

1 день 01.07.2025



| Наименование блюда                          | Выход,г     | Белки,г      |  | Жиры,г       |  | Углеводы,г    | ЭЦ,ккал       | С,мл        |
|---------------------------------------------|-------------|--------------|--|--------------|--|---------------|---------------|-------------|
|                                             |             | всего        |  | всего        |  |               |               |             |
|                                             |             |              |  |              |  |               |               |             |
| <b>Завтрак(415)</b>                         |             |              |  |              |  |               |               |             |
| Каша молочная с крупой пшеничной№75,сб.2015 | 200         | 7,56         |  | 6,65         |  | 22,13         | 199,72        | 0           |
| Какао на стущ-м молоке№288,сб.2015г.        | 200         | 5,84         |  | 4,62         |  | 19,55         | 139,85        |             |
| Бутерброд с маслом                          | 3 0/5       | 1,98         |  | 0,25         |  | 12,08         | 89,73         | 0           |
| <b>Итого за прием</b>                       | <b>435</b>  | <b>15,38</b> |  | <b>11,52</b> |  | <b>53,76</b>  | <b>429,3</b>  | <b>0</b>    |
| <b>Второй завтрак/180/</b>                  |             |              |  |              |  |               |               |             |
| Компот из кон-х фруктов№293, сб.2015г       | 150         | 0,18         |  | 0,04         |  | 10,21         | 41,08         | 20,5        |
| <b>Итого за прием</b>                       | <b>150</b>  | <b>0,18</b>  |  | <b>0,04</b>  |  | <b>10,21</b>  | <b>41,08</b>  | <b>20,5</b> |
| <b>Обед/720/</b>                            |             |              |  |              |  |               |               |             |
| Суп картоф. с бобовыми 62,сб.2015           | 200         | 6,11         |  | 3,48         |  | 23,66         | 152,36        | 0           |
| Вареники ленивые №123 сб.2015г              | 180/20      | 16,74        |  | 8,22         |  | 16,37         | 206           | 0           |
| Компот из смеси сух-ов№292, сб.2015г        | 200         | 0,92         |  | 0,05         |  | 20,56         | 83,25         | 20,5        |
| Хлеб ржаной                                 | 40          | 2,64         |  | 0,48         |  | 13,36         | 70,71         | 0           |
| <b>Итого за прием</b>                       | <b>640</b>  | <b>26,41</b> |  | <b>12,23</b> |  | <b>73,95</b>  | <b>512,32</b> | <b>20,5</b> |
| <b>Полдник /265/</b>                        |             |              |  |              |  |               |               |             |
| сухарик                                     | 30          | 3,75         |  | 5,90         |  | 27,2          | 108,0         | 0           |
| Чай с сахаром №282 сб.2015г                 | 200         | 0,11         |  | 0,03         |  | 10,0          | 58,0          | 0           |
| <b>Итого за прием</b>                       | <b>230</b>  | <b>3,86</b>  |  | <b>6,93</b>  |  | <b>37,2</b>   | <b>166</b>    | <b>0</b>    |
| <b>Итого за день</b>                        | <b>1455</b> | <b>45,83</b> |  | <b>30,72</b> |  | <b>173,12</b> | <b>1148,7</b> | <b>41</b>   |

2 день

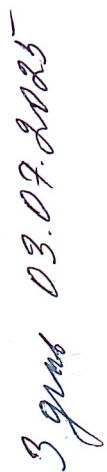
02.02.2025

утверждаю заведующий

Стефаненко Е.В.



| Наименование блюда                       | Выход,г     | Белки,г      | Жиры,г       | Углеводы,г    | ЭЦ,ккал        | С,мл         |
|------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
|                                          |             | всего        | всего        |               |                |              |
| <b>Завтрак(415)</b>                      |             |              |              |               |                |              |
| Запеканка творожная                      | 160/20      | 7,46         | 6,25         | 21,02         | 169,38         | 0            |
| Чай с сахаром, лимонном №284, сб. 2015г. | 200         | 1,37         | 0,30         | 14,49         | 71,67          | 3,2          |
| Бутерброд с маслом                       | 40/10       | 1,98         | 0,25         | 12,08         | 89,73          | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                    | <b>430</b>  | <b>10,81</b> | <b>6,8</b>   | <b>47,59</b>  | <b>330,78</b>  | <b>3,2</b>   |
| <b>Второй завтрак/180/</b>               |             |              |              |               |                |              |
| Кисломолочный продукт                    | 100         | 5,22         | 5,76         | 7,2           | 104,94         | 2,4          |
| <b>Итого за прием</b>                    | <b>100</b>  | <b>5,22</b>  | <b>5,76</b>  | <b>7,2</b>    | <b>104,94</b>  | <b>2,4</b>   |
| <b>Обед/740/</b>                         |             |              |              |               |                |              |
| салат из соленого огурца №21 сб. 2011г.  | 60          | 0,98         | 2,0          | 4             | 82,01          | 10,23        |
| Суп картофельный с фаслью №57, сб. 2015г | 200         | 5,02         | 5,84         | 16,32         | 95,82          | 0            |
| Плов №134, сб. 2015г.                    | 200         | 21,84        | 25,82        | 34,25         | 409,69         | 0            |
| Компот из сух-ов №292, сб. 2015г         | 200         | 0,92         | 0,05         | 20,56         | 83,25          | 20,5         |
| Хлеб ржаной                              | 50          | 0,99         | 0,18         | 5,01          | 56,52          | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                    | <b>710</b>  | <b>29,75</b> | <b>33,89</b> | <b>80,14</b>  | <b>727,29</b>  | <b>30,73</b> |
| <b>Полдник /270/</b>                     |             |              |              |               |                |              |
| Хлеб с стуженным молоком №257, сб. 2015г | 40/20       | 4,35         | 3,57         | 33,16         | 182,71         | 1,18         |
| Кофейный напиток №395 сб. 2015г          | 200         | 0,06         | 0,01         | 7,90          | 31,23          | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                    | <b>260</b>  | <b>4,41</b>  | <b>3,58</b>  | <b>41,06</b>  | <b>213,94</b>  | <b>1,18</b>  |
| <b>Итого за день</b>                     | <b>1500</b> | <b>50,19</b> | <b>50,03</b> | <b>175,99</b> | <b>1376,95</b> | <b>37,51</b> |



| Наименование блюда                         | Выход,г     | Белки,г      | Жиры,г       | Углеводы,г    | ЭЦ,ккал        | С,мл         |
|--------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
|                                            |             | всего        | всего        |               |                |              |
| <b>Завтрак</b>                             |             |              |              |               |                |              |
| Запеканка из творога №227 с.б.2015         | 160/40      | 9,45         | 10,31        | 29,47         | 248,13         | 2,3          |
| Кофейный напиток на молоке №286, с.б.2015  | 200         | 1,2          | 5,25         | 21,84         | 154,36         | 0            |
| Хлеб пшеничный                             | 30          | 1,65         | 0,30         | 21,35         | 75,00          | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                      | <b>440</b>  | <b>17,56</b> | <b>21,18</b> | <b>72,66</b>  | <b>547,61</b>  | <b>2,3</b>   |
| <b>Второй завтрак/180/</b>                 |             |              |              |               |                |              |
| яблоко                                     | 100         | 2,22         | 5,76         | 10,2          | 94,5           | 2            |
| <b>Итого за прием</b>                      | <b>100</b>  | <b>2,22</b>  | <b>5,76</b>  | <b>10,2</b>   | <b>94,5</b>    | <b>2</b>     |
| <b>Обед/740/</b>                           |             |              |              |               |                |              |
| Суп картофельный №57, с.б.2015г            | 200         | 5,02         | 5,84         | 322,29        | 95,82          | 0            |
| Картофельное пюре                          | 150         | 3,06         | 4,8          | 20,43         | 138            | 18,15        |
| Гуляш из отварной говядины №94, с.б.2015г. | 50          | 14,77        | 14,93        | 3,64          | 197,84         | 3,2          |
| Компот из сухофруктов №292, с.б.2015г      | 200         | 0,46         | 0,10         | 17,41         | 70,87          | 20,5         |
| Хлеб ржаной                                | 40          | 2,64         | 0,48         | 13,36         | 70,71          | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                      | <b>690</b>  | <b>25,95</b> | <b>26,15</b> | <b>277,13</b> | <b>573,24</b>  | <b>41,85</b> |
| <b>Полдник /270/</b>                       |             |              |              |               |                |              |
| Булочка сдобная №271, с.б.2015г            | 50          | 5,5          | 6,0          | 36,80         | 223,00         | 0            |
| Кисломолочный продукт                      | 150         | 5,22         | 5,76         | 7,2           | 104,94         | 2,4          |
| <b>Итого за прием</b>                      | <b>200</b>  | <b>10,72</b> | <b>11,76</b> | <b>44</b>     | <b>281</b>     | <b>0</b>     |
| <b>Итого за день</b>                       | <b>1430</b> | <b>56,35</b> | <b>64,85</b> | <b>403,96</b> | <b>1543,29</b> | <b>73,15</b> |



4 gms 04.07.2025-

| Наименование блюда                       | Выход,г    | Белки,г      | Жиры,г       | Углеводы,г   | ЭЦ,ккал       | С,мл         |
|------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
|                                          |            | всего        | всего        |              |               |              |
| <b>Завтрак(415)</b>                      |            |              |              |              |               |              |
| Каша молочная «Дружба»№200,сб.2015       | 200        | 5,84         | 4,62         | 19,55        | 230,20        | 0            |
| Кофейный напиток с молоком№286,сб.2015г. | 200        | 1,98         | 0,25         | 12,08        | 87,80         | 0            |
| Хлеб пшеничный с маслом                  | 30         | 1,32         | 12,81        | 30,92        | 76,10         | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                    | <b>430</b> | <b>9,14</b>  | <b>17,68</b> | <b>62,55</b> | <b>394,1</b>  | <b>0</b>     |
| <b>Второй завтрак</b>                    |            |              |              |              |               |              |
| Фрукты свежие                            | 100        | 0,75         | 0,15         | 15,15        | 107,50        | 3,0          |
| <b>Итого за прием</b>                    | <b>100</b> | <b>0,75</b>  | <b>0,15</b>  | <b>15,15</b> | <b>107,50</b> | <b>3,0</b>   |
| <b>Обед/720/</b>                         |            |              |              |              |               |              |
| Суп с рыбными консервами№87 ,сб.2015г    | 200        | 5,16         | 5,04         | 8,6          | 100           | 5,47         |
| Голубцы ленивые№122,сб.2015г.            | 180/20     | 0,70         | 12,60        | 26,67        | 183,60        | 2,5          |
| Компот из сухофруктов№292, сб.2015г      | 200        | 0,18         | 0,04         | 10,21        | 41,08         | 20,5         |
| Хлеб ржаной                              | 40         | 1,12         | 1,12         | 1,32         | 76,80         | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                    | <b>640</b> | <b>7,16</b>  | <b>18,8</b>  | <b>46,8</b>  | <b>401,48</b> | <b>28,47</b> |
| <b>Полдник /270/</b>                     |            |              |              |              |               |              |
| Ватрушка с повидлом№263, сб.2015г        | 70         | 8,10         | 5,10         | 27,60        | 191,00        | 0            |
| Кисель                                   | 200        | 1,98         | 0,25         | 12,08        | 59,73         | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                    | <b>270</b> | <b>10,08</b> | <b>6,23</b>  | <b>39,68</b> | <b>250,73</b> | <b>0</b>     |
| <b>Итого за день</b>                     |            |              |              |              |               |              |



07.07.2025

5 день

| Наименование блюда                                | Выход,г     | Белки,г      |  | Жиры,г       |  | Углеводы,г   | ЭЦ,ккал       | С,мл         |
|---------------------------------------------------|-------------|--------------|--|--------------|--|--------------|---------------|--------------|
|                                                   |             | всего        |  | всего        |  |              |               |              |
| <b>Завтрак(415)</b>                               |             |              |  |              |  |              |               |              |
| Каша рисовая молочная №72, сб.2015                | 200         | 4,12         |  | 5,2          |  | 17,82        | 184           | 0            |
| Кофейный напиток №286, сб.2015                    | 200         | 0,20         |  | 0,03         |  | 21,48        | 38,0          | 0            |
| Хлеб пшеничный с маслом                           | 35/5        | 1,98         |  | 0,25         |  | 12,08        | 89,73         | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                             | <b>440</b>  | <b>6,3</b>   |  | <b>5,48</b>  |  | <b>51,38</b> | <b>311,73</b> | <b>0</b>     |
| <b>Второй завтрак</b>                             |             |              |  |              |  |              |               |              |
| Фрукты свежие                                     | 100         | 0,75         |  | 0,15         |  | 15,15        | 107,50        | 3,0          |
| <b>Итого за прием</b>                             | <b>100</b>  | <b>0,75</b>  |  | <b>0,15</b>  |  | <b>15,15</b> | <b>107,50</b> | <b>3,0</b>   |
| <b>Обед/725/</b>                                  |             |              |  |              |  |              |               |              |
| Суп «Шахтерский» №65                              | 200         | 2,19         |  | 6,41         |  | 11,45        | 112,90        | 0            |
| Рагу из овощей №153, сб.2015                      | 200         | 12,1         |  | 14,5         |  | 21,1         | 264,0         | 6,9          |
| Компот из консервированных фруктов №292, сб.2015г | 200         | 0,70         |  | 0,03         |  | 16,80        | 84,96         | 20,5         |
| Хлеб ржаной                                       | 40          | 2,64         |  | 0,48         |  | 13,36        | 70,71         | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                             | <b>640</b>  | <b>17,63</b> |  | <b>21,42</b> |  | <b>62,71</b> | <b>120,88</b> | <b>27,4</b>  |
| <b>Полдник /260/</b>                              |             |              |  |              |  |              |               |              |
| Хлеб с ступенным молоком №257, сб.2015г           | 60          | 4,35         |  | 3,57         |  | 33,16        | 182,71        | 1,18         |
| Чай с сахаром №282 сб.2015г                       | 200         | 0,11         |  | 0,03         |  | 10,0         | 58,0          | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                             | <b>260</b>  | <b>4,46</b>  |  | <b>3,6</b>   |  | <b>43,16</b> | <b>240,71</b> | <b>1,18</b>  |
| <b>Итого за день</b>                              | <b>1440</b> | <b>29,14</b> |  | <b>30,65</b> |  | <b>172,4</b> | <b>780,82</b> | <b>31,58</b> |



6 зраз  
08.07.2025

| Наименование блюда                            | Выход,г     | Белки,г      |  | Жиры,г       |  | Углеводы,г    | ЭЦ,ккал       | С,мл         |
|-----------------------------------------------|-------------|--------------|--|--------------|--|---------------|---------------|--------------|
|                                               |             | всего        |  | всего        |  |               |               |              |
| <b>Завтрак(415)</b>                           |             |              |  |              |  |               |               |              |
| Суп молочный с крутой пшеничной№72, сб.2015   | 200         | 4,12         |  | 5,2          |  | 17,82         | 184           | 0            |
| чай с сахаром №282 сб.2015г                   | 200         | 0,11         |  | 0,03         |  | 10,0          | 58,0          | 0            |
| Бутерброд с маслом                            | 30/5        | 1,98         |  | 0,25         |  | 12,08         | 89,73         | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                         | <b>435</b>  | <b>6,21</b>  |  | <b>5,48</b>  |  | <b>39,9</b>   | <b>331,73</b> | <b>10</b>    |
| <b>Второй завтрак/180/</b>                    |             |              |  |              |  |               |               |              |
| Компот из смеси сух-ов№292, сб.2015г          | 150         | 0,92         |  | 0,05         |  | 20,56         | 83,25         | 20,5         |
| <b>Итого за прием</b>                         | <b>150</b>  | <b>0,92</b>  |  | <b>0,05</b>  |  | <b>20,56</b>  | <b>83,25</b>  | <b>20,5</b>  |
| <b>Обед/740/</b>                              |             |              |  |              |  |               |               |              |
| Борщ с морской капустой и яйцом№56, сб.,2015г | 200         | 0,85         |  | 2,2          |  | 4             | 39            | 3,5          |
| Макаронные изделия отварные№215,сб.2015       | 150         | 3,45         |  | 4,23         |  | 33,34         | 191,26        | 0            |
| гуляш№97,сб.2015г.                            | 50          | 9,38         |  | 12,25        |  | 9,32          | 186,13        | 0            |
| Компот из кон-х фруктов№293, сб.2015г         | 200         | 0,18         |  | 0,04         |  | 10,21         | 41,08         | 20,5         |
| Хлеб ржаной                                   | 40          | 2,64         |  | 0,48         |  | 13,36         | 70,71         | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                         | <b>640</b>  | <b>16,5</b>  |  | <b>19,2</b>  |  | <b>70,23</b>  | <b>528,18</b> | <b>24</b>    |
| <b>Полдник /270/</b>                          |             |              |  |              |  |               |               |              |
| Пирог с повидлом№257,сб.2015г                 | 70          | 4,35         |  | 3,57         |  | 33,16         | 182,71        | 1,18         |
| Кисель                                        | 200         | 1,98         |  | 0,25         |  | 12,08         | 59,73         | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                         | <b>270</b>  | <b>6,33</b>  |  | <b>3,82</b>  |  | <b>45,24</b>  | <b>242,44</b> | <b>1,18</b>  |
| <b>Итого за день</b>                          | <b>1495</b> | <b>29,96</b> |  | <b>19,55</b> |  | <b>175,93</b> | <b>1185,6</b> | <b>55,68</b> |

7 June 09.07.2025

утверждаю заведующий

Стефаненко Е.В

| Наименование блюда                              | Выход,г     | Белки,г      |  | Жиры,г       |  | Углеводы,г    | ЭЦ,ккал        | С,мл        |
|-------------------------------------------------|-------------|--------------|--|--------------|--|---------------|----------------|-------------|
|                                                 |             | всего        |  | всего        |  |               |                |             |
| <b>Завтрак(415)</b>                             |             |              |  |              |  |               |                |             |
| Омлет с кукурузой консервированной №223сб.2015г | 180/20      | 11,4         |  | 5,61         |  | 37,36         | 248,47         | 0           |
| Кофейный напиток №395 сб.2015г                  | 200         | 0,06         |  | 0,01         |  | 7,90          | 31,23          | 0           |
| бутерброд с маслом                              | 40/10       | 1,19         |  | 0,15         |  | 7,25          | 35,84          | 0           |
| <b>Итого за прием</b>                           | <b>450</b>  | <b>12,65</b> |  | <b>5,77</b>  |  | <b>53,11</b>  | <b>315,54</b>  | <b>0</b>    |
| <b>Второй завтрак/180/</b>                      |             |              |  |              |  |               |                |             |
| сок                                             | 100         | 0,50         |  | 0,10         |  | 7,20          | 104,94         | 3           |
| <b>Итого за прием</b>                           | <b>100</b>  | <b>0,50</b>  |  | <b>0,10</b>  |  | <b>7,20</b>   | <b>104,94</b>  | <b>3</b>    |
| <b>Обед/740/</b>                                |             |              |  |              |  |               |                |             |
| Салат из моркови                                | 50          | 0,74         |  | 0,05         |  | 6,96          | 31,38          | 2,88        |
| Суп картоф. с бобовыми 62,сб.2015               | 200         | 6,11         |  | 3,48         |  | 23,66         | 152,36         | 0           |
| Рыба по Русски№52сб.2015г.                      | 200         | 16,94        |  | 8,4          |  | 25,72         | 246,32         | 10,02       |
| Компот из сух-ов №292, сб.2015г                 | 200         | 0,92         |  | 0,05         |  | 20,56         | 83,25          | 20,5        |
| Хлеб ржаной                                     | 50          | 2,64         |  | 0,48         |  | 13,36         | 70,71          | 0           |
| <b>Итого за прием</b>                           | <b>700</b>  | <b>27,35</b> |  | <b>12,46</b> |  | <b>90,26</b>  | <b>584,02</b>  | <b>33,4</b> |
| <b>Полдник /270/</b>                            |             |              |  |              |  |               |                |             |
| сухарики№257,сб.2015г                           | 40          | 1,6          |  | 0,6          |  | 10,98         | 113,34         | 0           |
| Молоко кипяченое№280,сб.2015г.                  | 200         | 0,11         |  | 0,03         |  | 9,1           | 35,25          | 0           |
| <b>Итого за прием</b>                           | <b>240</b>  | <b>1,71</b>  |  | <b>0,63</b>  |  | <b>20,08</b>  | <b>148,79</b>  | <b>0</b>    |
| <b>Итого за день</b>                            | <b>1490</b> | <b>42,21</b> |  | <b>18,96</b> |  | <b>170,65</b> | <b>1153,29</b> | <b>36,4</b> |

8-группа 10.02.2025

утверждаю заведующий

Стефаненко Е.В



| Наименование блюда                         | Выход, г    | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | ЭЦ, ккал       | С, мл        |
|--------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
|                                            |             | всего        | всего        |               |                |              |
| <b>Завтрак(415)</b>                        |             |              |              |               |                |              |
| Суп молочный с крупой овсяной №72, сб.2015 | 200         | 4,12         | 5,2          | 17,82         | 184            | 0            |
| какао с молоком №283 сб.2015г              | 200         | 0,4          | 3,39         | 14,53         | 104,47         | 0            |
| Хлеб пшеничный с маслом                    | 30/10       | 2,37         | 0,30         | 14,49         | 71,67          |              |
| <b>Итого за прием</b>                      | <b>440</b>  | <b>6,89</b>  | <b>8,59</b>  | <b>46,84</b>  | <b>360,14</b>  | <b>0</b>     |
| <b>Второй завтрак/180/</b>                 |             |              |              |               |                |              |
| сок                                        | 100         | 0,50         | 0,10         | 7,20          | 104,94         | 3            |
| <b>Итого за прием</b>                      | <b>100</b>  | <b>0,50</b>  | <b>0,10</b>  | <b>7,20</b>   | <b>104,94</b>  | <b>3</b>     |
| <b>Обед/725/</b>                           |             |              |              |               |                |              |
| Овощи тушеные                              | 60          | 0,15         | 1,7          | 0,4           | 17,8           | 1,18         |
| Суп –лапша домашняя с курицей №65          | 200         | 5,49         | 6,10         | 9,69          | 116,34         | 0            |
| Каша пшеничная с маслом                    | 150         | 4,28         | 3,56         | 39,89         | 106,01         | 0            |
| тефтели мясные №97, сб.2015г.              | 50          | 9,38         | 12,25        | 9,32          | 186,13         | 0            |
| Компот из сух-ов №292, сб.2015г            | 200         | 0,92         | 0,05         | 20,56         | 83,25          | 20,5         |
| Хлеб ржаной                                | 40          | 2,64         | 0,48         | 13,36         | 70,71          | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                      | <b>700</b>  | <b>22,86</b> | <b>24,14</b> | <b>93,22</b>  | <b>580,24</b>  | <b>21,23</b> |
| <b>Полдник /270/</b>                       |             |              |              |               |                |              |
| Печенье                                    | 40          | 3,75         | 5,90         | 27,2          | 108,0          | 0            |
| Чай с сахаром, лимоном №284, сб.2015г.     | 200         | 1,37         | 0,30         | 14,49         | 71,67          | 3,2          |
| <b>Итого за прием</b>                      | <b>240</b>  | <b>5,12</b>  | <b>6,2</b>   | <b>41,69</b>  | <b>179,67</b>  | <b>3,2</b>   |
| <b>Итого за день</b>                       | <b>1450</b> | <b>35,37</b> | <b>39,03</b> | <b>188,95</b> | <b>1224,99</b> | <b>27,43</b> |

Д.И.И. 11.02.2025



утверждаю заведующий

Стефаненко Е.В.

| Наименование блюда                      | Выход,г     | Белки,г      | Жиры,г       | Углеводы,г    | ЭЦ,ккал        | С,мл         |
|-----------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
|                                         |             | всего        | всего        |               |                |              |
| <b>Завтрак(415)</b>                     |             |              |              |               |                |              |
| Запеканка творожная                     | 160/20      | 7,46         | 6,25         | 21,02         | 169,38         | 0            |
| Чай с сахаром, лимонном№284,сб.2015г.   | 200         | 1,37         | 0,30         | 14,49         | 71,67          | 3,2          |
| Бутерброд с маслом                      | 40/10       | 1,98         | 0,25         | 12,08         | 89,73          | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                   | <b>430</b>  | <b>10,81</b> | <b>6,8</b>   | <b>47,59</b>  | <b>330,78</b>  | <b>3,2</b>   |
| <b>Второй завтрак/180/</b>              |             |              |              |               |                |              |
| Компот из кон-х фруктов№293, сб.2015г   | 100         | 0,18         | 0,04         | 10,21         | 41,08          | 20,5         |
| <b>Итого за прием</b>                   | <b>100</b>  | <b>0,18</b>  | <b>0,04</b>  | <b>10,21</b>  | <b>41,08</b>   | <b>20,5</b>  |
| <b>Обед/720/</b>                        |             |              |              |               |                |              |
| салат из соленого огурца №21 сб.2011г.  | 50          | 0,98         | 2,0          | 4             | 82,01          | 10,23        |
| Борщ с капустой и картофлем№55,сб.2015г | 200         | 15,98        | 17,63        | 15,00         | 165,32         | 3,2          |
| Каша рисовая с маслом                   | 180         | 4,28         | 3,56         | 39,89         | 106,01         | 0            |
| Гуляш из отварного мяса№94              | 50/20       | 14,77        | 14,93        | 3,64          | 197,84         | 3,2          |
| Компот из сух-ов №292, сб.2015г         | 200         | 0,92         | 0,05         | 20,56         | 83,25          | 20,5         |
| Хлеб ржаной                             | 50          | 2,64         | 0,48         | 13,36         | 70,71          | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                   | <b>750</b>  | <b>39,57</b> | <b>38,65</b> | <b>96,45</b>  | <b>705,14</b>  | <b>37,13</b> |
| <b>Полдник /270/</b>                    |             |              |              |               |                |              |
| Хлеб с повидлом№257,сб.2015г            | 40/20       | 4,35         | 3,57         | 33,16         | 182,71         | 1,18         |
| Кисель из концентрата                   | 200         | 0            | 0            | 20,0          | 76,0           | 2,3          |
| <b>Итого за прием</b>                   | <b>260</b>  | <b>4,35</b>  | <b>3,57</b>  | <b>53,16</b>  | <b>258,71</b>  | <b>3,48</b>  |
| <b>Итого за день</b>                    | <b>1540</b> | <b>54,91</b> | <b>49,06</b> | <b>207,41</b> | <b>1335,71</b> | <b>64,31</b> |

10.09.2015 14.07.2015



утверждаю заведующий Стефаненко Е.В

| Наименование блюда                                | Выход,г     | Белки,г      | Жиры,г       | Углеводы,г    | ЭЦ,ккал        | С,мл         |
|---------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--------------|
|                                                   |             | всего        | всего        |               |                |              |
| <b>завтрак(415)</b>                               |             |              |              |               |                |              |
| Каша ячневая молочная №99 сб.2015г                | 200         | 6,64         | 7,59         | 28,13         | 204            | 1,95         |
| Кофейный напиток №395 сб.2015г                    | 200         | 0,06         | 0,01         | 7,90          | 31,23          | 0            |
| хлеб пшеничный                                    | 40          | 1,6          | 0,6          | 10,98         | 113,34         | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                             | <b>440</b>  | <b>8,68</b>  | <b>8,2</b>   | <b>47,01</b>  | <b>673,53</b>  | <b>1,95</b>  |
| <b>Второй завтрак/180/</b>                        |             |              |              |               |                |              |
| Кисломолочный продукт                             | 100         | 5,22         | 5,76         | 7,2           | 104,94         | 2,4          |
| <b>Итого за прием</b>                             | <b>100</b>  | <b>5,22</b>  | <b>5,76</b>  | <b>7,2</b>    | <b>104,94</b>  | <b>2,4</b>   |
| <b>Обед/740/</b>                                  |             |              |              |               |                |              |
| Салат картофельный с зеленым горошком №23 сб.2011 | 50          | 3,13         | 5,56         | 14,38         | 85             | 24,99        |
| свекльник №67, сб.2015г                           | 200         | 1,72         | 4,92         | 7,43          | 100,79         | 0            |
| Макаронные изделия отварные №215, сб.2015         | 150         | 3,45         | 4,23         | 33,34         | 191,26         | 0            |
| Бефстроганов из отварной говядины №94, сб.2015г   | 50          | 14,77        | 14,93        | 3,64          | 197,84         | 3,2          |
| Компот из сух-ов №292, сб.2015г                   | 200         | 0,92         | 0,05         | 20,56         | 83,25          | 20,5         |
| Хлеб ржаной                                       | 50          | 0,99         | 0,18         | 5,01          | 53,03          | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                             | <b>700</b>  | <b>24,98</b> | <b>14,94</b> | <b>84,36</b>  | <b>711,17</b>  | <b>48,69</b> |
| <b>Полдник /270/</b>                              |             |              |              |               |                |              |
| сырники из творога №229, сб.2015                  | 120         | 3,87         | 3,34         | 9,21          | 79,51          | 0            |
| чай с сахаром                                     | 200         | 0,11         | 0,03         | 10,0          | 58,0           | 0            |
| <b>Итого за прием</b>                             | <b>320</b>  | <b>3,98</b>  | <b>3,37</b>  | <b>19,21</b>  | <b>137,51</b>  | <b>0</b>     |
| <b>Итого за день</b>                              | <b>1560</b> | <b>42,86</b> | <b>32,27</b> | <b>157,78</b> | <b>1627,15</b> | <b>53,04</b> |