

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ.	№ рецептуры	Цена
1	1	Завтрак	гор.блюдо	каша рисовая молочная	200	5,7	8	38,4	249,6	184	49,5
			гор.блюдо	масло порциями	20	0,1	8,3	0,1	74,8	14	19,5
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	100	8,1	1	48,8	242	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастерилизованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		720	20	22,5	113,3	741,7		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	суп картофельный с макаронными изделиями	210	5,9	6	20,2	158,4	103	15,3
			2 блюдо	котлета мясная	90	8,3	18,6	13,2	254,1	281	30,7
			гарнир	каша гречневая рассыпчатая	150	8,5	6,2	38,3	242,4	141	12,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	4	0,5	24,4	121	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		700	26,7	31,3	108,7	826,2		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ	№ рецептуры	Цена
1	2	Завтрак	гор.блюдо	картофель запеченный	150	14,2	8,6	6,3	177	395	69
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	100	8,1	1	48,8	242	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		650	28,4	14,8	81,1	594,3		105
		Обед	1 блюдо	суп с клёцками	250	7,2	8,5	23	197,3	108	21,3
			2 блюдо	плов из птицы	200	12,2	18,1	35,8	354,4	291	37,2
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	4	0,5	24,4	121	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		700	23,4	27,1	95,8	723		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ	№ рецептуры	Цена
1	3	Завтрак	гор.блюдо	макаронные изделия отварные с икрой из кабачков	180	6	7,8	37,2	243,2	ТТК8	69
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	100	8,1	1	48,8	242	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		680	20,2	14	112	660,5		105
		Обед	1 блюдо	свекольник	210	5,2	9,7	13,3	165,8	77	20,8
			2 блюдо	печень по-строгановски	90	11,5	17	4,7	229,8	256	25,2
			гарнир	пюре из бобовых (горох)	150	16	6,8	33,4	259	99	12,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	4	0,5	24,4	121	1000	5,5
			хлеб черн.								

Итого	700	36,7	34	88,4	825,9	72
-------	-----	------	----	------	-------	----

1

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ	№ рецептуры	Цена
1	4	Завтрак	гор.блюдо	каша манная вязкая	200	7,4	7,1	36,3	238	184	35,5
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	горячий бутерброд с маслом, сыром	102	8,1	1	48,8	242	7	38
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		702	21,6	13,3	111,1	655,3		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	рассольник	250	5,4	7,8	14,6	155,1	96	24
			2 блюдо	жаркое по-домашнему	200	13,6	25,7	31,5	412,8	133	34,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	4	0,5	24,4	121	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		700	23	34	83,1	739,2		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ	№ рецептуры	Цена
1	5	Завтрак	гор.блюдо	гречка по-купечески	150	14,2	15,1	36,5	337,9	ТТК	69
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	100	8,1	1	48,8	242	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		650	28,4	21,3	111,3	755,2		105
		Обед	1 блюдо	суп полевой	220	6,2	6,2	21,8	167,9	105	21
			2 блюдо	гуляш из кур	90	12,1	13,9	8,4	207,4	308	25
			гарнир	каша перловая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206	323	12,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	4	0,5	24,4	121	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		710	25,9	25,2	104,9	752,6		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ.	№ рецептуры	Цена
2	1	Завтрак	гор.блюдо	каша молочная пшеничная	200	6,2	10,7	28,1	255,8	175	45,8
			гор.блюдо	сыр порциями	12	2,3	2,9	0	36	15	12,2
			гор.напиток	компот из свежих ягод	200	0,3	0,1	13,7	59,2	375	15,5
			хлеб	батон	100	8,1	1	48,8	242	ТТК	5,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		712	22,8	19,8	100,4	703,5		105
		Обед	1 блюдо	свекольник	200	5,2	10,9	13,5	178	77	17,8
			2 блюдо	биточки мясные с соусом	90/50	9,3	9,8	10	165,4	281	29,2
			гарнир	макаронные изделия отварные	150	5,5	4,7	34,9	203,5	331	11,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	4	0,5	24,4	121	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		710	24	25,9	95,4	718,2		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ.	№ рецептуры	Цена
2	2	Завтрак	гор.блюдо	плов из мяса птицы	150	12,2	18,1	35,8	354,4	291	69
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	100	8,1	1	48,8	242	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		650	26,4	24,3	110,6	771,7		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	суп гороховый	250	4,5	0,5	14	74,5	101	15,5
			2 блюдо	вареники отварные с картофелем, маслом	200/8	8,4	3,8	58,8	296,4	395	43
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	4	0,5	24,4	121	1000	5,5
			хлеб черн.								

Итого	708	16,9	4,8	109,8	542,2	72
-------	-----	------	-----	-------	-------	----

11

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ.	№ рецептуры	Цена
2	3	Завтрак	гор.блюдо	омлет натуральный	100	10,3	17	1,6	200	210	52,5
			гор.блюдо	икра кабачковая консервированная	30	0,6	2,7	2,3	35,7	ТТК	16,5
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	100	8,1	1	48,8	242	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		630	25,1	25,9	78,7	653		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	борщ с капустой и картофелем	220	5,3	1,8	2,9	47,5	82	16,5
			2 блюдо	печень по-строгановски	90	18	2,8	3,6	112,5	256	30,5
			гарнир	вермишель отварная	150	5,1	0,6	35,5	170,7	309	11,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	4	0,5	24,4	121	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		710	32,4	5,7	79	502		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ.	№ рецептуры	Цена
2	4	Завтрак	гор.блюдо	макароны с сыром	150	16,6	7,5	89,1	500,2	210	49
			мёд	мёд натуральный	20	0,3	0	82	61		20
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	100	8,1	1	48,8	242	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		670	31,1	13,7	245,9	978,5		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	щи из морской капусты	250	1,5	5,3	6,8	80	87	15,5
			2 блюдо	бефстроганов	80	9,5	8,8	4,1	133,5	375	30,5
			гарнир	каша гречневая рассыпчатая	150	4,8	1,2	25,7	135	323	12,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	4	0,5	24,4	121	1000	5,5
			хлеб черн.								
			Итого		730	19,8	15,8	73,6	519,8		72

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюда	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углевод ы	ККЛ.	№ рецептуры	Цена
2	5	Завтрак	гор.блюдо	пюре из бобовых горох	120	4,8	2,8	12,4	89,9	199	17,5
			гор.блюдо	гуляш из кур	90	9,4	9,5	1,9	55,9	308	51,5
			гор.напиток	чай с сахаром	200	0,2	0,1	16,2	64,8	430	5,5
			хлеб	хлеб пшеничный	100	8,1	1	48,8	242	1000	4,5
			напиток	молоко ультрапастеризованное	200	5,9	5,1	9,8	110,5	385	26
			фрукты								
			Итого		710	28,4	18,5	89,1	563,1		105
		Обед	закуска								
			1 блюдо	суп картофельный с крупой (гречневая)	250	1,3	5	9,3	84	101	14,3
			2 блюдо	тефтели мясные	80	7,5	8,5	9,9	147,3	279	30,7
			гарнир	рис отварной	150	1,7	0,2	19,7	85,6	304	13,5
			напиток	компот из смеси сухофруктов	200	0	0	12,6	50,3	349	8
			хлеб бел.	хлеб пшеничный	50	4	0,5	24,4	121	1000	5,5
			хлеб черн.								

[illegible]