



(c 7-11 net)

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса	Пищевые вещества			Энерг. ценность ккал
			Белки г	Жиры г	Углеводы г	
ПОНЕДЕЛЬНИК, 1 НЕДЕЛЯ						
ЗАВТРАК						
54-6к-2020	Каша пшенная молочная жидкая	200	8,3	11,7	37,5	288,0
53-193-2020	Масло сливочное(порциями)	5	0	4,1	0	37,4
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,5	26,8
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8	117,4
Пром	Фрукты или ягоды свежие	200	3	0,0	44,8	191,2
	Итого	665		87,3		660,8
ОБЕД						
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами	250	9,9	5,1	15,5	147,45

54-6м-2020	Ежики мясные	90	16,4	16,3	14,6	271,5
54-1г-2020	Макаронны отварные	150	5,3	5,5	32,7	202,0
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
Пром	Хлеб в ассортименте	50	3,0	1,0	20,9	107,2
	Итого за прием пищи	740	34,9	27,9	90,4	756,05
ВТОРНИК, 1 НЕДЕЛЯ						
ЗАВТРАК						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов	15	3,5	4,4	0	53,7
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8	117,4
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,6	27,9
Пром	Фрукты или ягоды свежие	200	0,9	0,2	8,1	38,76
	Итого	550	39,6	25,7	75,37	665,64
ОБЕД						
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	6,1	6,2	85,7
54-3з-2020	Рассольник Ленинградский	250	2,4	6,4	16,5	133,32
54-3м-2020	Гречка с курицей	200	16,9	15,9	12,7	261,2
Пром	Хлеб пшеничный	50	3,0	1,0	20,9	107,2
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,0	22,8	93,2
	Итого за Обед	760	24,5	29,4	78,8	680,62

СРЕДА, 1 НЕДЕЛЯ									
ЗАВТРАК									
53-193-2020	Масло сливочное	5	0	4,1	0			37,4	
54-16к-2020	Каша манная	200	5,0	6,9	23,9			178,0	
54-7гн-2020	Какао с молоком	200	4,7	4,3	12,4			107,2	
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8			117,4	
	Итого за Завтрак	465	13,7	16,0	60,1			440,0	
ОБЕД									
54-23-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5			8,5	
54-1с-2020	Шн из свежей капусты со смет	250	2,0	6,1	6,6			90,1	
54-8р-2020	Рыба жаренная	90	18,9	24,3	4,7			284,13	
54-7г-2020	Рис припущенный	150	3,4	5,4	34,9			202,1	
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	20,9			107,2	
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5			26,8	
	Итого за Обед	790	29,8	37,0	86,6			802,70	
ЧЕТВЕРГ, 1 НЕДЕЛЯ									
ЗАВТРАК									
54-9к-2020	Каша молочная «Геркулесовая»	200	8,6	12,8	34,2			285,8	
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8			117,4	
53-193-2020	Масло сливочное порциями	5	0	4,1	0,1			37,4	
54-13-2020	Сыр (порциями)	15	3,5	4,4	0			53,7	
54-12хн-	Кисель	200	0,2	0,0	13,0			52,9	

[illegible]

136	Макаронны отварные	180	34,2	5,5	69,5	464,8
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8	117,4
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,1	6,6	27,9
	Итого за Обед	790	59,92	26,0	127,5	988,5

ПОНЕДЕЛЬНИК, 2 НЕДЕЛЯ

ЗАВТРАК

4	Каша рисовая вязкая	200	5,8	7,5	64,5	235,6
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8	117,4
53-193-2020	Масло сливочное (порционно)	5	0	4,1	0	37,4
54-13-2020	Сыр порциями	15	3,5	4,4	0	53,7
54-9гн-2020	Какао	200	3,9	3,5	11,1	91,1
Пром	Фрукты или ягоды свежие	200	0,8	0,8	19,6	88,8
	Итого за Завтрак	680	18,0	21,0	119,0	624,0

ОБЕД

54-23-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-8с-2020	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3	133,1
54-2м-2020	Гуляш из мяса кур	80	13,6	13,6	3,1	189,0
54-3с-2020	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,2	6,9	35,9	238,9
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8	117,4
	Итого за Обед	750	33,2	25,9	87,0	713,7

ВТОРНИК, 2 НЕДЕЛЯ

ЗАВТРАК

54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
192	Куры отварные	90	20,0	20,0	1,3	321,8
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8	117,4
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
	Итого за Завтрак	5401	30,2	25,1	46,87	428,0

ОБЕД

54-8з-202	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,0	6,1	5,8	81,5
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой	200	1,9	5,0	10,3	94,2
54-8м-2020	Тефтели мясные	90	12,3	21,9	7,5	127,7
136	Макаронны отварные	180	34,2	5,5	69,5	464,87
54-6хн-2020	Компот из сухофруктов	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8	117,4
	Итого за Обед	790	54,7	39,3	142,5	992,07

СРЕДА, 2 НЕДЕЛЯ

ЗАВТРАК

54-1з-2020	Сыр твердых сортов	30	7	8,9	0	107,5
54-1к-2020	Каша жидкая молочная кукурузная	200	5,8	6,8	32,8	216,9
54-9хн-2020	Кисельфруктово-ягодный	200	0,4	0,1	14,4	60,0
Пром	Хлеб в ассортименте	60	2,3	0,2	14,8	117,4
Пром	Сок фруктовый	200	1	0	25,4	105,6
	Итого за Завтрак	690	11,0	9,3	63,9	607,4

ОБЕД									
54-1с-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3		12,8		
54-4м-2020	Борщ с капустой и сметаной	200	1,7	5	9,7		90,3		
54-6м-2020	Ежики мясные	90	16,4	16,3	14,6		271,2		
54-1г-2020	Макароны отварные	150	5,3	5,9	30,5		192,8		
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8		117,4		
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4		26,8		
	Итого за Обед	760	28,3	27,0	89,5		720,5		
ЧЕТВЕРГ, 2 НЕДЕЛЯ									
ЗАВТРАК									
54-6к-2020	Каша молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5		288,0		
54-1з-202	Сыр тв. сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0		53,7		
53-19з-2020	Масло сливочное порциями	5	0	4,1	0		37,4		
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8		117,4		
54-9гн-2020	Какао	200	3,9	3,5	11,1		91,1		
Пром	Фрукты или ягоды свежие	200	0,8	0,8	19,6		88,8		
	Итого за Завтрак	680	20,5	25,1	92,0		676,4		
ОБЕД									
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5		8,5		
54-8с-2020	Суп гороховый	200	6,7	4,6	16,3		133,1		
192	Куры отварные	90	20,0	20,0	1,3		321,8		

54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-5хн-2020	Компот из сухофруктов	200	1,8	0,1	23,5	102,2
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8	117,4
	Итого за Обед	740	34,3	29,8	85,8	749,6
ПЯТНИЦА, 2 НЕДЕЛЯ						
ЗАВТРАК						
Пром	Повидло яблочное	30	0,1	0	19,5	78,5
54-17к-2020	Суп молочный с вермишелью	200	5,6	5,8	15,8	138,7
Пром	Хлеб в ассортименте	30	2,3	0,2	14,8	58,7
54-2гн-202	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
Пром	Плюды или ягоды свежие	200	0,8	0,8	19,6	88,8
	Итого за Завтрак	460	9,0	6,8	56,6	391,5
ОБЕД						
Пром	Кукуруза сахарная	40	1,57	5,08	3,9	22,9
54-7с-2020	Суп с макаронными изделиями	200	2,5	2,1	18,1	102,0
54-11р-2020	Рыба жареная	90	9,30	5,5	4,7	132,42,0
54-5г-202	Каша перловая с/м	150	4,4	5,9	30,5	192,8
Пром	Хлеб в ассортименте	60	4,0	0,7	23,8	117,4
54-3гн-2020	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0,1	6,6	27,9
	Итого за Обед	720	21,73	19,8	87,3	566,0