6	7	9
--------	---	---	---	---	---	---	---

ЗАВТРАК 1

3041	Каша манная жидкая на молоке	155	6,11	8,08	29,12	207,8	0
9013	Яйцо вареное	40	5,00	4,60	0,28	62,8	0
д00011	Кофе с молоком и сахаром	200	2,80	4,25	23,42	133,3	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого:	445	15,89	11,73	36,08	257,10	0

ЗАВТРАК 2

д00013/3	Яблоко	226	0,95	0,95	27,97	106,7	31
	итого		0,95	0,95	27,97	106,7	31

ОБЕД

д00016	сельдь соленая	50	5,64	6,05	0	77,0	2
1061/3	Суп картофельный с фрикадельками из говядины	200	9,50	9,08	15,21	176,1	19
2237	Картофель тушеный с говядиной 1 кат.	200	14,62	18,08	40,67	374,0	35
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	итого		34,70	33,81	117,64	877,7	56

ПОЛДНИК

3307	Котлеты капустные	165	7,91	26,95	32,09	387,7	
7048	Сок фруктовый	200	1,00	0	18,20	76,0	4
	итого		8,91	26,95	50,29	463,68	4

УЖИН

2268/3	Плов рисовый с курицей 1 кат.	265	32,65	36,35	60,23	683,3	
4007/1	Ватрушка с творогом	50	10,47	4,33	33,51	215,3	0
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого	555	46,2	41,1	127,6	1041,8	0

ужин 2

9	Ряженка	200	5,60	5,00	8,40	102,0	6
	итого:		5,60	5,00	8,40	102,00	6

ИТОГО за день			106,66	114,58	359,53	2747,0	91
----------------------	--	--	---------------	---------------	---------------	---------------	-----------

День 9	2	3	4	5	6	7	9
--------	---	---	---	---	---	---	---

ЗАВТРАК 1

3005	Каша "Дружба" вязкая на молоке (рис+ пшено)	200	8,41	11,40	46,95	316,7	
д0005	сыр "Российский"	20	5,20	5,30	0	70,0	1
7001	Какао на молоке	200	3,77	3,90	25,78	149,0	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
Итого:		470	19,36	28,08	85,39	659,6	1

ЗАВТРАК 2

д0003/3	Апельсин	172	1,60	0,36	18,33	71,2	107
Итого:			1,60	0,36	18,33	71,2	107

ОБЕД

6043	Зеленый горошек консерв. (терм.обработ.)	50	1,55	0,10	3,65	20,0	5
1470/3	Щи из свеж.капусты с отв.говядиной 1 кат.	200	5,86	7,12	7,47	112,9	0
8001	Сметана для отпуска 1-ых блюд	15	0,42	3	0,48	30,9	0
3083/3	Каша пшеничная на воде	150	3,34	5,55	20,26	137,5	0
2168	Сосиски отварные	50	5,61	12,19	1,02	135,7	0
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
Итого:			21,72	28,56	94,64	687,6	5

ПОЛДНИК

7048	Сок фруктовый	200	1,00	0	18,20	76,0	4
5007/1	Запеканка творожно- манная	155	21,71	9,68	16,14	239,6	0
Итого:			22,71	9,68	34,34	315,6	4

УЖИН

3318	Картофельное пюре со сл.м.	200	4,32	6,72	24,22	200,5	4
2125/3	Куры отварные 1 кат.	80	23,48	23,62	1,76	312,6	0
4019	Пирожки с капустой, яйцом	50	5,66	6,23	26,68	202,8	14
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
Итого:			36,55	37,03	86,47	859,1	18

ужин 2

101	Кефир	200	5,60	6,40	8,20	112,0	1
Итого:			5,60	6,40	8,20	112,0	0

Итого за день			101,94	103,71	319,17	2593,0	135
----------------------	--	--	---------------	---------------	---------------	---------------	------------

День10	2	3	4	5	6	7	9
--------	---	---	---	---	---	---	---

ЗАВТРАК 1

3020	Каша геркулесовая жидкая на молоке	155	6,27	9,28	27,37	202,5	0
д 0017	Омлет натуральный запечен.	75	6,14	7,33	2,19	99,2	0
7001	Какао на молоке	200	3,77	3,90	25,78	149,0	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
Итого		480	18,16	27,99	68,00	574,6	0

ЗАВТРАК 2

д0006/3	Груша	228	0,09	0,73	26,49	102,1	12
---------	-------	-----	------	------	-------	-------	----

	Итого:		0,09	0,73	26,49	102,1	12
ОБЕД							
6037	Икра свекольная	54	0,87	4,01	7,81	64,40	6
6	Суп картофельный с дом. Лапшой на м.к.б. из курицы	200	2,48	3,46	17,87	108,9	13
3346/3	Капуста тушенная со сл.м.	150	3,68	5,42	19,58	125,9	82
2023/1	Биточки из курицы 1 кат.	79	17,28	28,47	10,39	275,0	6
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	Итого:	743	29,25	41,96	117,41	824,8	107
ПОЛДНИК							
9007	Печенье	35	3,0	4,72	29,76	174,4	0
7048	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	18,20	76,0	4
	Итого:		4,0	4,7	48,0	250,4	4
УЖИН							
3079/2	Каша гречневая жидкая на воде	180	4,39	7,35	23,43	171,5	0,1
2549	Тефтели рыбные	75	27,54	17,83	12,18	318,5	7
8016	Соус томатный	50	0,51	1,48	3,82	30,1	3
4002	Булочка "Домашняя"	50	4,18	7,84	32,46	216,1	0
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	Итого:		39,71	34,96	105,70	879,4	10
ужин 2							
д0010	Йогурт	200	8,40	5,06	19,78	144,1	0,0
	Итого:		8,40	5,06	19,78	144,1	0
Итого за день			91,21	110,36	365,56	2631,2	133

День11	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК 1							
3047	Каша ячневая жидкая на молоке	155	6,57	8,05	33,49	226,1	0,2
д0005	сыр "Российский"	20	5,20	5,30	0	70,0	1
7001	Какао на молоке	200	3,77	3,90	25,78	149,0	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	Итого:	425	18,51	24,91	78,20	596,1	1,2
ЗАВТРАК 2							
д0001	Бананы	156	2,70	0,18	39,24	160,2	0
	Итого:		2,70	0,18	39,24	160,20	0,00
ОБЕД							
д00016	сельдь соленая	50	5,64	6,05	0	77,0	2
1090/3	Рассольник ленинградский с огурцами с гов. 1 кат.	200	9,59	9,02	15,41	176,6	18
8001	Сметана для отпуска 1-ых блюд	15	0,42	3	0,48	30,9	0
2391/3	Запеканка картофельная с говядиной 1 кат. со слив. маслом п/ф 286	230	15,78	18,47	37,20	370,4	38
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	Итого:		36,37	37,14	114,85	905,5	58,0
ПОЛДНИК							
9011	Вафли	35	0,85	7,55	16,18	134,8	0
7048	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	18,20	76,0	0
	Итого:		1,85	7,55	34,38	210,8	0,0
УЖИН							
3081/3	Каша перловая жидкая на воде (150	2,71	5,49	21,15	138,6	0
2515/1	Котлеты из минтая без головы	75	10,50	6,65	12,88	152,5	1
8016	Соус томатный	50	0,51	1,48	3,82	30,1	0
4007/1	Ватрушка с творогом	50	10,47	4,33	33,51	215,3	0

7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итога:	565	26,29	18,23	98,90	652,6	1,0
ужин 2							
9	Ряженка	200	5,60	5,00	8,40	102,0	0,0
	итога:		5,60	5,00	8,40	102,00	0,00
ИТОГО за день			91,32	93,01	373,97	2627,18	60,25

День12	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК 1							
3041	Каша манная жидкая на молоке	155	6,11	8,08	29,12	207,8	0
9013	Яйцо вареное	40	5,00	4,60	0,28	62,8	0
д00011	Кофе с молоком и сахаром	200	2,80	4,25	23,42	133,3	0
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итога:	445	16,88	24,59	71,75	554,8	0,0
ЗАВТРАК 2							
д00013/3	Яблоко	226	0,95	0,95	27,97	106,7	31
	итога		0,95	0,95	27,97	106,7	31
ОБЕД							
д0002	Кукуруза сладкая консерв.(терм.обработ.)	60	2,46	5,28	6,870	84,9	0
1072	Суп гороховый на м/к б-не из	200	5,15	3,57	21,34	124,30	0
3318	Картофельное пюре со сл.м.	200	4,32	6,72	24,22	200,5	4
2165/1	Тефтели из говядины 1 кат.	80	13,94	16,00	7,95	233,3	0,1
8016	Соус томатный	50	0,51	1,48	3,82	30,1	0
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	итога	850	31,32	33,65	125,96	923,7	4,4
ПОЛДНИК							
5025	Сырники из творога	150	29,81	6,76	31,83	310,0	
7048	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	18,20	76,0	0
	итога		30,81	6,76	50,03	386,0	0,0
УЖИН							
3340/3	Рагу овощное	150	2,53	9,70	14,30	159,30	32
2573/1	Минтай без головы припуш. с овощами со сл.м.	78	11,21	6,35	0,76	104,7	5
9011	Вафли	35	0,85	7,55	16,18	134,8	0
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итога:	503	16,69	23,88	58,78	541,9	37,0
ужин 2							
101	Кефир	200	5,60	6,40	8,20	112,0	0
	итога:		5,60	6,40	8,20	112,0	0
ИТОГО за день			102,25	96,23	342,69	2625,18	72,44

День13	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК 1							
3027	Каша рисовая жид. на молоке	155	5,35	8,08	30,04	208,3	0
д0005	сыр "Российский"	20	5,20	5,30	0	70,0	1
7001	Какао на молоке	200	3,77	3,90	25,78	149,0	
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,0

1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого:	425	17,29	24,94	74,75	578,3	1,0
ЗАВТРАК 2							
д0003/3	Апельсин	172	1,60	0,36	18,33	71,2	107
	итого		1,60	0,36	18,33	71,2	107
ОБЕД							
д0007/3	Икра кабачковая	60	0	4,20	4,20	58,2	0
1470/3	Щи из свеж.капусты с отв.говядиной 1 кат.	200	5,86	7,12	7,47	112,9	0
8001	Сметана для отпуска 1-ых блюд	15	0,42	3	0,48	30,9	0
3083/3	Каша пшеничная на воде	150	3,34	5,55	20,26	137,5	0
2414/1	Говядина отварная	70	28,70	24,64	0,44	337,4	3
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	итого		43,26	45,11	94,61	927,5	3,0
ПОЛДНИК							
7048	Сок фруктовый	200	1,00	0	18,20	76,0	0
9007	Печенье	35	3,0	4,72	29,76	174,4	0
	итого		4,0	4,72	47,96	250,4	0
УЖИН							
3351/3	Макароны с овощами	150	4,86	6,42	35,07	209,2	1
2167	Колбаса отварная	70	6,50	11,00	0	78,5	0,1
4005	Ватрушка с картофелем	50	5,63	6,01	25,31	207,1	0,1
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого:		19,09	23,71	87,92	610,8	1,2
ужин 2							
д0010	Йогурт	200	8,40	5,06	19,78	144,1	0,0
	итого:		8,40	5,06	19,78	144,12	0,00
ИТОГО за день			89,64	99,18	295,39	2331,95	112,20

День14	2	3	4	5	6	7	8
ЗАВТРАК 1							
3017	Каша "Дружба" вязкая на молоке (рис+ пшено)	155	6,15	8,36	31,01	219,1	0,3
д 0017	Омлет натуральный запечен.	75	6,14	7,33	2,19	99,2	0
д00011	Кофе с молоком и сахаром	200	2,80	4,25	23,42	133,3	0
16	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	итого:	480	18,06	27,60	75,55	602,6	0,3
ЗАВТРАК 2							
д0006/3	Груша	228	0,09	0,73	26,49	102,1	12
	итого		0,09	0,73	26,49	102,1	12
ОБЕД							
д00016	сельдь соленая	50	5,64	6,05	0	77,0	2
1061/3	Суп картофельный с фрикадельками из говядины	200	9,50	9,08	15,21	176,1	19
22071	Жаркое по-домашнему с говядиной	200	13,97	19,50	34,66	360,2	41
7016	Компот из сухофруктов	200	0,58	0,00	33,36	122,0	
1/2	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	20,04	92,4	0
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,24	8,36	36,2	0
	итого		34,05	35,23	111,63	863,9	62,0
ПОЛДНИК							
3307	Котлеты капустные	165	7,91	26,95	32,09	387,7	

7048	Сок фруктовый	200	1,00	0	18,20	76,0	0
	Итого:		8,91	26,95	50,29	463,7	0,0
УЖИН							
3083/1	Каша пшеничная жид. на воде	180	3,56	6,66	21,32	164,9	0,1
2549	Тефтели рыбные	75	27,54	17,83	12,18	318,5	7
8016	Соус томатный	50	0,51	1,48	3,82	30,1	0
9011	Вафли	35	0,85	7,55	16,18	134,8	0
7042	Чай сладкий	200	0,20	0,05	15,01	58,3	0
1/3	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,23	12,53	57,8	0
	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	6,27	27,2	0
	Итого:		35,55	33,98	87,31	791,5	7,1
ужин 2							
101	Кефир	200	5,60	6,40	8,20	112,0	0
	Итого:		5,60	6,40	8,20	112,0	0
Итого за день			102,26	130,89	359,47	2935,66	81,43

итого за 14 дней

1336,54	1455,24	4911,15	36981,59	1480,78
95,47	103,95	350,80	2641,54	105,77

«Утвержд
Директор ГБУ СО «Дер
реабилитационный до



*Примерное двухнедельное меню
ГБУ СО «Дергачевский специаль
реабилитационный дом - интернат дл
для возрастной категории 4 -7 л*

даю»
гачевский специальный
м - интернат для детей»
Бахтиев Ф.Ф.

ю
ный
ия детей»
ет.