## ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

для организации питания детей в дошкольном образовательном учреждение зима-весна 2022-2023 год.

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	выход .	БЛЮДА	Пищевы	е вещесп	16a	Энергет. ценност ь	№ РЕЦЕПТ.
ДЕНЬ 1	от 3х лет до 7 лет	БРУТТО	НЕТТО	Б (Г)	Ж	У (Г)	(ккал)	
	Каша геркулес		<u>150</u>	4.2	7.3	27	145.5	№302
8-30 до 9-00час	крупа	30	30					
Объем блюд:	молоко	132	132					
400г	caxap	5	5			,		
100г	масло сливочное	4	4					
	<u>соль йодированная</u>	<u>0.6</u>	<u>0.6</u>		2.5			14.604
	Кофейный напиток		200	<u>2.5</u>	<u>3.6</u>	<u>28.7</u>	152	<u>№692</u>
	кофейный напиток	2.4	2.4					
	caxap	12	12					3
	вода	172	172					
	<u>молоко цельное</u>	<u>50</u>	<u>50</u>					3.6.1
	<u>Хлеб пшеничный с маслом</u>	2.5	$\frac{35}{25}$	1.70	0.17	11 14	(0)	<u>№1</u>
	Хлеб пшеничный	25	25	1.79	0.17	11.14	60	
	масло сливочное У- об постава	<u>10</u>	<u>10</u>	$\left  \begin{array}{c} \underline{0} \\ 0.95 \end{array} \right $	8.3	<u>0</u>	72	Mo I
2 4 D T D 4 IC 2	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>15</u>	<u>15</u> 100	0.85	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
3ABTPAK 2	COK	<u>100</u>	27.87	10.24	10.52	<u>10</u>	501.69	<u>промыш.</u>
<u> 10-30час</u>	<u>ИТОГО завтрак1+ завтрак2</u>	брутто	<u>27.87</u> нетто	<u>10.34</u>	<u>19.53</u>	<u>82.44</u>	301.09	
	морковь отварная или (пюре	орушно						
ОБЕД 35%	из моркови, свеклы)		50	0.7	0.83	3.8	36	<i>№523/528</i>
Объем блюд:	морковь	70	49					
695z	масло сливочно <u>е</u>	1	1					
0756	Суп овощной с фасолью	<u></u>	200	3.12	3.68	11.68	92.8	<i>№144</i>
	капуста белокочанная	35	28	3.12	<u> </u>	11.00	72.0	<u> </u>
	картофель	47	35					
	морковь	5	4					
	лук репчатый	10	8					
	фасоль	5	5					
	масло растительное	3	3					
	соль йодированная	0.9	0.9					3
	бульон		152					
	<u>мясо</u>		<u>20</u>					0
	Гуляш		<u>80</u>	<u>11</u>	<u>11</u>	<u>4</u>	105.6	<u>№437</u>
	мясо говядина или свинина		70					
	Масло растительное	3	3					
	Лук репчатый	10	8					
	морковь	10	8					
	томатное пюре	4	4					
	мука пшеничная	3	3					
	соль йодированная	0.1	0.1					
	<u>лавровый лист</u>	<u>0.001</u>	<u>0.001</u>					
	<u>Макароны отварные</u>		<u>120</u>	4.08	<u>3.6</u>	<u>27.36</u>	195.6	<u>№332</u>
	макароны	45	45					3
	Соль йодированная	0.5	0.5					
	<u>Масло сливочное</u>	<u>4</u>	4					34 = 6 :
	Напиток из кураги	_	<u>200</u>	<u>1.2</u>	<u>0</u>	<u>26</u>	102	<u>№704</u>
	курага	15	28					
	Вода	200	200					
	Caxap	<u>10</u>	<u>10</u>	2.1				
	<u>Хлеб пшеничный</u>	30	<u>30</u>	2.14	0.2	<u>13.3</u>		<u>№1</u>
	Хлеб ржаной	15	15	0.85	0.16	5.6	27.19	<i>№1</i>
	итого обед факт%	10	35.07	23.09	19.47	91.74		

	Картофель запеченый в сметанном соусе или (Голубцы овощные)		150/60	7.53	7	28.14	268.8	№259/283
Объем блюд:	картофель	207	154					
485г	соль йодированная	0.8	0.8					
	масло растительное	3	3					
	масса готового картофеля		<u>150</u>					
	<u>соус сметанный</u>		<u>60</u>					<u>№600</u>
	сметана	60	60					
	масло сливочное	2	2				0	9
	мука пшеничная	2	2					
	соль йодированная	0.1	0.1					
	<u>сыр твердый</u>	<u>5.4</u>	<u>5</u>					
	<u>Напиток яблочный</u>		<u>200</u>	<u>0.1</u>	<u>0</u>	<u>20.4</u>	102	<u>№701</u>
	яблоки свежие	28	24					
	Caxap	12	12					
	Вода	208	208					
	Сдоба или (кондитерские	75	75	5	8	20	104	wno.u.u.u
	<u>изделия)</u>	/3	/3	)	0	20	104	промыш.
	Хлеб пшеничный	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>1.07</u>	<u>0.1</u>	<u>6.65</u>	<u>36</u>	<u>№1</u>
	Хлеб ржаной	15 15	15 15	0.85	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	<u>27.19</u>	<u>№1</u>
	ИТОГО факт%		29.89	14.55	15.26	80.79	537.99	
	Всего за первый день факт:%		92.83	47.98	54.26	254.97	1670.87	

Объем блюд: Молоко  400г Сахар  100г Масло сл  Рис  Соль йод  Какао с л  Какао по  молоко вода или Сахар  хлеб пине джем Масло сл  Хлеб рже Яблоко ИТОГО  Объем блюд: капуста  705г массо морковь соль йоди сахар  лимонная масло ран Солянка картофе	Эированная молоком рошок молоко молоко молоко молоко молоко молоко меничный с маслом моничный ми джемом моничный мивочное саной О завтрак 1+ завтрак 2 молоко моло	43	150 158 2 1.2 9 0.5 200 1.2 100 110 40 25 10 5 100 25,00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	3.72 4.9 1.79 1 0 0.85 0.4 12.66 0.7	<u>5</u> <u>0.2</u> <u>0</u> <u>4</u> <u>0.16</u> <u>0</u> <b>14.16</b>	32.5 32.5 11.14 3.75 0 5.6 9.8 76.71 17.5	112.8 190 60 24,8 27.19 60 <b>449.99</b> 44	<u>№161</u> <u>№693</u> <u>№2</u> <u>№1</u>
400г Сахар 100г Масло сл Рис Соль йод Какао с з Какао по молоко вода или Сахар хлеб пине джем Масло сл Хлеб рже Яблоко ИТОГО Салат (з белокоча Объем блюд: масло ран сахар лимонная масло ран Солянка картофе	опрованная молоком молоко молоко молоко молоко меничный с маслом ым и джемом еничный мивочное саной О завтрак1+ завтрак2 (закуска) из анной капусты свежая са прогретой капусты мированная	2 1.2 9 0.5 1.2 100 110 10 40 25 10 5 10 5 10 10 10 10 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 26 27 27 28 28 28 28 28 28 28 28 28 28 28 28 28	2 1.2 9 0.5 200 1.2 100 110 10 40 25 10 25.00 25.00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1.79 1 0 0.85 0.4 12.66 0.7	0.2 0 4 0.16 0 14.16	11.14 3.75 <u>0</u> 5.6 9.8 76.71 17.5	60 24,8 27.19 60 449.99	№2 <u>№1</u>
100г Масло сл. Рис Соль йод Какао с л. Какао по молоко вода или Сахар хлеб пине сливочны Хлеб пине джем Масло сл. Хлеб рже Яблоко ИТОГО Салат (з белокоча капуста 705г масс морковь соль йоди сахар лимонная масло рас Солянка картофе	опрованная молоком молоко молоко молоко молоко меничный с маслом ым и джемом еничный мивочное саной О завтрак1+ завтрак2 (закуска) из анной капусты свежая са прогретой капусты мированная	1.2 9 0.5 1.2 100 110 10 40 25 10 5 100 5 100 110 10 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 26 40 43	1.2 9 0.5 200 1.2 100 110 10 40 25 10 25.00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1.79 1 0 0.85 0.4 12.66 0.7	0.2 0 4 0.16 0 14.16	11.14 3.75 <u>0</u> 5.6 9.8 76.71 17.5	60 24,8 27.19 60 449.99	№2 <u>№1</u>
Рис Соль йод Какао с л Какао по молоко вода или Сахар хлеб пине сливочны Хлеб пине джем Масло сл Хлеб рже яблоко ИТОГО Салат (з белокоча капуста 705г массо морковь соль йоди сахар лимонная масло рас Солянка картофе	опрованная молоком молоко молоко молоко молоко меничный с маслом ым и джемом еничный мивочное саной О завтрак1+ завтрак2 (закуска) из анной капусты свежая са прогретой капусты мированная	9 0.5 1.2 100 110 40 25 10 5 15 100 5 100 5 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 100 25 25 26 27 27 27 27 27 27 27 27 27 27	9 0.5 200 1.2 100 110 40 25 10 5 100 25.00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1.79 1 0 0.85 0.4 12.66 0.7	0.2 0 4 0.16 0 14.16	11.14 3.75 <u>0</u> 5.6 9.8 76.71 17.5	60 24,8 27.19 60 449.99	№2 <u>№1</u>
Соль йод Какао с л Какао по молоко вода или Сахар хлеб пине сливочны Хлеб пине джем Масло сл Хлеб рже яблоко ИТОГО Салат (з белокоча капуста лимонная масло ран Солянка картофе	молоком орошок орошок орошок орошок орошок орошок орошок орошок орошок орошо	0.5  1.2  100  110  10  40  25  10  5  15  100  5  10  0.01  1 0.01  2 6 40 43	200 1.2 100 110 10 40 25 100 25 100 25.00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1.79 1 0 0.85 0.4 12.66 0.7	0.2 0 4 0.16 0 14.16	11.14 3.75 <u>0</u> 5.6 9.8 76.71 17.5	60 24,8 27.19 60 449.99	№2 <u>№1</u>
Какао с л Какао по молоко вода или Сахар хлеб пие сливочны Хлеб пие джем Масло с п Хлеб рже Яблоко ИТОГО Салат (з белокоча капуста морковь соль йоді сахар лимонная масло рас Солянка картофе	молоком орошок орошок орошок орошок орошок орошок орошок орошок орошок орошо	1.2 100 110 10 40 25 10 5 10 5 10 6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	200 1.2 100 110 10 40 25 10 25 10 25.00 50 45 50 11 0.01 1 0.01 2 200 30	1.79 1 0 0.85 0.4 12.66 0.7	0.2 0 4 0.16 0 14.16	11.14 3.75 <u>0</u> 5.6 9.8 76.71 17.5	60 24,8 27.19 60 449.99	№2 <u>№1</u>
Какао по молоко вода или Сахар хлеб пине сливочны хлеб пине джем Масло сл хлеб рже яблоко ИТОГО ОБЕД 35% Салат (з белокоча голь йоди сахар лимонная масло рас Солянка картофе.	орошок  и молоко  пеничный с маслом  ым и джемом  еничный  пивочное  саной  О завтрак1+ завтрак2  (закуска) из  анной капусты  свежая  са прогретой капусты  пированная  я кислота  пстительное  1 домашняя  ель с 01.09.no 31.10 259  с 31.10.no 31.12 30	100 110 10 40 25 10 5 15 100 5 100 5 100 100	1.2 100 110 10 40 25 10 5 10 25.00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1.79 1 0 0.85 0.4 12.66 0.7	0.2 0 4 0.16 0 14.16	11.14 3.75 <u>0</u> 5.6 9.8 76.71 17.5	60 24,8 27.19 60 449.99	№2 <u>№1</u>
молоко вода или Сахар хлеб пине сливочны Хлеб пине джем Масло сл Хлеб рже яблоко ИТОГО ОБЕД 35% Объем блюд: маско морковь соль йоде сахар лимонная масло рас Солянка картофея	и молоко  пеничный с маслом  ым и джемом  еничный  пивочное  саной  О завтрак1+ завтрак2  (закуска) из  анной капусты  свежая  са прогретой капусты  пированная  я кислота  пстительное  1 домашняя  ель с 01.09.no 31.10 259  с 31.10.no 31.12 30	100 110 10 40 25 10 5 15 100 5 100 5 100 100	100 110 10 40 25 10 5 10 25.00 25.00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1 <u>0</u> <u>0.85</u> <u>0.4</u> <b>12.66</b> 0.7	0 4 0.16 0 14.16	3.75 <u>0</u> <u>5.6</u> <u>9.8</u> <b>76.71</b> 17.5	24,8 27.19 60 <b>449.99</b>	<u>№1</u>
вода или Сахар хлеб пше сливочны Хлеб пше джем Масло сл Хлеб рже яблоко ИТОГО ОБЕД 35% Объем блюд: маско морковь соль йоде сахар лимонная масло рас Солянка картофе.	пеничный с маслом  ым и джемом  еничный  пивочное  саной  О завтрак1+ завтрак2  (закуска) из  анной капусты  свежая  са прогретой капусты  пированная  я кислота  пстительное  1 домашняя  ель с 01.09.no 31.10 259  с 31.10.no 31.12 30	110 10 40 25 10 5 15 100 5 100 5 100 100	110 10 40 25 10 5 15 100 25.00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1 <u>0</u> <u>0.85</u> <u>0.4</u> <b>12.66</b> 0.7	0 4 0.16 0 14.16	3.75 <u>0</u> <u>5.6</u> <u>9.8</u> <b>76.71</b> 17.5	24,8 27.19 60 <b>449.99</b>	<u>№1</u>
Сахар  хлеб пше сливочны  Хлеб пше джем  Масло сл Хлеб рже яблоко ИТОГО  ОБЕД 35%  Объем блюд: торы масло рай сахар лимонная масло рай Солянка картофея  огурцы се лук репча морковь	пеничный с маслом  ым и джемом  еничный  пивочное  саной  О завтрак1+ завтрак2  (закуска) из  анной капусты  свежая  са прогретой капусты  пированная  я кислота  пстительное  1 домашняя  ель с 01.09.no 31.10 259  с 31.10.no 31.12 30	10 40 25 10 5 15 100 55 100 55 100 50 100 10	10 40 25 10 5 10 25 100 25.00 25.00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1 <u>0</u> <u>0.85</u> <u>0.4</u> <b>12.66</b> 0.7	0 4 0.16 0 14.16	3.75 <u>0</u> <u>5.6</u> <u>9.8</u> <b>76.71</b> 17.5	24,8 27.19 60 <b>449.99</b>	<u>№1</u>
хлеб пише	ым и джемом еничный пивочное саной О завтрак1+ завтрак2 (закуска) из анной капусты свежая са прогретой капусты пированная я кислота пстительное и домашняя ель с 01.09.no 31.10 259 с 31.10.no 31.12 30	25 10 5 15 100 5 100 55 0.1 1 0.01 2 6 40 43	25 10 5 15 100 25.00 25.00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1 <u>0</u> <u>0.85</u> <u>0.4</u> <b>12.66</b> 0.7	0 4 0.16 0 14.16	3.75 <u>0</u> <u>5.6</u> <u>9.8</u> <b>76.71</b> 17.5	24,8 27.19 60 <b>449.99</b>	<u>№1</u>
Сливочны  Хлеб пше  джем  Масло сл  Хлеб ржс  Яблоко  ИТОГО  ОБЕД 35%  Объем блюд:  маско морковь соль йод сахар лимонная масло ра Солянка картофе	ым и джемом еничный пивочное саной О завтрак1+ завтрак2 (закуска) из анной капусты свежая са прогретой капусты пированная я кислота пстительное и домашняя ель с 01.09.no 31.10 259 с 31.10.no 31.12 30	25 10 5 15 100 5 100 55 6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	25 10 5 15 100 25.00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1 <u>0</u> <u>0.85</u> <u>0.4</u> <b>12.66</b> 0.7	0 4 0.16 0 14.16	3.75 <u>0</u> <u>5.6</u> <u>9.8</u> <b>76.71</b> 17.5	24,8 27.19 60 <b>449.99</b>	<u>№1</u>
Алеб пише джем Масло сл. Хлеб рже мблоко ИТОГО Салат (з белокоча тобы йоды сахар лимонная масло рам Солянка картофе.	еничный  ливочное  саной  О завтрак1+ завтрак2  Закуска) из  анной капусты  свежая  са прогретой капусты  лированная  я кислота  летительное  1 домашняя  ель с 01.09.no 31.10 25%  с 31.10.no 31.12 30	25 10 5 15 100 5 100 55 6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	25 10 5 15 100 25.00 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1 <u>0</u> <u>0.85</u> <u>0.4</u> <b>12.66</b> 0.7	0 4 0.16 0 14.16	3.75 <u>0</u> <u>5.6</u> <u>9.8</u> <b>76.71</b> 17.5	24,8 27.19 60 <b>449.99</b>	<u>№1</u>
ЗАВТРАК 2  ОБЕД 35%  Объем блюд: масло сл. Хлеб рж. яблоко ИТОГО Салат (з белокоча капуста морковь соль йоди сахар лимонная масло рас Солянка картофе.	ливочное саной  О завтрак1+ завтрак2 Закуска) из анной капусты свежая са прогретой капусты лированная  я кислота пстительное 1 домашняя ель с 01.09.no 31.10 25% с 31.10.no 31.12 30	55 100 55 100 55 100 55 6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	10 5 100 25.00 50 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	1 <u>0</u> <u>0.85</u> <u>0.4</u> <b>12.66</b> 0.7	0 4 0.16 0 14.16	3.75 <u>0</u> <u>5.6</u> <u>9.8</u> <b>76.71</b> 17.5	24,8 27.19 60 <b>449.99</b>	
ЗАВТРАК 2  ОБЕД 35%  Объем блюд:  масло сл. Хлеб рже яблоко ИТОГО Салат (з белокоча капуста морковь соль йоде сахар лимонная масло рас Солянка картофе.	Саной  О завтрак1+ завтрак2  Закуска) из  анной капусты  свежая  са прогретой капусты  пированная  Я кислота  пстительное  1 домашняя  ель с 01.09.no 31.10 25%  с 31.10.no 31.12 30	5 15 100 55 6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	5 100 25.00 50 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	0.85 0.4 12.66 0.7	14.16	<u>0</u> <u>5.6</u> <u>9.8</u> <b>76.71</b> 17.5	27.19 60 <b>449.99</b>	
ЗАВТРАК 2  В молько иТОГО  ОБЕД 35%  Объем блюд: капуста морковь соль йоди сахар лимонная картофе.  Осурцы сы лук репча морковь	Саной  О завтрак1+ завтрак2  Закуска) из  анной капусты  свежая  са прогретой капусты  пированная  Я кислота  пстительное  1 домашняя  ель с 01.09.no 31.10 25%  с 31.10.no 31.12 30	55 6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	15 100 25.00 50 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	0.85 0.4 12.66 0.7	0.16 0 14.16	76.71 17.5	60 <b>449.99</b>	
ЗАВТРАК 2  ОБЕД 35%  Объем блюд:  того  портовной верона в в в в в в в в в в в в в в в в в в в	О завтрак 1+ завтрак 2 (закуска) из анной капусты свежая са прогретой капусты пированная  я кислота пстительное 1 домашняя ель с 01.09.no 31.10 25% с 31.10.no 31.12 30	55 6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	25.00 50 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	<u>0.4</u> <b>12.66</b> 0.7	14.16 1	9 <u>.8</u> 76.71  17.5	60 <b>449.99</b>	
ОБЕД 35% Салат (з белокоча капуста тобы йоды сахар лимонная картофе огурцы са лук репча морковь	Закуска) из анной капусты свежая са прогретой капусты пированная я кислота пстительное 1 домашняя ель с 01.09.no 31.10 259 с 31.10.no 31.12 30	55 6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	25.00 50 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	0.7	14.16	76.71 17.5	449.99	<i>№43</i>
ОБЕД 35% Салат (з белокоча капуста морковь соль йоди сахар лимонная картофе.	Закуска) из анной капусты свежая са прогретой капусты пированная я кислота пстительное 1 домашняя ель с 01.09.no 31.10 259 с 31.10.no 31.12 30	6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	50 50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	0.7	1	17.5		№43
Объем блюд: капуста 705г масс морковь соль йоди сахар лимонная масло рас Солянка картофе	анной капусты свежая са прогретой капусты пированная я кислота пстительное 1 домашняя ель с 01.09.no 31.10 259 с 31.10.no 31.12 30	6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30				44	№43
Объем блюд: капуста 705г масс морковь соль йодо сахар лимонная масло раз Солянка картофе.	свежая са прогретой капусты прованная я кислота пстительное 1 домашняя ель с 01.09.no 31.10 25% с 31.10.no 31.12 30	6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	50 45 5 0.1 1 0.01 2 200 30				77	7/273
705г масс морковь соль йоди сахар лимонная масло рас Солянка картофе. огурцы со лук репча морковь	са прогретой капусты прованная  я кислота пстительное 1 домашняя ель с 01.09.no 31.10 25% с 31.10.no 31.12 30	6.5 0.1 1 0.01 2 6 40 43	45 5 0.1 1 0.01 2 200 30	8.6				
морковь соль йоді сахар лимонная масло рас Солянка картофе огурцы со лук репча морковь	пированная  я кислота  пстительное  1 домашняя  ель с 01.09.no 31.10 259  с 31.10.no 31.12 30	0.1 1 0.01 2 6 40 43	5 0.1 1 0.01 2 200 30	8.6				
соль йоди сахар лимонная масло рас Солянка картофе. огурцы со лук репча морковь	ированная  я кислота пстительное п домашняя ель с 01.09.no 31.10 259 с 31.10.no 31.12 30	0.1 1 0.01 2 6 40 43	0.1 1 0.01 2 200 30	8.6				
сахар лимонная масло рас Солянка картофе. огурцы со лук репча морковь	я кислота пстительное п домашняя ель с 01.09.no 31.10 259 с 31.10.no 31.12 30	0.01 2 6 40 43	1 0.01 2 200 30	8.6				
лимонная масло раз Солянка картофе.  огурцы солук репча морковь	астительное а домашняя ель с 01.09.no 31.10 259 с 31.10.no 31.12 30	0.01 2 6 40 43	200 30	8.6				
масло раз Солянка картофе. огурцы со лук репча морковь	астительное а домашняя ель с 01.09.no 31.10 259 с 31.10.no 31.12 30	6 40 43	200 30	8.6				
Солянка картофе. огурцы со лук репча морковь	<mark>1 домашняя</mark> ель с 01.09.no 31.10 25% с 31.10.no 31.12 30	6 40 43	<b>200</b> 30	8.6				
картофе. огурцы со лук репча морковь	ель с 01.09.no 31.10 259 с 31.10.no 31.12 30	43	30	8.6				
огурцы со лук репча морковь	c 31.10.no 31.12 30	43		2.0	<u>9</u>	<u>13.7</u>	142.4	<u>№157</u>
лук репча морковь								
лук репча морковь	- 21 12 20 02 25		30					
лук репча морковь	C 31.12.NO 28.02 33	46	30					
лук репча морковь	c 29.02.no01.09 40	50	30					
морковь		20	12					
морковь	атый	16.8	14					
		6	5				2	
<b>Т</b>	ое пюре	3	3					
	астительное	3	3					
бульон			152					
	ированная		0.8					
мясо курт	•	20	20					
сметана		<u>10</u>					3	
	<u>.</u> и рыбные		<u>10</u> <u>80</u>	9.92	<u>6.9</u>	<u>10.24</u>	147.2	<u>№394</u>
	и расные иле(треска)		53	<u> </u>	0.2	10.21	1 17.2	<u> </u>
вода вода	mo (mpoonu)	13	13					
рис (или з	хлеб)	6.4	6.4					
puc (with s	масса готового риса	0.4	17					
лук репча		12	9					
	итыи истительное	2	2					
		2	5				9	
мука пие	са пассерованного лука	5	5					
муки пше	масса п/фабриката	3	94					
масло ра	астительное	3	3				0	
	ель в молоке ( или	3	3					
	cho o monore ( unu		130	2.75	4.3	16.37	120	<i>№205</i>
пюре)		125	0.4					
картофе.	ель	125	94					
молоко		38	38					
масло сли		3	3					
	<u>ированная</u>	<u>0.5</u>	<u>0.5</u>			25.1		30.000
	и из сухофруктов		<u>200</u>	<u>0.1</u>	<u>0</u>	<u>26.4</u>	124	<u>№639</u>
сухофрук	кты	20	50					
caxap		12	12					
<u>80∂a</u>		<u>200</u>	<u>200</u>					
	<u>іеничный</u>	<u>30</u>	<u>30</u>	<u>2.14</u>	<u>0.2</u>	<u>13.3</u>	72	<u>№1</u>
<u>Х</u> леб рж	саной	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
ИТОГО (			<i>37.</i> <del>60</del>	25.06	21.56	103.11	676.79	

30%	Омлет натуральный		150	15	10	2.85	199	№340
Объем блюд:	Яйцо	2,9um	111					
450г	Молоко	40.5	40.5					
	СОЛЬ	0.8	0.8				ĺ	
	Масло растительное	3	3					
	масса готового омлета		142.5					
	<u>масло сливочное</u>	<u>8</u>	<u>8</u>					
	Ватрушка с повидлом или (сдо ТЕСТО	<u>ба)</u>	$\frac{70}{82}$	<u>3.2</u>	<u>8</u>	<u>29</u>	151.2	<u>№741</u> №736
	мука пшеничная	65	65					
	caxap	5	5					
	маргарин сливочный	5	52					
	соль йодированная	0.5	0.5					
	дрожжи прессованные	1.1	1.1					
	вода/молоко	21	21					
	масло растительное на смазку	1.5	1.5					
	<u>яйцо на смазку</u>	<u>1/4шт</u>	<u>9</u>					
	<u>фарш</u>							<u>№764</u>
	<u>повидло</u>	<u>30</u>	<u>30</u>	$\frac{\varrho}{\varrho}$	<u>0</u>	9 25	74.4	
	Напиток из шиповника		200	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>25</u>	89	<u>№705</u>
	шиповник	20	20					
	caxap	12	12					
	<u>Вода</u>	<u>200</u>	<u>200</u>					
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>15</u> <u>15</u>	15 15 32.04	<u>1.07</u>	<u>0.1</u>	<u>6.65</u> <u>5.6</u>	36	<u>No 1</u>
	Хлеб ржаной	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
	<u>ИТОГО факт%</u> Всего за второй день факт:%		32.04 94.64	<u>20.12</u> 57.84	18.26 53.98	<u>78.1</u> 257.92	576.79 1703.57	

<u>ДЕНЬ </u> 3		брутто	нетто	<u></u> <u></u>	<u>Ж</u>	$\underline{y}$	(ККАЛ)	<u> No</u>
	Каша 5 злаков (пшено,							
<i>3ABTPAK 1,2</i>	ячмень, кукурузная, овсянка,							
25%	геркулес)или (Каша		150	4	6	24	178.5	№302
	"Дружба")							
Объем блюд:	Молоко	132	132					
405г	Сахар	5	5					
100z	Масло сливочное	5	5				8	5
1002	крупа	30	30					
	Соль йодированная	0.5	0.5					
	Чай с сахаром, молоком		200	1.6	1.6	17.3	87	№685
	Чай высшего или первого сорта	0.6	0.6					_
	Caxap	12	12					
	молоко	50	50					
	<u>Bo∂a</u>	<u>150</u>	<u>150</u>					
	Хлеб пшеничный с сыром	<u>25/16</u>	<u>25/15</u>					<u>№3</u>
	Хлеб пшеничный	25	25	1.79	0.17	11.14	60	
	<u>сыр</u>	<u>16</u> <u>15</u>	<u>15</u>	<u>3.8</u>	<u>5.8</u>	<u>4.8</u>	46.5	
	Хлеб ржаной	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
<u> 3ABTPAK 2</u>	<u>йогурт</u>	<u>100</u>	<u>100</u>	2.8	<u>3.5</u>	<u>11</u>	61.5	
	<u>ИТОГО завтрак1+ завтрак2</u>		<u>25.59</u>	<u>14.84</u>	<u>17.23</u>	<u>73.84</u>	<u>460.69</u>	
<u>ОБЕД 35%</u>	икра свекольная		<u>50</u>	<u>1.2</u>	<u>2</u>	<u>6.5</u>	66	<u>№78</u>
Объем блюд:	Свекла	67	55					
725z	чеснок	1.1	1					
	соль	0.1	0.1					
	масло растительное	2	2					
	Щи из св. капусты с		200	1.6	3.44	8	70.4	<i>№124</i>
	картофелем	50						
	капуста белокочанная	50	40					
	картофель	32	24					
	морковь	10 10	8					
	лук репчатый	3	3					
	масло растительное бульон	160	160					
	соль йодированная	100	100			8	6	5
	мясо	1	20					
	приправа, зелень	2	1					
	Печень, тушенная в		1					
	сметанном соусе или		80/30	11.28	9.92	3.76	151.2	<i>№439/468</i>
	печень говяжья	138	95					
	масло растительное	3	3					
	мука пшеничная	5	5					
	соль йодированная	0.8	0.8					
	масса готовой печени		<u>80</u>					
	<u>coyc</u>							<u>№600</u>
	сметана	30	30					
	масло сливочное	1.5	1.5					
	мука пшеничная	1.5						
	<u>соль йодированная</u>	<u>0.01</u>	<u>0.01</u>			_		
	Каша рисовая	_	<u>120</u>	<u>2.88</u>	<u>4.8</u>	<u>29.4</u>	175.2	<u>№297</u>
	крупа	53	53					
	масло сливочное	6	6					
	вода	123	123					
	соль йодированная	0.5	0.5					p
	Напиток лимонный		200	0.1	0	24	93	№699
	(апельсиновый)	2 :						
	лимон	24	23					
	caxap D-2-	12	12					
	Boda V- 25	20	<u>190</u>	214	0.2	12.2	70	3.7.7
	Хлеб пшеничный	<u>30</u>	30	2.14	0.2	<u>13.3</u>		<u>№ 1</u>
	Хлеб ржаной ИТОГО фант <sup>9</sup> /	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>		<u>№1</u>
	ИТОГО факт%		36.39	20.05	20.52	90.56	654.99	p.

УПЛОТНЕНН ЫЙ ПОЛДНИК 30%	Ленивые вареники с молочным соусом		200	22	22	40.2	428	№354,355
Объем блюд:	творог	159	156					÷
460г	мука пшеничная	22	22				2	3
	caxap	11	11					
	яйца	1/3 <i>um</i>	11					
	СОЛЬ	0.5	0.5					
	<u>Масло сливочное</u>	<u>10</u>	$\frac{\underline{10}}{\underline{30}}$					
	соус молочный (абрикосовый)		<u>30</u>					<u>№596,619</u>
	молоко	30	30					
	мука пшеничная	4	4					
	ванилин	0.001	0.001					
	caxap	5	5					
	<u>масло сливочное</u>	<u>2</u> 15	<u>2</u>					
	<u>Хлеб пшеничный</u>		<u>15</u>	<u>1.07</u>	<u>0.1</u>	<u>6.65</u>	36	<u>№1</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>15</u>	<u>15</u> 200	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
	<u>Чай с сахаром</u>		<u>200</u>	<u>0</u>	<u>0</u>	<u>18</u>	68	<u>№685</u>
	Чай высшего или первого сорта	0.6	0.6					
	caxap	12	12					
	вода	200	200					
	итого уплатненный полдник%		31.07	23.92	22.26	70.45	559.19	
	Всего за третий день факт:%		93.05	58.81	60.01	234.85	1674.87	

ДЕНЬ <mark>4</mark>		брутто	нетто	Б	Ж	У	(ККАЛ)	Л
<i>3ABTPAK 1,2</i>	Каша кукурузная		<u>150</u>	4.2	<u>8.3</u>	21.7	132	<u>№30</u> .
Объем блюд:	Крупа	25	25					
450г	Молоко	123	123				Ì	
100г	Caxap	5	5					9
	Масло сливочное	5	5					
	Соль йодированная	<u>0.7</u>	<u>0.7</u>					
	Кофейный напиток		<u>200</u>	<u>2.5</u>	<u>3.6</u>	<u>28.7</u>	149	<u>№69</u> .
	кофейный напиток	2.4	2.4					
	caxap	12	12					
	вода	172	172					
	молоко цельное	<u>50</u>	<u>50</u>					
	Хлеб с маслом		35 25					$N_{\underline{o}}$
	$\overline{X}$ леб пшеничный	25	<del>25</del>	1.79	0.17	11.14	60	
	масло сливочное	<u>10</u>	<u>10</u>	<u>0</u>	<u>8.3</u>	<u>0.06</u>	77	
	Хлеб ржаной	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>No</u>
<u> 3ABTPAK 2</u>	банан	<u>100</u>	$1\overline{00}$	<u>1.5</u>	<u>0.5</u>	<u>21</u>	40	
	ИТОГО завтрак1+ завтрак2		26.96	10.84	21.03	88.2	485.19	
	зеленый горошек или							
ОБЕД 35%	(кукуруза консервированная)	63	50	0.5	0	2	28	промыи
Объем блюд:	Суп -лапша домашняя		<u>200</u>	2	<u>6</u>	<u>11.1</u>	96	<u>№14</u>
715 <i>г</i>	лапша		16				60 67 77 62 27.19 40 485.19 2 2 3 6 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	
	мука пшеничная	15	15			2		3
	яйцо	4	4					
	вода	3	3					
	СОЛЬ	0.2	0.2					
	Картофель	40	28					
	морковь	10	8					
	Лук репчатый	10	8					
	Масло растительное	3	3					
	Бульон		152					
	Соль йодированная	1	1					
	Петрушка или укроп	2	1					
	мясо		20	3.84	1.48	0	36	9
	Рыба, тушенная в томате с							
	овощами или (котлеты		70/30	10.6	5.1	5.6	112	№37
	рыбные 80г)							,
	рыба- филе	80	70					
	рыоа- филе вода	19	19					
		23	18					
	морковь		18					
	лук репчатый	16	5			8		0 0
	томатное пюре	5 5	5					
	масло растительное							
	лавровый лист	0.01	0.01			5		3
	соль йодированная	0.5	0.5					
	масса туш.рыбы		70 100					
	масса готовой рыбы с овощами		100					
	Картофель отварной		120	3	4.9	19.44	133.2	<i>№203/28</i>
	(пюре)или (каша перловая)		120		7.7	17.77	133.4	V1_20J/20
	картофель	196	140					
	масло сливочное	5	5					
	соль йодированная	0.4	<u>0.4</u>					
	Компот из сухофруктов		200	<u>0.1</u>	<u>o</u>	<u> 26.4</u>	124	<u>№63</u>
	сухофрукты	20	<u>50</u>		_	<u></u>		0 -
	сахар	12	12					
	вода	200	200					3
	Хлеб пшеничный			2 14	<u>0.2</u>	<u>13.3</u>	72	<u>N</u>
	<u>Хлеб ржаной</u> Хлеб ржаной	$\frac{30}{15}$	30 15	<u>2.14</u> <u>0.85</u>	0.16	5.6		$\mathcal{N}_{\underline{\mathcal{N}}}$
	ИТОГО факт%	13	34.91	23.03	17.84	83.44	628.39	<u>, 7 Y 2</u>

УПЛОТНЕНН ЫЙ ПОЛДНИК 30%	Вареники с картофелем(п/фабрикат) или (Уха с перловой крупой)		200	9.3	13.2	50.5	325.8	№725
<u>Объем блюд:</u>	<u>mecmo</u>		<u>83</u>				2	<u>№724</u>
530z	мука пшеничная	57	57					
	яйца 1/12шт	1/12 <i>um</i>	4.4					9
	вода	22	22				2 63	8
	<u>соль йодированная</u>	<u>0.7</u>	<u>0.7</u>					
	фарш		<u>104</u>					<u>№757</u>
	картофель	125	89					
	Лук репчатый	32	13					
	масло растительное	3	3					
	соль йодированная	0.8	0.8					
	масса сырых вареников		186					
	Масло сливочное	10	10					
	Молоко кипяченое или (Снежок)	210	200	6	3.5	9.9	120	
	фрукт	<u>100</u>	<u>100</u>	<u>0.4</u>	<u>0</u>	<u>9.8</u>	47	<u>№1</u>
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>15</u> <u>15</u>	<u>15</u>	<u>1.07</u>	<u>0.1</u>	<u>6.65</u>	36	<u>№1</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
	ИТОГО факт%		30.89	17.62	16.96	82.45	555.99	
	Всего за четвертый день		92.75	51.49	55.83	254.09	1669.57	

ДЕНЬ <b>5</b>			от 3х лет до 7 лет	Б	Ж	У	(ККАЛ)	№ РЕЦЕПТУ
3ABTPAK 1,2	Суп молочный вермишелевый		200	5.6	6.32	19.76	112.8	№160
Объем блюд:	вермишель	16	16					
400г	молоко	100	100					
100г	caxap	2	2					
	вода или молоко	84	84					
	Соль йодированная	0.8	0.8					
	Масло сливочное	2	2					
	Какао с молоком		200	4.9	5	32.5	190	№693
	Какао порошок	1.2	1.2		_			
	молоко	100	100		>			
	вода или молоко	110	110					
	caxap	10	<u>10</u>					
	Хлеб со сгущенным молоком		35					<u>№1</u>
	Хлеб пшеничный	25	25	1.79	0.17	11.14	60	77=1
	сгущенное молоко	<u>10</u>	10	1	5.3	1	40	3 (S
	Хлеб ржаной	15 15	$\frac{10}{15}$	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	№1
<i>3ABTPAK 2</i>	Сок мультивитаминный	<u>100</u>	100	<u>0.4</u>	<u>0</u>	12	45	7121
<u> </u>	ИТОГО завтрак1+ завтрак2	100	26.39	14.54	16.95	82	474.99	
	Помидор соленый или		20.37	17.57	10.73	02	4/4.//	
ОБЕД 35%	(Закуска из белокочанной капусты)		1/50	0.7	1	4.4	44	№43
Объем блюд:	капуста свежая	55	50					
695г	масса прогретой капусты		45					
	морковь	6.5	5					
	соль йодированная	0.1	0.1					
	caxap	1	1					
	лимонная кислота	0.01	0.01					
	масло растительное	2	2					
	Рассольник ленинградский		200	<u>2.4</u>	<u>6</u>	16	108	№132
	Картофель	80	60		_	_		
	Крупа перловая	4	4					
	Морковь	10	8					5.50
	Лук репчатый	5	4					
	Огурцы соленые	14	12					
	Масло растительное	4	4					
	Бульон		152					
	Соль йодированная	1	1					
	мясо							
	Сметана	<u>10</u>	<u>10</u>	0.2	<u>1</u>	0.4	28.4	
	Жаркое по- домашнему		<u>200</u>	17.81	<u>17.2</u>	21	250	<u>№436</u>
	мясо говядина/курица	80/100	70					
	картофель с 01.09.по 31.10 25%		107					
	c 31.10.no 31.12 30%	153	107					8.5
	c 31.12.no 28.02 35%	165	107					
	c 29.02.no01.09 40%	179	107					
	томатное пюре	5	5					
	лук репчатый	18	15					
	соль йодированная	1	1					
	масло растительное	5	5		7			
	Напиток лимонный	-				2 .	0.2	34 600
	(апельсиновый)		200	0.1	0	24	93	№699
	лимон	24	23					
	сахар	12	12					
	Вода	12	190					
	<u>Хлеб пшеничный</u>	30	30	2.14	<u>0.2</u>	13.3	72	<u>№1</u>
	Хлеб ржаной Хлеб ржаной	<u>30</u> <u>15</u>	<u>15</u>	$\frac{2.14}{0.85}$	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>		
	ИТОГО факт%	<u> 13</u>	34.59	24.2	25.56	84.7		

УПЛОТНЕНН ЫЙ ПОЛДНИК 30%	Рагу из овощей или (картофельный пудинг)		150	5.6	6.25	14.37	156	№224/234
Объем блюд:	картофель	54	40					
555 <i>⋷</i>	морковь	25	14					
	лук репчатый	12	5					
	капуста белокочанная	50	50					
	масло растительное	5	5					
	соль йодированная	0.8	0.8					
	<u>лавровый лист</u>	<u>0.001</u>	<u>0.001</u>					
	булочка домашняя		<u>75</u> 35	<u>3.75</u>	<u>9</u>	<u>30</u>	204	<u>№770</u>
	мука пшеничная	35	35					
	маргарин сливочный	6	6					
	дрожжи прессованные	1	1				6	
	caxap	10	10					
	соль йодированная	0.3	0.3					
	яйца	4	4				0	
	ванилин	0.01	0.01					
	<u>молоко</u>	<u>25</u>	<u>25</u>					
	<u>Чай с лимоном</u>		<u>200</u>	<u>0.3</u>	<u>0</u>	<u>15.2</u>	60	<u>№686</u>
	чай	0.6	0.6					
	Caxap	12	12					
	Вода	208	208					
	<u>лимон</u>	<u>8</u>	<u>7</u>					
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>15</u>	15 15	<u>1.07</u>	<u>0.1</u>	<u>6.65</u>	36	<u>№1</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	8 15 15 100	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
	<u>Фрукт</u>	<u>100</u>	<u>100</u>	<u>3</u>	<u>0</u>	<u>14</u>	94	
	ИТОГО факт%		32.07	14.57	15.51	85.82	577.19	
	Всего за пятый день факт:%		93.04	53.31	58.02	252.52	1674.78	

	ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ							
ДЕНЬ6	Каша манная		150	3.6	6.15	22.8	166	<i>№302</i>
3ABTPAK 1,2 25%	молоко	150	150					
Объем блюд:	соль йодированная	0.5	0.5					
400г	Масло сливочное	5	5					
200г	крупа манная	25	25					6
	caxap	5	5					
	Кофейный напиток		200	2.5	3.6	28.7	152	№692
	кофейный напиток	2.4	2.4					
	caxap	12	12					
	молоко цельное	50	50					6
	вода	172	172					
	хлеб пшеничный с джемом	<u>35</u>	<u>35</u>					<u> No</u> 2
	Хлеб пшеничный	25	25	1.79	0.17	11.14	60	
	джем	<u>10</u>	<u>10</u>	<u>1</u>	0 16	<u>8.7</u>	24,8	3.0
2 4 D T D 4 1 C 2	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	0.16	<u>5.6</u>	27.19	<u>№</u>
3ABTPAK 2	Сок	200	200	0.5	0.1	20.1	92	
	ИТОГО завтрак1+ завтрак2 факт%		27.62	10.24	10.18	97.04	497.19	
ОБЕД 35%	Морковь отварная		50	0.6	1.8	4.5	43	<i>№</i> 523
Объем блюд:	морковь	68	48					
685г	масло сливочное	2	2					
	caxap	0.5	0.5					
	Суп крестьянский с крупой		200	2	4	9	93	<i>№134</i>
	капуста белокочанная	30	24					
	Картофель	26	20					
	крупа (пшеничная)	8	8					
	Морковь	11	8					
	Лук репчатый	10	8					
	Масло растительное	3	3					3
	Бульон	176	176					
	соль йодированная	1	1					
	мясо	1	15	3	5.16	0	53.4	
	приправа, зелень	2	1	3	3.10	U	33.4	
	Говядина, тушенная с капустой		130/70	13.3	10.2	19	182	<i>№440/534</i>
	мясо (замена на свинину)	108	70					
	Лук репчатый	21	17					
	помидор или (томатная	21(5)	17(5)					
	nacma)							
	перец стручковый сладкий	14	10					5
	масло растительное	5	5					
	соль	0.3	0.3					
	капуста белокочанная		130	4.33	4.6	22.68	87.44	
	капуста белокочанная	185.76	147.96					
	масло растительное	4	4				6	
	соль йодированная	0.6	0.6				, and the second	
	лимонная кислота	0.05	0.05					
	морковь	3	3					
	томатное пюре	7	7					
	лук репчатый	7	6					
	лавровый лист	0.01	0.01					
	мука пшеничная	1.5	1.5					
	Напиток из шиповника		200	0	0	25	89	№705
	шиповник	20	20					

сахар	12	12					
Вода	200	200					
Хлеб пшеничный	<u>30</u>	<u>30</u>	<u>2.14</u>	<u>0.2</u>	<u>13.3</u>	72	<u>№1</u>
<u> Хлеб ржаной</u>	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№ 1</u>
		35.95	26.22	26.12	99.08	647.03	

	Омлет натуральный с мясными продуктами или (пельмени)		175/5	17.5	17.5	3.32	348.25	<i>№344</i>
Объем блюд:	яйца	2,5 <i>u</i> m	100					
460г	молоко	40	40					
	масса омлетной смеси		140					
	фарш:							
	мясо куриное	28	28					
	соль йодированная	0.8	0.8					
	сметана	21	21			N.		
	масло растительное	3	3					
	масса готового фарша		40					9
	масса готового омлета		175					
	масло сливочное	5	5					
	Кисель из концентрата на плодовых и ягодных экстрактах		200	0	0	30.6	118	№648
	Кисель из концентрата	24	24					
	Вода	200	200					
	Пряники		50	0.5	2.3	12	64	
	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной ИТОГО факт%	<u>15</u> <u>15</u>	15 15 32.97	1.07 0.85 19.92	<u>0.1</u> <u>0.16</u> 20.06	6.65 5.6 58.17	36 27.19 593.44	<u>№1</u> <u>№1</u>
	Всего за шестой день факт:%		96.54	56.38	56.36	254.29	1737.66	

ДЕНЬ 7			от 3х лет до 7 лет	Б	Ж	У	(ККАЛ)	Л РЕЦЕПТ: РЕ
3ABTPAK 1,2 25%	Каша гречневая		150	4.5	7.05	23.25	180	№30.
Объем блюд:	Молоко	120	120					
400г	Caxap	5	5					
100г	Масло сливочное	4						
	крупа	37	35					
	Соль йодированная	0.5	0.5					
	Какао с молоком		200	4.9	5	32.5	190	<i>№69</i> .
	Какао порошок	1.2	1.2					
	молоко	100	100					
	вода или молоко	110	110					à.
	Caxap	10	10					
	Хлеб с маслом		35					<u> </u>
	Хлеб пшеничный	25	25	1.79	0.17	11.14	60	
	масло сливочное	10	10	2.5	2.5	3.2	77	
	Хлеб ржаной	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>N</u>
3ABTPAK 2	йогурт	100	100	2.1	1.8	8	58.2	
	ИТОГО завтрак1+ завтрак2 факт%		32.91	16.64	16.68	83.69	592.39	
<i>ОБЕД</i> 35%	Закуска из белокочанной капусты		50	0.7	1.5	4.45	44	№4
Объем блюд:	капуста свежая	55	50			0		3
705 <i>z</i>	масса прогретой капусты		45				0	
	морковь	6.5	5					
	соль йодированная	0.1	0.1					
	Caxap	1	1					
	лимонная кислота	0.01	0.01					
	масло растительное	2	2					
	Борщ с капустой и		200	1.6	6.2	10.5	84.8	<i>№11</i>
	картофелем		200	1.0	0.2	10.5	04.0	Nº11
	Свекла	40	32					
	Капуста свежая или	20	16					
	квашеная	20	10					
	Морковь	10	8					
	картофель с 01.09.по 31.10 25%	25	20					
	c 31.10.no 31.12 30%	27	20					
	c 31.12.no 28.02 35%	29	20					
	c 29.02.no01.09 40%	31	20					
	Лук репчатый	10	8					
	Томатное пюре	4	4					
	Масло растительное	4	4					
	Лимонная кислота	0.01	0.01					
	бульон		160					
	зелень	2	1					
	Соль йодированная	1	1					9
	мясо		20					0
	Сметана	5	5					
	Котлеты рыбные любительские		80/15	10.4	7	12.16	156.8	<i>№3</i> 5
	Минтай -филе	88	80					
	морковь	13						
	хлеб	6						
	молоко	8						
	лук репчатый	8						

мука пшеничная	8	8			
соль йодированная	0.5	0.5			
масса полуфабриката		93			
масло растительное	4	4			

	Пюре картофельное		120	2.72	5.0	10	1.41.7	36 202 /520
	(картофель отварной )		130	2.73	5.8	19	141.7	<i>№203/520</i>
	картофель	148	111				i d	5
	молоко	21	20					
	масло сливочное	5	5					
	соль йодированная	0.4	0.4					
	coyc №602		15					
	сметана	13	12					
	мука пшеничная	1.5	1.5					
	масло растительное	2	2					
	морковь	4	2					
	лук	4	3					
	мука	1	1					
	Соль йодированная	0.1	0.1			0		9
	Напиток из кураги		200	1	0	25	105	№704
	курага	11	20					
	Caxap	10	10					
	Вода	200	200					
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>30</u>	<u>30</u>	<u>2.14</u>	<u>0.2</u>	<u>13.3</u>	72	<u>№1</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
	ИТОГО факт%		35.08	19.42	20.86	90.01	631.49	
УПЛОТНЕНН ЫЙ ПОЛДНИК 30%	Макароны с сыром		200	10.8	16	42.6	334	№332,333
Объем блюд:	макароны	60	170					
480г	сыр	23	20					
	Соль	0.7	0.7					0
	Масло сливочное	10	10				i (C	0
	Чай с сахаром и лимоном		200	0	0	15	60	№686
	чай	0.6	0.6					
	сахар	12	12					
	лимон	8	7					
	Вода	190	190					
	печенье сахарное		50	3	5	15	118	
	Хлеб пшеничный	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>1.07</u>	<u>0.1</u>	<u>6.65</u>	36	<u>№</u> 1
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
	ИТОГО факт%		31.96	15.72	21.26	84.85	575.19	
	Всего за седьмой день факт:%		99.95	51.78	58.8	258.55	1799.07	

ДЕНЬ 8	Омлет натуральный		150	15	16.7	2.85	298.5	<i>№340</i>
3ABTPAK 1,2 25%	яйцо	2,8 um	110					
Объем блюд:	Молоко	41	41					
405г	соль йодированная	0.5	0.5					
200г	масло растительное	3	3					
	масса готового омлета		145					
	Масло сливочное	5	5					8
	Чай с сахаром и молоком		200	1.5	1.6	12.3	68	№68
	Чай высшего или первого сорта	0.6	0.6					
	молоко	50	50					
	Caxap	12	12					
	Вода	160	160					3
	Хлеб с варенным сгущенным молоком		40					Ŋ
	Хлеб пшеничный	25	25	1.79	0.17	11.14	60	
	варенное сгущенное молоко							8
	ηο ΓΟСΤУ	15	15	2	5.3	5	18	
	Хлеб ржаной	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>N</u>
3ABTPAK 2	яблоко	200	200	0.6	0	25	47	
	ИТОГО завтрак1+ завтрак2 факт%		28.82	21.74	23.93	61.89	518.69	
ОБЕД 35%	Икра свекольная		50	1.2	2	6.5	43	№7
Объем блюд:	свекла	73	63					
700г	лук репчатый	11	9					
	томатное пюре	3	3					
	масло растительное	3	3					
	лимонная кислота	0.001	0.001					
	сахар по вкусу	0.5	0.5					
	Суп картофельный с бобовыми		200	5	5	17.8	133.6	№13
	картофель с 01.09.по 31.10 25%	6 57	43					
	c 31.10.no 31.12 30	61	43					
	c 31.12.no 28.02 35	66	43					
	c 29.02.no01.09 40	71	43					
	горох	16	16					
	лук репчатый	10	9					
	морковь	10	8					
	масло растительное	3	3					
	бульон		144					
	зелень	3	2					
	соль йодированная	1	1					
	мясо		20					9
	Печень, тушенная в соусе или (фрикадельки в соусе)		50/30	11.28	10	3.76	151.2	<i>№439/46</i>
	печень говяжья	86	71					
	масло растительное	5	5					
	мука пшеничная	3	3					
	Соль йодированная	0.5	0.5					
	масса готовой печени		50					
	coyc							№60
	сметана	30	30					
								9
	масло сливочное	1.5	1.5		I			
		1.5 1.5	1.5					
	масло сливочное мука пшеничная	<del></del>						
	масло сливочное	1.5	1.5	5.6	4	27.5	202	№29

вода	103	103			
масло сливочное	4	4			
соль йодированная	0.5	0.5			

	Напиток лимонный		200	0.1	0	24.2	93	<i>№639</i>
	лимон	21	21				9	
	Вода	200	200					
	Caxap	12	12					
	Хлеб пшеничный	<u>30</u>	<u>30</u>	<u>2.14</u>	<u>0.2</u>	<u>13.3</u>	72	<u>№1</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
	ИТОГО факт%		40.11	26.17	21.36	98.66	721.99	
УПЛОТНЕНН ЫЙ ПОЛДНИК 30%	Вареники с картофелем или (Суп молочный вермишелевый)		200	9.3	13	40.5	369	<i>№725/160</i>
Объем блюд:	тесто		83					№724
480г	мука пшеничная	57	57					
	яйца	1/12 <i>um</i>	4.4				å	
	вода	22	22					
	соль йодированная	0.7	0.7					
	фарш		104					№757
	картофель	125	89					
	лук репчатый	32	13					
	масло растительное	3	3				d	5
	соль йодированная	0.8	0.8					
	масса сырых вареников		186					
	Масло сливочное		5					
	Молоко кипяченое(Чай с сахаром)	210	200	1	3.5	9.9	123	№697
	Фрукт или (сдоба)	50	50	0	0	20	20	промыш.
	Хлеб пшеничный	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>1.07</u>	<u>0.1</u>	6.65	36	<u>№1</u>
	Хлеб ржаной	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№ 1</u>
	ИТОГО факт%		31.96	12.22	16.76	82.65	575.19	
į –	Всего за восьмой день факт:%		100.88	60.13	62.05	243.2	1815.87	

ДЕНЬ 9	Каша ячневая или (Каша пшен	ная)	150	4.6	2.7	20.4	129	№302
3ABTPAK 1,2 25%	Крупа	33	33					
Объем блюд:	Молоко	123	123					
405г	Caxap	4	4					
100г	Соль йодированная	0.6	0.6					
	Масло сливочное	4	4					
	Кофейный напиток		200	2.5	3.6	28.7	152	№692
	кофейный напиток	2.4	2.4					
	caxap	12	12					
	молоко цельное	50	50					
	вода	172	172					
	Хлеб с сыром		40				ē.	№3
	Хлеб пшеничный	25	25	1.79	0.17	11.14	60	
	сыр	15	15	3.3	7.8	0.06	75	
	<u> Хлеб ржаной</u>	<u>15</u>	<u>15</u>	0.85	0.16	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
3ABTPAK 2	банан	100	100	1.5	0.5	21	96	
	ИТОГО завтрак1+ завтрак2 факт%		29.96	14.54	14.93	86.9	539.19	
ОБЕД 35%	Икра кабачковая		50	2	6	3	40	промыш.
Объем блюд:	Щи из св. капусты с картофелем или (Суп картофельный с мясными фрикадельками)		200	1.6	3.44	8	70.4	<i>№124/137</i>
695г	капуста белокочанная	50	40					
	Картофель	32	24					
	Морковь	10	8					
	Лук репчатый	10	8					
	Масло растительное	3	3					
	Бульон	160	160					
	соль йодированная	1	1					
	мясо							
	приправа, зелень	2	1				9	
	Плов из птицы		200	16.2	15.8	36.2	358	<i>№492</i>
	мясо	90	79					
	масло растительное	8	8					
	лук репчатый	16	13					
	морковь	17	15					
	томатное пюре	4	4				9	
	рис	45	110					3
	соль йодированная	0.6	0.6					
	Зелень	0.5	0.5					
	масса тушеного мяса		70					
	масса готового риса с овощами		130					
	<u>Хлеб пшеничный</u>	30 15	<u>30</u>	<u>2.14</u>	<u>0.2</u>	<u>13.3</u>	72	<u>№1</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
	Напиток из шиповника		200	0.4	0.4	23.6	94	№705
	шиповник	20	20					
	Caxap	12	12					
	вода		200					
	ИТОГО факт%		36.76	23.19	26	89.7	661.59	

УПЛОТНЕНН ЫЙ ПОЛДНИК 30%	Каша вязкая с морковью		150	5.55	11.85	30	249	№306
Объем блюд:	крупа	34	34					
430г	морковь	22	16					»
	лук	12	10					
	масло растительное	4	4					
	соль	0.8	0.8					
	вода	52	52					
	молоко	52	52					
	масло сливочное	5	5					
	Напиток яблочный		200	0.1	0	26.4	102	№701
	яблоки	25	23					
	Caxap	12	12					
	Вода	208	208					
	Бисквит или(пудинг манный 100г, вафли)		50	2.65	1.1	14.2	148	№000/318
	мука	15	15					
	caxap	13	13					
	сметана	13	13					50
	яйцо 1/6шт	7	7					0
	ванилин		0.001					
	соль	0.3	0.3					
	сода	0.01	0.01					
	<u>Хлеб пшеничный</u>	<u>15</u> <u>15</u>	15 15	<u>1.07</u>	<u>0.1</u>	<u>6.65</u>	36	<u>№1</u>
	<u>Хлеб ржаной</u>	<u>15</u>		<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
	ИТОГО факт%		31.23	10.22	13.21	82.85	562.19	
	Всего за девятый день факт:%		97.94	47.95	54.14	259.45	1762.97	

ДЕНЬ 10 24 ВТРАК 1-2	IC							
25%	Каша рисовая (с изюмом без молока)		150	2.4	6	35.95	211.5	<i>№3</i>
Объем блюд:	крупа рисовая	42	42					
400г	молоко	123	123					
100г	caxap	5	5					
	Соль йодированная	0.5	0.5					
	Масло сливочное	8	8				211.5 68 60 73 27.19 45 484.69 17 97	
	изюм	19.5	19					
	Чай с сахаром		200	0	0	18	68	№6
	Чай высшего или первого сорта	0.6	0.6	-				
	Caxap	12	12					
	Вода	200	200				6 S	
	Хлеб с маслом	200	35					
	Хлеб пшеничный	25	25	1.79	0.17	11.14	60	•
					0.17			
	Масло сливочное	10	10	0.04	7.9	0.05	0.0	
2 4 D T D 4 I C 2	<u>Хлеб ржаной</u>	15	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>		:
3ABTPAK 2	Сок	100	100	0.2	0	10.1	43	
	ИТОГО завтрак1+ завтрак2 факт%		26.93	5.28	14.23	80.84	484.69	
ОБЕД 35%	Огурец соленый		50	0	0	5	17	промь
Объем блюд:	<b>Борщ с картофелем(</b> без капусты)		200	1.76	4.24	13	97	$\mathcal{N}_{\underline{o}}$
695г	свекла	41	32					
0,00	картофель с 01.09.по 31.10 25%	67	40					
	c 31.10.no 31.12 30	71	40					
	c 31.12.no 28.02 35	77	40				0.0	
		83						
			40				*	
	лук репчатый	10	8					
	морковь	8	5					
	томатное пюре	3	3					
	caxap	1	1					
	масло растительное	4	4				0.00	
	бульон		144					
	зелень	3	2					
	соль йодированная	1	1					
	мясо							
	сметана	5	5	1.35	5	1.95	42.3	
	Мясо духовое	-	200	18.6	9.8	20.4		Ŋ <u>o</u> .
	мясо говядина/курица	100	80	10.0	7.0	20.7	250	212.
	Масло растительное	4	4					
	Соль йодированная	0.2	0.2					
		107	80					
	картофель с 01.09.по 31.10 25%							
	c 31.10.no 31.12 30%	115	80					
	c 31.12.no 28.02 35%	123	80					
	c 29.02.no01.09 40%	134	80					
	морковь	21	17					
	томатное пюре	5	5					
	лук репчатый	11	9				612	
	соль йодированная	0.5	0.5					
	мука пшеничная	2	2					
	зелень	0.1	0.1					
	Компот из сухофруктов		200	0.6	0	31.4	124	$N_{\underline{o}}$
	сухофрукты	20	50					
	caxap	12	12					
	вода	12	208					
	Joodu		200					

Хлеб ржаной	<u>15</u>	<u>15</u>	<u>0.85</u>	<u>0.16</u>	<u>5.6</u>	27.19	<u>№1</u>
ИТОГО факт%		34.97	25.3	19.4	90.65	629.49	

УПЛОТНЕНН ЫЙ ПОЛДНИК 30%	Суп -лапша домашняя		250	3	6	13,9	120.0	<b>№</b> 148
Объем блюд:	лапша		20					
525e	мука пшеничная	15	15				910	
	яйцо	4	4				3 0	
	вода	3	3					
	соль	0.2	0.2					
	масса вареной лапши		50					
	морковь	12	10					
	Лук репчатый	12	10				60 10	
	Масло растительное	5	5				8 8	
	Бульон		240					
	Соль йодированная	1.00	1.00					
	мясо		20	3.84	1.48	0	30	
	Булочка "К чаю" (сосиска в тесте)		100	12.3	15	34.4	240	№77(
	мука пшеничная	45	45					
	маргарин сливочный	7	7					
	дрожжи прессованные	1	1					
	caxap	10	10					
	соль йодированная	0.3	0.3					
	яйца	4	4					
	ванилин	0.01	0.01					
	молоко	25	25					
	Компот из свежих фруктов		200	0.1	0	26.4	102	<i>№638</i>
	яблоки	30	25					
	Сахар	12	12					
	Вода	208	208					
	Хлеб пшеничный		<u>15</u>	<u>1.07</u>	0.1	<u>6.65</u>	36	<u> No</u>
	Хлеб ржаной	<u>15</u> <u>15</u>	<u>15</u>	0.85	<u>0.16</u>	5.6	27.19	$N_{\underline{o}}$
	ИТОГО факт%		30.84	21	17	73	555	
В	Всего за десятый день факт:%		92.74	51.54	50.37	244.54	1669.37	
	Меню- раскладка среднесуточ	ная за две	<i>от 3х до</i>	Пишеві	ые вещес	тва (г)		
	недели		7и лет	,	,		Энергет	
	Количество дней		норма за день	Б	Ж	$oldsymbol{y}$	ическая ценност	
	Всего за первый день		92.83	47.98	54.26	254.97	1670.87	
	Всего за второй день		94.64	57.84	53.98	257.92	1703.57	
	Всего за третий день		93.05	58.81	60.01	234.85	1674.87	
	Всего за четвертый день		92.75	51.49	55.83	254.09	1669.57	
	Всего за пятый день		93.04	53.31	58.02	252.52	1674.78	
	Всего за шестой день		96.54	56.38	56.36	254.29	1737.66	
	Всего за седьмой день		99.95	51.78	58.8	258.55	1799.07	
	Всего за восьмой день		100.88	60.13	62.05	243.2	1815.87	
	Всего за девятый день		97.94	47.95	54.14	259.45	1762.97	
	Всего за десятый день		92.74	51.54	50.37	244.54	1669.37	
		00%		53.72				
	итого за 10 дней факт		95.44		56.38	251.44	1717.86	
	итого за 10 дней план		90.00	48.6	54	234.9	1620	
	итого за 10 дней план 10	JU%	100%	54	60	261	1800	

ПРИМЕЧАНИЕ: СаНПиН 2.3./2.4.3590-20, раздел 8, п.8.1.2.3. допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах+/- 5% при условии, что средний процент пищевой ценности за неделю будет соответствовать нормам, приведенным в таблице №3 приложение 10 к настоящим Правилам, по каждому приему пищи.