

**МЕНЮ
САД**Алавидзе Галина
Александровна
Подписано цифровой
подписью: Алавидзе Галина
Александровна
Дата: 2024.01.09 14:06:32 +03'00'

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 40	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 40
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 205	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО 50	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" 200	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО 50	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 205	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 205
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/6	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180					КАКАО С МОЛОКОМ 180		
II Завтрак									
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 180	ГРУША СВЕЖАЯ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 180	ГРУША СВЕЖАЯ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 180	СОК ФРУКТОВЫЙ 180	ГРУША СВЕЖАЯ 150	БАНАН СВЕЖИЙ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ 180
Обед									
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 50	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/10/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/10/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/5/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 200/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 200/20	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 200/10/5	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 200/10/5	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 200/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 200/10
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 80	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 200	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 70/70	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 80	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	СУФЛЕ КУРИНОЕ 70	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ 80	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ 70	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 80	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ 80
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 150	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 150	СОУС СМЕТАННЫЙ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ) 150	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ 150	СОУС СМЕТАННЫЙ 20	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 130
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/15	ЧАЙ С САХАРОМ 180/6	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 180	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 180	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 180
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25
								БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	
Полдник									
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 200	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ 70	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 200	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 130	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 100	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 180	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ (ГОВЯДИНА) 70
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ 150	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 150	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) 50	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 180	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ 150
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	МАНДАРИН СВЕЖИЙ 90	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/15	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ПЕЧЕНЬЕ 30	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 70	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100	ПЕЧЕНЬЕ 50	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬИ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ 75	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ 180
	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 50	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ 100			СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 50	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 60	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ 100	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ 100	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ 100
							ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25		СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 50

09 января 2024 года

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		30	3.24	4.10	7.00	62.00
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	7.20	8.30	35.00	262.40
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0.12	0.00	8.52	36.00
			10.56	12.40	50.52	360.40
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		150	0.60	0.60	14.80	66.30
			0.60	0.60	14.80	66.30
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		50	0.38	0.00	0.88	6.50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/10	4.08	4.56	7.57	87.61
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		80	12.78	11.64	3.46	169.42
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		150	2.96	4.89	19.45	134.25
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		180	0.12	0.12	23.60	96.84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.70	0.20	10.60	51.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.50	0.60	10.30	52.40
			23.52	22.01	75.86	598.02
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		200	21.39	26.03	33.19	452.36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.70	0.20	10.60	51.00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		180	5.54	2.03	3.51	153.90
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	4.35	2.45	17.23	108.72
			32.98	30.71	64.53	765.98
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67.66	65.72	205.71	1,790.70

09 января 2024 года

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3.82	3.53	10.28	88.80
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	5.07	8.10	27.90	205.00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3.20	2.80	13.60	77.00
			12.09	14.43	51.78	370.80
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0.18	0.36	28.98	120.60
			0.18	0.36	28.98	120.60
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0.50	0.13	1.90	12.00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/1	4.95	4.75	17.01	130.73
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		200	19.30	21.00	22.00	355.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.50	0.60	10.30	52.40
			27.79	26.74	76.43	660.83
Полдник						
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		70	10.75	4.60	2.14	92.85
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		130	2.73	4.44	18.52	125.31
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		180	0.12	0.12	21.72	88.20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4.76	1.58	28.05	145.30
			19.36	10.86	76.83	482.66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			59.42	52.39	234.02	1,634.89

09 января 2024 года

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И ДЖЕМОМ		30	1.40	2.10	15.80	68.00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		50	1.45	2.53	3.04	40.48
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	13.53	19.08	2.68	236.84
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2.80	2.40	12.70	84.00
			19.18	26.11	34.22	429.32
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0.60	0.50	15.50	70.50
			0.60	0.50	15.50	70.50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0.40	0.00	1.30	7.00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/5/1	1.40	4.30	6.15	69.60
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		70/70	9.10	11.30	14.90	196.80
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7.20	5.90	33.00	240.00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/15	0.10	0.00	10.96	56.80
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.10	0.50	7.70	39.30
			20.30	22.12	80.41	640.50
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		200	15.81	14.15	14.31	248.98
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		180	0.12	0.01	16.90	64.80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.70	0.20	10.60	51.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.10	0.50	7.70	39.30
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.		100	2.50	20.00	4.00	207.00
			21.23	34.86	53.51	611.08
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61.31	83.59	183.64	1,751.40

09 января 2024 года

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3.24	4.10	7.00	62.00
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6.00	8.00	27.00	203.00
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3.80	3.20	15.60	107.00
			13.04	15.30	49.60	372.00
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0.18	0.36	28.98	120.60
			0.18	0.36	28.98	120.60
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ		50	0.82	7.43	6.08	94.51
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4.26	6.66	8.17	110.23
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		80	10.55	5.92	6.90	122.96
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		150	2.50	2.00	9.80	67.00
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0.00	0.00	8.40	34.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.70	0.20	10.60	51.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.88	0.75	12.90	66.00
			21.71	22.96	62.85	545.70
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	23.28	15.48	21.20	321.61
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6.00	4.00	9.80	98.90
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0.80	0.20	7.50	38.00
ПЕЧЕНЬЕ		30	2.28	3.00	26.00	111.00
			32.36	22.68	64.50	569.51
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			67.29	61.30	205.93	1,607.81

09 января 2024 года

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		40	5.36	5.16	12.85	120.10
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")		200	6.20	10.00	26.80	209.00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3.20	2.80	13.60	77.00
			14.76	17.96	53.25	406.10
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0.60	0.50	15.50	70.50
ГРУША	166,7	150	0.60	0.45	15.45	70.50
			0.60	0.50	15.50	70.50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0.69	2.96	4.05	45.51
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		200/20	5.58	5.29	11.87	117.66
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		200	20.09	20.82	26.31	372.80
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	0.36	0.00	7.00	102.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.70	0.20	10.60	51.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.88	0.75	12.90	66.00
			31.30	32.02	75.73	792.27
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0.60	0.10	1.90	12.00
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		150	7.19	7.85	29.04	215.71
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0.12	0.00	8.52	36.00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		70	8.40	5.32	30.13	202.62
			16.31	13.27	69.59	466.33
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62.97	63.75	214.07	1,735.20

09 января 2024 года

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД СМАСЛОМ И ДЖЕМОМ		40	1.62	4.73	21.26	132.40
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	5.07	8.10	27.90	205.00
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0.00	0.00	8.40	34.00
			6.69	12.83	57.56	371.40
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0.18	0.36	28.98	120.60
			0.18	0.36	28.98	120.60
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		50	0.69	2.96	4.05	45.51
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4.39	7.59	10.48	128.20
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		150	4.00	3.40	19.40	121.80
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		180	0.12	0.12	21.70	88.20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.70	0.20	10.60	51.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.88	0.75	12.90	66.00
			23.41	27.33	81.61	663.77
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0.32	0.00	1.04	5.60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		150	17.58	15.32	16.92	275.76
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		180	0.36	0.00	7.00	102.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	3.40	0.40	21.20	102.00
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	4.02	3.21	28.71	159.50
			25.68	18.93	74.87	644.86
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55.96	59.45	243.02	1,800.63

09 января 2024 года

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		30	3.82	3.53	10.28	88.80
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6.00	8.00	27.00	203.00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3.20	2.80	13.60	77.00
			13.02	14.33	50.88	368.80
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0.18	0.36	28.98	120.60
			0.18	0.36	28.98	120.60
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0.40	0.00	1.30	7.00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		200/10/5	4.17	5.22	12.25	112.87
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		80	16.86	9.19	2.72	180.27
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)		150	2.50	7.35	13.87	132.64
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		180	0.77	0.05	18.69	78.84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		30	2.04	0.24	12.72	61.20
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.88	0.75	12.90	66.00
			28.62	22.80	74.45	638.82
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17.87	11.89	16.35	247.11
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)		50	0.96	2.48	6.61	52.72
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		200	6.00	4.00	9.80	98.90
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0.80	0.20	7.50	38.00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		60	4.38	8.30	35.86	235.36
			30.01	26.87	76.12	672.09
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			71.83	64.36	230.43	1,800.31

09 января 2024 года

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3.24	4.10	7.00	62.00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		50	1.45	2.53	3.04	40.48
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	13.53	19.08	2.68	236.84
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3.80	3.20	15.60	107.00
			22.02	28.91	28.32	446.32
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0.60	0.50	15.50	70.50
			0.60	0.50	15.50	70.50
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК		50	0.43	2.55	3.90	41.01
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4.52	6.91	11.19	125.45
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		70	11.48	16.36	11.33	238.37
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		150	2.40	5.60	15.60	121.80
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		180	0.40	0.00	7.00	102.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.70	0.20	10.60	51.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.88	0.75	12.88	65.90
			22.81	32.37	72.50	745.53
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4.90	4.50	0.30	60.90
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		150	2.50	2.00	9.80	67.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.70	0.20	10.60	51.00
ПЕЧЕНЬЕ		50	3.80	5.00	43.33	185.00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/15	0.10	0.00	10.96	56.80
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.		100	2.50	20.00	4.00	207.00
			15.50	31.70	78.99	627.70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			60.93	93.48	195.31	1,890.05

09 января 2024 года

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		30	3.24	4.10	7.00	62.00
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		205	6.70	9.70	24.40	211.00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2.80	2.40	12.70	84.00
			12.74	16.20	44.10	357.00
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ		100	1.50	0.50	21.00	96.00
			1.50	0.50	21.00	96.00
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		50	0.38	0.00	0.90	6.50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		200/10/5	4.26	6.66	8.17	110.23
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		80	15.73	0.59	0.46	69.82
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0.30	1.00	1.20	14.80
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		150	3.16	5.06	21.34	143.93
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0.12	0.00	8.52	36.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.70	0.20	10.60	51.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.50	0.60	10.30	52.40
			27.15	14.11	61.49	484.68
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		180	14.19	12.73	12.85	223.83
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		75	4.82	3.33	29.98	169.31
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		180	0.12	0.12	21.70	88.20
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.		100	2.50	20.00	4.00	207.00
			22.63	36.30	74.93	719.34
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			64.02	67.11	201.52	1,657.02

09 января 2024 года

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И ДЖЕМОМ		30	1.29	2.95	16.26	95.60
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ		205	7.20	8.30	35.00	226.40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2.80	2.40	12.70	84.00
			11.29	13.65	63.96	406.00
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		180	0.18	0.36	28.98	120.60
			0.18	0.36	28.98	120.60
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0.40	0.00	1.30	7.00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		200/10	4.94	4.01	20.54	138.30
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		80	11.06	3.89	6.05	103.09
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		130	2.66	2.85	11.49	82.97
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		180	0.12	0.12	22.70	105.40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.70	0.20	10.60	51.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.88	0.75	12.90	66.00
			22.76	11.82	85.58	553.76
Полдник						
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)		70	12.44	11.11	10.38	191.08
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ		150	2.94	3.21	19.53	119.45
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.02	0.12	6.36	30.60
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ		180	5.54	2.03	3.51	153.90
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.		100	2.50	20.00	4.00	207.00
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	4.02	3.21	28.71	159.50
			28.46	39.68	72.49	861.53
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			62.69	65.51	251.01	1,941.89