

| № рецептуры | Наименование блюда | Пищевые вещ-ва | брутто | Нетто | Вес порции | Цена | Энерг. цен-ть | Белки | Жиры | Углеводы | A | B1 | B2 | PP | C |
|------------------------|--|------------------|---------|---------|------------|------|---------------|-------|-------|----------|------|-------|-------|------|-------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 1 день, завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| 66 | Салат из тёртой моркови с яблоком | Морковь | 37,5 | 30 | 60 | | 66 | 0,49 | 5,12 | 4,61 | 0 | 0,02 | 0,02 | 0,37 | 5,62 |
| | | Яблоки | 35,7 | 25 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло растит. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | |
| 327\330 | Каша молочная Дружба с маслом сливочным /Каша рисовая на молоке | Молоко 3,2% | 95\102 | 95\102 | 200\10 | | 264 | 5,86 | 12,04 | 33,16 | 0,06 | 0,12 | 0,16 | 0,6 | 1,22 |
| | | рис | 14\29,8 | 14\29,8 | | | | | | | | | | | |
| | | пшено | 19\ | 19\ | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | | соль | 1,4 | 1,4 | | | | | | | | | | | |
| | | Сахарный песок | 6 | 6 | | | | | | | | | | | |
| 422 | Кофейный напиток с молоком | Кофейный напиток | 8 | 8 | 200 | | 105 | 1,4 | 1,6 | 22,31 | 0,01 | 0,02 | 0,07 | 0,05 | 0,65 |
| | | молоко | 50 | 50 | | | | | | | | | | | |
| | | Сахарный песок | 20 | 20 | | | | | | | | | | | |
| 80 | Сыр порционно | сыр | 21,33 | 20 | 20 | | 72 | 4,6 | 5,8 | 0 | 0,05 | 0,001 | 0,06 | 0,03 | 0,32 |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | | <i>всего</i> | | | 530 | | 613 | 15,35 | 24,88 | 79,76 | 0,12 | 0,236 | 0,335 | 1,8 | 7,81 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 14 | Томат порционно | Помидор | 59 | 50 | 50 | | 12 | 0,55 | 0,1 | 1,9 | 0 | 0,03 | 0,02 | 0,26 | 12,5 |
| 150 | Щи из белокочанной капусты с мясом свинины \ мясо кури \ со сметаной | Капуста б\к | 50 | 40 | 200\12\4 | | 112,9 | 4,95 | 6,93 | 7,54 | 0,02 | 0,07 | 0,07 | 1,42 | 24,78 |
| | | Картофель | 32 | 24 | | | | | | | | | | | |
| | | Морковь | 10 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук репчат. | 9,6 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Свинина \кура | 26,7 | 19,1 | | | | | | | | | | | |
| | | Слив масло | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |
| | | Сметана 20% | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |
| Соль йод. | 2 | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| 158 | Жаркое домашнему | Свинина | 107 | 79 | 50\125 | | 205 | 18,18 | 6,34 | 17,95 | 0,02 | 0,2 | 0,24 | 4,56 | 22,56 |
| | | картофель | 133,5 | 100 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливочное | 5 | 5 | | | | | | | | | | | |
| | | Томат паста | 6 | 6 | | | | | | | | | | | |
| | | Молоко | 20,5 | 20,5 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливочное | 7,5 | 7,5 | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--------------|-----|-----|-----|--|---------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| | Сок фруктовый натуральный в инд. Уп. | Сок яблочный | 200 | 200 | 200 | | 96 | 1,3 | 0 | 23,73 | 0 | 0,02 | 0,05 | 0,83 | 1 |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,08 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Хлеб ржаной | | | | 40 | | 91 | 2,72 | 0,52 | 16 | 0 | 0,08 | 0,03 | 0,125 | 0 |
| | Йогурт (при наличии денежных средств) | Йогурт | 100 | 100 | 100 | | | | | | | | | | |
| | | <i>всего</i> | | | 721 | | 622,9 | 27,9 | 19,95 | 91,08 | 0,04 | 0,48 | 0,435 | 7,47 | 60,06 |
| | | <i>итог</i> | | | | | 1235,9 | 43,25 | 44,83 | 170,84 | 0,16 | 0,716 | 0,77 | 9,27 | 67,87 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

| 3-ий день завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----------------------------|--|---------------------|--------|-------------|------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Пищевые вещ-ва | брутто | Нетто | Вес порции | Цена | Энерг. цен-ть | Белки | Жиры | Углеводы | А | В1 | В2 | РР | С |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 49 | Салат из б\к капусты со сл. перцем | Перец сладкий | 18,1 | 13,6 | 60 | | 41 | 0,82 | 3,04 | 2,49 | 0 | 0,02 | 0,03 | 0,33 | 16,94 |
| | | капуста | 37,5 | 30 | | | | | | | | | | | |
| | | Огурец св. | 17,5 | 14 | | | | | | | | | | | |
| | | масло раст. | 3 | 3 | | | | | | | | | | | |
| т.к. № 344 | Запеканка творожная со сгущенным молоком | Творог | 141 | 139,95 | 150\45 | | 508,5 | 28,87 | 22,17 | 48,37 | 0,13 | 0,1 | 0,58 | 0,88 | 1,15 |
| | | Крупа манная | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | | Сахарный песок | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | | Яйцо | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |
| | | Сметана | 4,99 | 4,99 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливочное | 4,99 | 4,99 | | | | | | | | | | | |
| | | Сухари панировочные | 4,99 | 4,99 | | | | | | | | | | | |
| Сгущенное молоко | 45 | 45 | | | | | | | | | | | | | |
| т.к. №434 | Чай с сахаром и лимоном | Чай | 1 | 1 | 200/15/7 | | 59 | 0,26 | 0,05 | 15,22 | 0 | 0 | 0,01 | 0,08 | 2,9 |
| | | Сахарный песок | 15 | 15 | | | | | | | | | | | |
| | | Лимон | 8 | 7 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | | | | итог | 517 | | 714,5 | 32,95 | 25,58 | 85,76 | 0,13 | 0,195 | 0,645 | 2,04 | 20,99 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 64 | Салат из свеклы с раст.маслом | свекла | 70,5 | 56,4 | 60 | | 69 | 0,84 | 5,05 | 5,07 | 0 | 0,01 | 0,02 | 0,11 | 5,64 |
| | | Масло растит. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | |
| т.к. №125 2003 справ. | Суп рыбный | Рыба свежая | 27,84 | 24,4 | 200 | | 156 | 7,42 | 4,76 | 20 | 0,03 | 0,17 | 0,14 | 2,28 | 24,3 |
| | | Картофель | 120 | 90 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук репчатый | 9,6 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Морковь | 10 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль йод. | 2 | 2 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло слив. | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |
| 167 | Котлета из свинины | Хлеб пшенич. | 16,2 | 16,2 | 90 | | 221,4 | 7,07 | 11,72 | 14,2 | 0,018 | 0,72 | 0,126 | 3,24 | 0 |
| | | Мясо свинины | 90 | 66,6 | | | | | | | | | | | |
| | | Раст.масло | 5,4 | 5,4 | | | | | | | | | | | |
| | | Сух. Панир. | 9 | 9 | | | | | | | | | | | |
| 447 | Макароны | макароны | 50,9 | 50,9 | 150 | | 228 | 3,81 | 6,11 | 38,61 | 0,03 | 0,03 | 0,015 | 0,855 | 0 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|--------------|------|------|-----|-----|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|
| | отварные со сливочным маслом. | Масло слив. | 5,25 | 5,25 | | | | | | | | | | | |
| 392 | Компот из свежих плодов | Плоды свежие | 61,3 | 61,3 | 200 | | 76/95 | 0/0 | 0/0 | 19,96/24 | 0/0,12 | 0/0,3 | 0/0,34 | 0/3 | 0/20 |
| | | Сахар песок | 20 | 15 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Хлеб ржаной | | | | 40 | | 91 | 2,72 | 0,52 | 16 | 0 | 0,08 | 0,03 | 0,125 | 0 |
| | Молоко «Школьное» (при наличии денежных средств) | Молоко | 200 | 200 | 200 | | | | | | | | | | |
| | | <i>всего</i> | | | | 780 | | 947,4 | 24,86 | 28,48 | 133,52 | 0,078 | 1,085 | 0,356 | 7,36 |
| | | <i>итого</i> | | | | | 1661,9 | 57,81 | 54,06 | 219,28 | 0,208 | 1,28 | 1,001 | 9,4 | 50,93 |

2-ой день завтрак

| № рецептуры | Наименование блюда | Пищевые вещ-ва | брутто | Нетто | Вес порции | Цена | Энерг. цен-ть | Белки | Жиры | Углеводы | А | В1 | В2 | РР | С |
|-------------|--|----------------------------------|---------------|-------------|------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 59 | Салат из свежих огурцов с маслом растительным | Огурец св. Масло растительное | 58,5 5 | 55,6 5 | 60 | | 53 | 0,44 | 5,05 | 1,44 | 0 | 0,01 | 0,02 | 0,11 | 5,56 |
| 158 | Сосиска отварная | Сосиска в\с | 55 | 50 | 50 | | 77,4 | 6,59 | 13,55 | 13 | 0,07 | 0,14 | 0,18 | 0,68 | 1,37 |
| 443 | Пюре картофельное | картофель | 171 | 128 | 150 | | 156 | 3,24 | 5,6 | 22,05 | 0,03 | 0,15 | 0,12 | 1,68 | 25,95 |
| | | Масло сливоч. | 5,25 | 5,25 | | | | | | | | | | | |
| | | молоко | 23,7 | 23,7 | | | | | | | | | | | |
| 383 | Кисель плодово-ягодный | кисель | 24 | 24 | 200 | | 119 | 0 | 0 | 9,98 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Сахар-песок | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | Масло сливоч. порционно | Масло сливоч. | 20 | 20 | 20 | | 150 | 5,75 | 7,25 | 0 | 0,07 | 0,008 | 0,08 | 0,03 | 0,4 |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | ИТОГО | | | | 560 | | 661,4 | 19,02 | 31,77 | 66,15 | 0,17 | 0,455 | 0,425 | 3,25 | 33,28 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 60 | Салат из свежих помидоров и яблок | Помидоры св. Салат свежий | 30,72 6,24 | 26,1 4,5 | 60 | | 97 | 0,43 | 9,13 | 3,15 | 0,0 | 0,02 | 0,01 | 0,23 | 10,66 |
| | | Масло растит. | 9 | 9 | | | | | | | | | | | |
| | | Яблоко свежее | 30 | 21 | | | | | | | | | | | |
| 132 | Суп молочный с макаронными изделиями | Макароны | 16 | 16 | 200 | | 116,8 | 3,65 | 4,64 | 15,27 | 0,02 | 0,05 | 0,15 | 0,29 | 1,3 |
| | | молоко | 100 | 100 | | | | | | | | | | | |
| | | Слив.масло | 2 | 2 | | | | | | | | | | | |
| | | Сахар песок | 2 | 2 | | | | | | | | | | | |
| 155 | Гуляш из мяса свинины | Свинина | 107 | 79 | 50/75 | | 147 | 16,15 | 7,02 | 4,79 | 0,02 | 0,10 | 0,18 | 3,77 | 3,12 |
| | | Масло сливоч. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | |
| | | Томат паста | 3,6 | 3,6 | | | | | | | | | | | |
| | | Мука пшенич. | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук репчатый | 18 | 15 | | | | | | | | | | | |
| соль | 2 | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| 448 | Рис отварной | Рис | 54 | 54 | 150 | | 211,5 | 5,48 | 4,98 | 34,88 | 0,03 | 0,12 | 0,08 | 1,11 | 0 |
| | | Масло сливоч | 6,75 | 6,75 | | | | | | | | | | | |
| т.к.№ 390 | Компот из св. груш/ напиток «Витошка» с витаминами | Груша/ сухая смесь | 60/20 | 54/20 | 200 | | 38/80 | 0/0 | 0/0 | 10,03/19 | 0/0,13 | 0/0,3 | 0/0,34 | 0/3 | 0,02/20,1 |
| | | Сах.песок | 15 | 15 | | | | | | | | | | | |
| | | Лимон.к-та | 0,2 | 0,2 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Хлеб ржаной | | | | 40 | | 91 | 2,72 | 0,52 | 16 | 0 | 0,08 | 0,03 | 0,125 | 0 |

| | Фрукт (при наличии денежных средств) | Фрукт в ассортименте | 100 | 100 | 100 | | | | | | | | | | |
|--|---------------------------------------|----------------------|-----|-----|-----|--|---------------|--------------|--------------|---------------|-------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| | | <i>всего</i> | | | 815 | | 807,3 | 31,43 | 26,61 | 103,8 | 0,07 | 0,445 | 0,45 | 6,28 | 15,1 |
| | | <i>итого</i> | | | | | 1468,7 | 50,45 | 58,38 | 169,95 | 0,24 | 0,9 | 0,875 | 9,53 | 48,38 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|

| 4-ый день завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------------|--|--------------------|--------|-------|------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Пищевые вещь-ва | брутто | Нетто | Вес порции | Цена | Энерг. цен-ть | Белки | Жиры | Углеводы | А | В1 | В2 | РР | С |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 435 | Зелёный горошек отварной | Зелён горошек конц | 149,2 | 97 | 100 | | 65 | 3,02 | 3,08 | 6,33 | 0,02 | 0,10 | 0,05 | 0,68 | 9,7 |
| | | Масло слив | 3,5 | 3,5 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |
| 364 | Омлет натуральный запечённый | яйцо | 80 | 80 | 110 | | 109 | 5,52 | 9,2 | 1,02 | 0,13 | 0,03 | 0,20 | 0,09 | 0,19 |
| | | молоко | 30 | 30 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливоч. | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль | 1,4 | 1,4 | | | | | | | | | | | |
| 431 | Чай с молоком и сахаром | чай | 0,7 | 0,7 | 200 | | 56 | 1,54 | 1,63 | 9,36 | 0,01 | 0,02 | 0,08 | 0,10 | 0,72 |
| | | Сахарный песок | 7 | 7 | | | | | | | | | | | |
| | | молоко | 50 | 50 | | | | | | | | | | | |
| 9 | Сливочное масло порционно | | | | 10 | | 75 | 2,36 | 9,15 | 15,02 | 0,05 | 0,04 | 0,02 | 0,47 | 0 |
| | Хлеб пшеничный | Хлеб пшенич. | 40 | 40 | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | ИТОГО | | | | 500 | | 489 | 15,44 | 23,38 | 51,41 | 0,21 | 0,27 | 0,38 | 1,91 | 10,61 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | Огурец порционно | огурец | 52,6 | 50 | 50 | | 12 | 0,55 | 0,10 | 1,9 | 0 | 0,03 | 0,02 | 0,26 | 12,5 |
| 175 | Борщ из белокочанной капусты и картофелем, с мясом свинины /куры, сметаной | Свинина \ кура | 32,6 | 24 | 200/14,8 | | 158,56 | 6,52 | 7 | 16,69 | 0,016 | 0,14 | 0,08 | 1,52 | 13,29 |
| | | Картофель | 32 | 23,9 | | | | | | | | | | | |
| | | Морковь | 10 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук репчатый | 9,6 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло слив. | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль йод. | 2 | 2 | | | | | | | | | | | |
| | | Свекла | 40 | 30 | | | | | | | | | | | |
| | | Капуста | 20 | 16 | | | | | | | | | | | |
| | | Томат паста | 6 | 6 | | | | | | | | | | | |
| | | Сахар песок | 2 | 2 | | | | | | | | | | | |
| | | Сметана | 5 | 5 | | | | | | | | | | | |
| 191 | Тефтели мясные | Свинина | 82,5 | 61,5 | 90 | | 229,5 | 13,11 | 13,95 | 12,6 | 0,06 | 0,08 | 0,14 | 2,79 | 1,56 |
| | | Хлеб пшен | 13,5 | 13,5 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук реп | 18 | 15 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло слив | 4,5 | 4,5 | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-------------|--|---------------|------|------|-----|-------------|--------|-------|--------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|
| | | мука | 6 | 6 | | | | | | | | | | | |
| 317 | Рагу из овощей | капуста | 63,9 | 50,7 | 150 | 130,5 | 2,75 | 5,99 | 15,87 | 0,03 | 0,09 | 0,08 | 1,37 | 35,69 | |
| | | картофель | 64,2 | 48 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливоч. | 6,9 | 6,9 | | | | | | | | | | | |
| | | Морковь | 30 | 24 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук | 14,4 | 12 | | | | | | | | | | | |
| | | Мука пшенич. | 2,25 | 2,25 | | | | | | | | | | | |
| Томат паста | 1,35 | 1,35 | | | | | | | | | | | | | |
| | | Сахар песок | 0,67 | 0,67 | | | | | | | | | | | |
| т.к.№385 | Компот из изюма | Изюм | 23 | 23 | 200 | 98 | 0,41 | 0 | 25,16 | 0 | 0,03 | 0,01 | 0,11 | 0 | |
| | | Сахар-песок | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 | |
| | Хлеб ржаной | | | | 40 | 91 | 2,72 | 0,52 | 16 | 0 | 0,08 | 0,03 | 0,125 | 0 | |
| | Печенье в индивид. Упаковке(при наличии денежных средств) | Печенье | 40 | 40 | 40 | | | | | | | | | | |
| | | <i>всего</i> | | | | 784,8 | 825,56 | 29,06 | 27,88 | 107,9 | 0,11 | 0,53 | 0,385 | 6,93 | 63,04 |
| | | <i>итог</i> | | | | 1314,5 6 | 44,5 | 51,26 | 159,31 | 0,32 | 0,8 | 0,765 | 8,84 | 73,65 | |

| 5-й день завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------|--|--|--|--|----------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Пищевые вещ-ва | брутто | Нетто | Вес порции | Цена | Энерг. цен-ть | Белки | Жиры | Углеводы | A | B1 | B2 | PP | C |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 15 |
| 11 | Морковь с сахаром | Морковь Сахар песок | 75 3 | 57,6 3 | 60 | | 31 | 0,74 | 0,05 | 7,14 | 0 | 0,03 | 0,04 | 0,57 | 2,88 |
| 265 | Макароны с сыром | макароны сыр Соль йодир. Масло сливоч. | 52,5 16,2 1,4 7,5 | 52,5 15 1,4 7,5 | 150\15/7, 5 | | 286,5 | 9,11 | 11,22 | 35,97 | 0,075 | 0,14 | 0,09 | 1,17 | 0,24 |
| 426 | Какао на молоке | какао Сахар-песок Молоко | 2,4 10 150 | 2,4 10 150 | 200 | | 87 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 0,03 | 0,06 | 0,22 | 0,15 | 1,95 |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3,0 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Йогурт в инд. упаковке | Йогурт 1,5% | 100 | 100 | 100 | | 75 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 0 | 0,05 | 0,03 | 0 | 15 |
| | ИТОГО | | | | 572,5 | | 585,5 | 17,65 | 16,99 | 84,54 | 0,105 | 0,355 | 0,405 | 2,64 | 20,07 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 45 | Салат из свежей белокочанной капусты | Капуста б\к Лук репчатый Масло растит. Сахар песок Лимонная к-та | 59,2 7,5 3 3 0,2 | 47,3 6 3 3 0,2 | 60 | | 60 | 0,65 | 5,08 | 2,76 | 0 | 0,03 | 0,02 | 0,25 | 12,2 |
| 124 | Суп картофельный с мясом свинины \куры | Свинина \кура картофель Масло слив. морковь Лук соль | 32,4 120 4 10 9,6 2 | 24,0 90 4 8 8 2 | 200\15 | | 163,6 | 6,6 | 6,8 | 18,45 | 0,03 | 0,14 | 0,12 | 0,39 | 22,35 |
| 239 | Рыба тушёная в томате с овощами | пикша Масло раст. Томат.паста морковь лук сахар | 114,3 9 5,4 40,5 17,1 3,6 | 109,8 9 5,4 32,4 14,4 3,6 | 90\90 | | 196,2 | 18,52 | 9,7 | 8,82 | 0 | 0,16 | 0,2 | 3,02 | 8,48 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---------------------------------------|----------------------|--------|------|-----|--|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| | | Соль йод. | 1 | 1 | | | | | | | | | | | |
| 442 | Картофель отварной | картофель | 199,95 | 150 | 150 | | 159 | 3,02 | 4,92 | 24,48 | 0,03 | 0,18 | 0,11 | 1,95 | 30 |
| | | Масло сливочн. | 5,25 | 5,25 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль йодирован. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | |
| 394 | Компот из яблок | яблоки | 61,3 | 54 | 200 | | 62 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 0 | 0,01 | 0,01 | 0,16 | 8,91 |
| | | Сахар - песок | 15 | 15 | | | | | | | | | | | |
| | | Лимонная к-та | 0,2 | 0,2 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Хлеб ржаной | | | | 40 | | 91 | 2,72 | 0,52 | 16 | 0 | 0,08 | 0,03 | 0,125 | 0 |
| | Фрукт (при наличии денежных средств) | Фрукт в ассортименте | 100 | 100 | 100 | | | | | | | | | | |
| | | <i>всего</i> | | | 890 | | 837,8 | 34,72 | 27,55 | 105,46 | 0,06 | 0,675 | 0,515 | 6,645 | 81,94 |
| | | <i>итог</i> | | | | | 1423,3 | 52,37 | 44,54 | 190 | 0,165 | 1,03 | 0,92 | 9,29 | 102,01 |

6-й день завтрак

| № рецептуры | Наименование блюда | Пищевые вещ-ва | брутто | Нетто | Вес порции | Цена | Энерг. цен-ть | Белки | Жиры | Углеводы | А | В1 | В2 | РР | С |
|-------------|---|----------------------|------------|-----------|------------|------|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|--------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 261 | Яйцо отварное | Яйцо | 40 | 40 | 40 | | 63 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 0 | 0,02 | 0,03 | 0,18 | 9,4 |
| 328\323 | Каша молочная манная с маслом сливочным \ пшенная | Манка \ пшено | 29,8 \48,2 | 29,8\48,2 | 200\10 | | 254\159 | 5,96\8,18 | 11,8\12,8 | 31,02\42,46 | 0,06 | 0,8 | 0,16 | 0,23 | 0,66 |
| | | Молоко 3.2% | 102 | 102 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливочное | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль йод. | 1,4 | 1,4 | | | | | | | | | | | |
| | | Сахар-песок | 6 | 6 | | | | | | | | | | | |
| 422 | Кофейный напиток | Коф. напиток | 8 | 8 | 200 | | 105 | 1,4 | 1,6 | 22,31 | 0,01 | 0,02 | 0,7 | 0,5 | 0,65 |
| | | Молоко3,2% | 50 | 50 | | | | | | | | | | | |
| | | Сахар – песок | 20 | 20 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| 9 | Масло слив порц | Масло слив | 10 | 10 | 10 | | 75 | 2,88 | 3,63 | 0 | 0,035 | 0,08 | 0,08 | 0,03 | 0,4 |
| | | Итого | | | 500 | | 603 | 17,36 | 18,95 | 74,43 | 0,645 | 1,155 | 1,265 | 2,04 | 11,77 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 13 | Огурец соленый порционно | Огурец соленый | 56 | 50 | 50 | | 100 | 4,69 | 7,7 | 2,79 | 0,04 | 0,04 | 0,07 | 0,35 | 3,64 |
| 108 | Суп –лапша с мясом свинины\куры | Свинина \кура | 48,9 | 36 | 200\22 | | 165,8 | 6,67 | 6,99 | 18,45 | 0,03 | 0,13 | 0,11 | 2,38 | 22,25 |
| | | вермишель | 16 | 16 | | | | | | | | | | | |
| | | Слив.масло | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |
| | | Морковь | 10 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук репчатый | 9,6 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль | 2 | 2 | | | | | | | | | | | |
| 158 | Сосиска отварная | сосиска | 78,17 | 78 | 70 | | 130,3 | 8 | 11,97 | 51,33 | 0,05 | 0,2 | 0,31 | 6,66 | 3,44 |
| 443 | Картофельное пюре с маслом сливочным | Картофель | 171 | 128 | 150 | | 228 | 3,81 | 6,11 | 38,61 | 0,03 | 0,03 | 0,2 | 0,86 | 0 |
| | | Масло сливоч. | 6,75 | 6,75 | | | | | | | | | | | |
| | | Молоко 3,2 | 23,5 | 23,5 | | | | | | | | | | | |
| 395 | Компот из смеси сухофруктов | Сухофрукты | 24 | 24 | 200 | | 96 | 1,3 | 0 | 23,73 | 0 | 0,02 | 0,05 | 0,75 | 1,0 |
| | | Сахар песок | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Хлеб ржаной | | | | 40 | | 91 | 2,72 | 0,52 | 16 | 0 | 0,08 | 0,03 | 0,125 | 0 |
| | Фрукт (при наличии финансовых средств) | Фрукт в ассортименте | 100 | 100 | 100 | | | | | | | | | | |
| | | <i>всего</i> | | | 882 | | 917,1 | 30,19 | 33,61 | 170,59 | 0,15 | 0,575 | 0,795 | 11,875 | 30,33 |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-------------|--|--|--------|-------|-------|--------|-------|------|------|-------|------|
| | <i>umoz</i> | | | 1520,1 | 47,55 | 52,56 | 245,02 | 0,795 | 1,73 | 2,06 | 13,92 | 42,1 |
| | | | | | | | | | | | | |

| 7-й день завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
|------------------|--|---|---------------|---------------|------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|---------------|
| № рецептуры | Наименование блюда | Пищевые вещ-ва | брутто | Нетто | Вес порции | Цена | Энерг. цен-ть | Белки | Жиры | Углеводы | А | В1 | В2 | РР | С |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 446 | Кукуруза конс отварная | Кукуруза сахарная консер Масло слив | 80,85 1,75 | 48,5 1,75 | 50 | | 46 | 1,08 | 1,64 | 5,45 | 0,01 | 0,005 | 0,025 | 0,46 | 9,3 |
| 238 | Рыба припущеная | Рыба свежая лук | 114,3 4,8 | 109,82 4,5 | 90 | | 77,4 | 17,6 | 0,65 | 0,32 | 0 | 0,09 | 0,16 | 2,52 | 1,46 |
| 443 | Картофельное пюре | картофель | 171 | 128,5 | 150 | | 156 | 4,74 | 6,04 | 20,13 | 0,038 | 0,075 | 0,1 | 1,86 | 105,8 |
| | | молоко | 23,7 | 23,7 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло слив. | 7,5 | 7,5 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль | 1,4 | 1,4 | | | | | | | | | | | |
| 431 | Чай с сахаром и молоком | Чай | 0,7 | 0,7 | 200 | | 56 | 1,54 | 1,63 | 9,36 | 0,01 | 0,02 | 0,08 | 0,10 | 0,72 |
| | | Сахар-песок | 7 | 7 | | | | | | | | | | | |
| | | молоко | 50 | 50 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | | итог | | | 530 | | 441,4 | 27,96 | 10,28 | 54,94 | 0,058 | 0,265 | 0,39 | 5,69 | 117,28 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 59 | Салат из сежих огурцов с раст маслом | Огурцы св. | 58,5 | 55,6 | 60 | | 53 | 0,44 | 5,05 | 1,44 | 0 | 0,01 | 0,02 | 0,11 | 5,56 |
| | | Масло раст. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | |
| 96/175 | Борщ из свежей капусты с мясом свинины \ куры и сметаной | Свинина\кура | 32,6 | 24 | 200\15/5 | | 134,4 | 5,94 | 7,62 | 10,51 | 0,02 | 0,055 | 0,044 | 1,44 | 16,46 |
| | | Картофель | 32 | 23,92 | | | | | | | | | | | |
| | | свекла | 40 | 30 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливочное | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль йод. | 2 | 2 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук | 9,6 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Морковь | 10 | 8 | | | | | | | | | | | |
| Капуста | 20 | 16 | | | | | | | | | | | | | |
| Томат паста | 6 | 6 | | | | | | | | | | | | | |
| Сахар песок | 2 | 2 | | | | | | | | | | | | | |
| сметана | 5 | 5 | | | | | | | | | | | | | |
| 151 | Бефстроганов | Свинина | 107 | 79 | 50\50 | | 205 | 17,55 | 12,4 | 5,68 | 0,07 | 0,12 | 0,19 | 3,95 | 2,46 |
| | | лук | 29 | 24 | | | | | | | | | | | |
| | | Мука пшенич. | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------|--|----------------|------|------|-----|--|---------------|--------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| | | сметана | 23 | 23 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливоч. | 7 | 7 | | | | | | | | | | | |
| т.к.№445 справ 2003 | Каша гречневая рассыпчатая | Греча | 67,8 | 67,8 | 150 | | 211,5 | 5,48 | 4,98 | 34,88 | 0,03 | 0,12 | 0,003 | 1,11 | 0 |
| | | Масло сливочн. | 5,25 | 5,25 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль | 7,5 | 7,5 | | | | | | | | | | | |
| 392 | Компот из апельсинов | Апельсин | 61,3 | 61,3 | 200 | | 76 | 0 | 0 | 19,96 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Сахарный песок | 15 | 15 | | | | | | | | | | | |
| | | Лимон.к-та | 0,2 | 0,2 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Хлеб ржаной | | | | 40 | | 91 | 2,72 | 0,52 | 16 | 0 | 0,08 | 0,03 | 0,125 | 24,48 |
| | Шоколад « Алёнка» (при наличии денежных средств) | Шоколад | 15 | 15 | 15 | | | | | | | | | | |
| | | <i>всего</i> | | | 810 | | 876,9 | 35,13 | 30,89 | 108,15 | 0,12 | 0,46 | 0,312 | 7,485 | 41,03 |
| | | <i>итог</i> | | | | | 1318,3 | 63,09 | 41,17 | 163,09 | 0,178 | 0,725 | 0,702 | 13,18 | 141,76 |

8-ой день завтрак

| № рецептуры | Наименование блюда | Пищевые вещ-ва | брутто | Нетто | Вес порции | Цена | Энерг. цен-ть | Белки | Жиры | Углеводы | A | B1 | B2 | PP | C |
|---------------|--|-----------------|--------|--------|------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|--------------|-------------|--------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 66 | Салат из тёртой моркови с яблоком | морковь | 37,5 | 30 | 60 | | 66 | 0,49 | 5,12 | 4,61 | 0 | 0,02 | 0,02 | 0,37 | 5,62 |
| | | Масло растит. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | |
| | | яблоко | 35,7 | 25 | | | | | | | | | | | |
| 342 | Запеканка творожная с повидлом | Творог 9% | 141 | 138,46 | 150\30 | | 439,5 | 25,76 | 18,35 | 43,04 | 0,105 | 0,075 | 0,41 | 0,83 | 1,125 |
| | | манка | 9,92 | 9,92 | | | | | | | | | | | |
| | | Сахар песок. | 9,92 | 9,92 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливочн. | 4,96 | 4,96 | | | | | | | | | | | |
| | | Сметана | 4,96 | 4,96 | | | | | | | | | | | |
| Яйцо | 3,92 | 3,92 | | | | | | | | | | | | | |
| | повидло | 30 | 30 | | | | | | | | | | | | |
| 117 | Чай с сахарным песком | Чай | 0,6 | 0,6 | 200\7\15 | | 122 | 5,9 | 6,75 | 9,91 | 0,04 | 0,08 | 0,31 | 0,21 | 2,74 |
| | | Сахар | 15 | 15 | | | | | | | | | | | |
| | | лимон | 8 | 7 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | | <i>всего</i> | | | 502 | | 733,5 | 35,15 | 30,54 | 77,24 | 0,145 | 0,25 | 0,765 | 2,16 | 9,485 |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 61 | Салат из свежих помидоров с раст маслом | помидоры | 51,7 | 44 | 60 | | 60 | 0,65 | 5,08 | 2,76 | 0 | 0,03 | 0,02 | 0,25 | 12,2 |
| | | Растит масло | 5 | 5 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук реп | 14,3 | 12 | | | | | | | | | | | |
| 115 | Суп из овощей с мясом свинины \ кури со сметаной | Капуста б\к | 25 | 20 | 200\15 | | 131,2 | 9,66 | 8,45 | 11,54 | 0,024 | 0,111 | 0,135 | 2,672 | 13,9 |
| | | Картофель | 66,75 | 50 | | | | | | | | | | | |
| | | Зелёный горошек | 11,5 | 7,5 | | | | | | | | | | | |
| | | Морковь | 12,5 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук репчатый | 12 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | | соль | 2 | 2 | | | | | | | | | | | |
| | | Слив масло | 5,5 | 5,5 | | | | | | | | | | | |
| | | Сметана | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |
| Свинина \кура | 29,9 | 24 | | | | | | | | | | | | | |
| 167 | котлета из мяса свинины | Свинина | 90 | 66,6 | 90 | | 221,4 | 14,13 | 11,71 | 11,2 | 0,02 | 0,072 | 0,126 | 3,24 | 0 |
| | | Хлеб пшенич. | 16,2 | 16,2 | | | | | | | | | | | |
| | | Слив.масло | 7,88 | 7,88 | | | | | | | | | | | |
| | | Мука пшен. | 4,5 | 4,5 | | | | | | | | | | | |
| 447 | Макароны отварные | Макароны | 50,9 | 50,9 | 150 | | 181 | 8,74 | 6,61 | 43,06 | 0,03 | 0,28 | 0,13 | 2,89 | 0 |
| | | Масло слив. | 5,25 | 5,25 | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|--|---------------------------|-----|-----|-----|-----|--------|-------|-------|--------|--------|-------|-------|-------|-------|
| 383 | Кисель плодово-ягодный | Кисель | 24 | 24 | 200 | | 59 | 0 | 0 | 9,98 | 0 | 0,6 | 0,6 | 0 | 30 |
| | | Сахар песок | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Хлеб ржаной | | | | 40 | | 91 | 2,72 | 0,52 | 16 | 0 | 0,08 | 0,03 | 0,125 | 0 |
| | Йогурт (при наличии денежных средств) | Йогурт в индивид упаковке | 100 | 100 | 100 | | | | | | | | | | |
| | | <i>всего</i> | | | | 795 | | 849,6 | 38,9 | 32,69 | 114,22 | 0,074 | 1,248 | 1,066 | 9,93 |
| | | <i>итог</i> | | | | | 1583,1 | 74,05 | 63,23 | 191,46 | 0,219 | 1,498 | 1,83 | 12,09 | 65,59 |

9- ый день завтрак

| № рецептуры | Наименование блюда | Пищевые вещ-ва | брутто | Нетто | Вес порции | Цена | Энерг. цен-ть | Белки | Жиры | Углеводы | A | B1 | B2 | PP | C |
|-------------|---|-----------------------|--------|-------|------------|------|---------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 59 | Салат из свежих огурцов и помидор с раст.маслом | Огурцы св. | 28,42 | 27 | 60 | | 60 | 0,54 | 3,08 | 3,26 | 0 | 0,02 | 0,02 | 0,50 | 5,71 |
| | | помидоры | 26 | 16 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло растит. | 5 | 5 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук репч. | 14,3 | 12 | | | | | | | | | | | |
| 132 | Суп молочный с макаронными изделиями | макароны | 12 | 12 | 150,0 | | 293,3 | 9,36 | 12,99 | 33,75 | 0,12 | 0,15 | 0,21 | 1,11 | 0,43 |
| | | Вода | 63 | 63 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливоч. | 1,2 | 1,2 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль йодиров. | 1,4 | 1,4 | | | | | | | | | | | |
| | | Молоко | 75 | 75 | | | | | | | | | | | |
| | | Сахар песок | 0,9 | 0,9 | | | | | | | | | | | |
| 426 | Какао с молоком | Какао | 2,4 | 2,4 | 200 | | 87 | 4,2 | 4,8 | 7,05 | 0,03 | 0,06 | 0,22 | 0,15 | 1,95 |
| | | Молоко | 150 | 150 | | | | | | | | | | | |
| | | Сахар песок | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | Хлеб пшен | 40 | 40 | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Повидло фруктовое | | 30 | 30 | 30 | | 54 | 3,45 | 4,35 | 0 | 0,035 | 0,005 | 0,045 | 0,02 | 0,24 |
| | | итог | | | 501,7 | | 600,3 | 20,55 | 25,54 | 63,74 | 0,185 | 0,31 | 0,52 | 2,53 | 8,33 |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 45 | Салат из белокочанной капусты с растительным маслом | Капуста б\к свеж | 59,16 | 47,3 | 60 | | 57 | 0,75 | 0,05 | 13,65 | 0 | 0,03 | 0,03 | 0,48 | 6,97 |
| | | Лук реп | 7,5 | 6 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло раст | 3 | 3 | | | | | | | | | | | |
| | | Лимонная кис | 0,18 | 0,18 | | | | | | | | | | | |
| | | Сахар песок | 3 | 3 | | | | | | | | | | | |
| 118 | Суп гороховый с картофелем с мясом свинины \куры | Свинина\ кура | 24,8 | 24 | 200/15 | | 164,8 | 8,677 | 7,19 | 15,9 | 0,016 | 0,199 | 0,103 | 1,9 | 12,3 |
| | | горох | 16,2 | 16,2 | | | | | | | | | | | |
| | | Картофель | 53,4 | 40 | | | | | | | | | | | |
| | | Морковь | 10 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук репчатый | 9,6 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло слив | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль йод. | 2 | 2 | | | | | | | | | | | |
| 235 | Суфле рыбное | Рыба св. | 81,77 | 78,76 | 90 | | 190,8 | 12,24 | 8,874 | 15,228 | 0 | 0,108 | 0,126 | 1,818 | 0,864 |
| | | Мука пшенич | 3,9 | 3,9 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло раст. | 3,9 | 3,9 | | | | | | | | | | | |
| | | молоко | 22,5 | 22,5 | | | | | | | | | | | |
| | | Яйцо | 9,6 | 9,6 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль йодиров | 2,4 | 2,4 | | | | | | | | | | | |
| | | Слив масло для смазки | 2,4 | 2,4 | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|-----|---------------------------------------|----------------------|------|------|----------|--|--------|-------|-------|---------|-------|-------|-------|-------|--------|
| 443 | Картофельное пюре | картофель | 171 | 128 | 150 | | 156 | 4,74 | 6,04 | 20,13 | 0,038 | 0,075 | 0,1 | 1,86 | 105,8 |
| | | Масло слив. | 7,5 | 7,5 | | | | | | | | | | | |
| | | молоко | 23,5 | 23,5 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Хлеб ржаной | | | | 40 | | 91 | 2,72 | 0,52 | 16 | 0 | 0,08 | 0,03 | 0,125 | 0 |
| 80 | Сыр порционно | Сыр твердых сортов | 32 | 30 | 30 | | 54 | 3,45 | 4,35 | 0 | 0,035 | 0,05 | 0,045 | 0,02 | 0,24 |
| 434 | Чай с лимоном | Чай заварка | 1 | 1 | 200\15\9 | | 56 | 1,3 | 0 | 23,73 | 0 | 0,02 | 0,05 | 0,75 | 1 |
| | | Сахар песок | 15 | 15 | | | | | | | | | | | |
| | | Лимон | 10 | 9 | | | | | | | | | | | |
| | Фрукт (при наличии денежных средств) | Фрукт в ассортименте | 100 | 100 | 100 | | | | | | | | | | |
| | | <i>итог</i> | | | 795 | | 821,6 | 33,43 | 22,99 | 124,318 | 0,054 | 0,587 | 0,464 | 7,68 | 126,93 |
| | | <i>всего</i> | | | | | 1421,9 | 53,98 | 48,53 | 188,06 | 0,239 | 0,897 | 0,984 | 10,21 | 135,26 |

10 день завтрак

| № рецептуры | Наименование блюда | Пищевые вещ-ва | брутто | Нетто | Вес порции | Цена | Энерг. цен-ть | Белки | Жиры | Углеводы | А | В1 | В2 | РР | С |
|-------------|---|----------------------------------|--------|--------|------------|------|---------------|--------------|--------------|-------------|----------|--------------|--------------|-------------|--------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| 261 | Яйцо куриное отварное | яйцо | 40 | 40 | 40 | | 63 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 0 | 0,02 | 0,03 | 0,18 | 9,4 |
| 72 | Салат картофельный с растительным маслом | картофель | 67,8 | 50,8 | 120 | | 148 | 2,04 | 10,26 | 11,14 | 0 | 0,08 | 0,04 | 0,84 | 14,86 |
| | | Огурцы солёные | 37,6 | 30 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук репч | 14,2 | 12 | | | | | | | | | | | |
| | | Зелёный горошек консервированный | 30,8 | 20 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло растительное | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | | соль | 1,4 | 1,4 | | | | | | | | | | | |
| 383 | Кисель плодово-ягодный | кисель | 24 | 24 | 200 | | 119 | 0 | 0 | 9,98 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | | Сахар-песок | 10 | 10 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Йогурт в индивидуальной уп. | | | | 100 | | 75 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 0 | 0,05 | 0,03 | 0 | 15 |
| | | <i>итого</i> | | | 500 | | 511 | 10,74 | 15,78 | 55,8 | 0 | 0,225 | 0,125 | 1,77 | 39,26 |
| обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| 12 | огурец порционно | Огурец св | 52,6 | 50 | 50 | | 7 | 0,4 | 0,05 | 1,3 | 0 | 0,01 | 0,02 | 0,10 | 5,0 |
| 103 | Рассольник Ленинградский с мясом свинины\куры | Огурцы солёные | 20 | 12 | 200/15 | | 154,4 | 6,31 | 7,8 | 14,2 | 0,024 | 0,103 | 0,095 | 1,88 | 13,896 |
| | | Свинина\кура | 25,92 | 19,2 | | | | | | | | | | | |
| | | Картофель | 80 | 60 | | | | | | | | | | | |
| | | Морковь | 10 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук репчат. | 9,6 | 8 | | | | | | | | | | | |
| | | Слив.масло | 4 | 4 | | | | | | | | | | | |
| | | Соль йодиров. | 2 | 2 | | | | | | | | | | | |
| | | Сметана 20% перловка | 4 4 | 4 4 | | | | | | | | | | | |
| 157 | Ёжики мясные | Свинина | 78 | 57 | 90 | | 238,5 | 11,715 | 15,74 | 12,03 | 0,06 | 0,06 | 0,105 | 2,625 | 2,7 |
| | | Лук реп. | 31,5 | 27 | | | | | | | | | | | |
| | | рис | 7,5 | 7,5 | | | | | | | | | | | |
| | | Масло сливоч | 12 | 12 | | | | | | | | | | | |
| 443 | Картофельное пюре | Картофель | 114 | 85,33 | 100 | | 130,5 | 2,75 | 5,99 | 15,87 | 0,03 | 0,09 | 0,08 | 1,37 | 35,69 |
| | | Молоко | 15,8 | 15,8 | | | | | | | | | | | |
| | | Сливоч масло | 3,5 | 3,5 | | | | | | | | | | | |
| | | Капуста | 71,65 | 57,3 | | | 77 | 2,37 | 3,02 | 10,06 | 1,22 | 0,4 | 0,05 | 0,93 | 52,88 |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--------------------|--|----------------|-------------|--------|-----|--|---------------|---------------|--------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------|----------------|
| 439 | Капуста тушеная | Масло сливочн. | 1,75 | 1,75 | 50 | | | | | | | | | | |
| | | Соль | 1 | 1 | | | | | | | | | | | |
| | | Томат.паста | 0,9 | 0,9 | | | | | | | | | | | |
| | | Мука | 0,6 | 0,6 | | | | | | | | | | | |
| | | Сах песок | 1,5 | 1,5 | | | | | | | | | | | |
| | | Лук Морковь | 2,4 1,25 | 2 1 | | | | | | | | | | | |
| №394 справ 2003 | Компот из яблок | яблоки | 61,3 | 54 | 200 | | 62 | 0,21 | 0,21 | 15,27 | 0 | 0,01 | 0,01 | 0,16 | 8,91 |
| | | Сахар песок | 15 | 15 | | | | | | | | | | | |
| | | Лимон к-та | 0,2 | 0,2 | | | | | | | | | | | |
| | Хлеб ржаной | | | | 40 | | 91 | 2,72 | 0,52 | 16,0 | 0 | 0,08 | 0,03 | 0,125 | 0 |
| | Хлеб пшеничный | | | | 40 | | 106 | 3 | 0,32 | 19,68 | 0 | 0,075 | 0,025 | 0,75 | 0 |
| | Молоко « Школьное» витаминизированное (при наличии денежных средств) | Молоко | 200 | 200 | 200 | | | | | | | | | | |
| | | <i>всего</i> | | | 885 | | 789.4 | 27.105 | 30.63 | 94.35 | 0.114 | 0.428 | 0.365 | 7.01 | 66.196 |
| | | <i>итог</i> | | | | | 1300.4 | 37.845 | 46.41 | 150.15 | 0.114 | 0.653 | 0.49 | 8.78 | 105.456 |

