

**МЕНЮ
ЯСЛИ**Алавидзе Галина
АлександровнаПодписано цифровой
подписью: Алавидзе Галина
Александровна
Дата: 2024.01.09 14:07:26 +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 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО 30	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" 150	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО 40	КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155
ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 120	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180/6	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	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 150	ГРУША СВЕЖАЯ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 150	ГРУША СВЕЖАЯ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ	СОК ФРУКТОВЫЙ 150	ГРУША СВЕЖАЯ 150	БАНАН СВЕЖИЙ 100	СОК ФРУКТОВЫЙ
Обед									
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 40	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 40	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 40	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 150/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150/15	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/5	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/5	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ 150/10/5	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 150/10
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 60	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 160	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 50/50	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 60	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 150	СУФЛЕ КУРИНОЕ 60	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ 50	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ 60	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 60	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ 60
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 120	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 120	СОУС СМЕТАННЫЙ 20	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 120	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) 150	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ 110	СОУС СМЕТАННЫЙ 20	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 120
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/10	ЧАЙ С САХАРОМ 150/5	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 150	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 150	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ 150	КОМПОТ ИЗ ИЗКОМА 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 158	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15			БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15
							ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20		
Полдник									
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ 50	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 170	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 100	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 80	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 170	КОТЕЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ 60
ЧАЙ С САХАРОМ 150/5	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ 120	ЖАРКОЕ ПО- ДОМАШНЕМУ 120	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 120	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 120
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 158	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/10	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ 20	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 150	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ 30	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ 50	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15
	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 50	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ 100		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 150		ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ 100	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ 100	ЧАЙ С САХАРОМ 150/5
							ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25		

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 ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5.04	6.20	26.30	189.30
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		180/6/7	0.12	0.00	8.52	36.00
			8.40	10.30	41.82	287.30
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		150	0.60	0.60	14.80	66.30
			0.60	0.60	14.80	66.30
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		40	0.30	0.00	0.70	5.20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/10	4.08	4.52	7.80	88.25
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		60	10.11	5.54	2.54	100.06
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2.36	4.07	15.48	108.37
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0.10	0.10	19.70	80.70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.10	0.50	7.70	39.30
			19.05	14.85	60.32	452.88
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		160	6.50	9.80	17.70	209.20
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0.00	0.00	7.00	28.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		50	6.45	3.64	25.86	162.24
			13.95	13.56	56.96	430.44
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42.00	39.31	173.90	1,236.92

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		155	3.80	6.10	20.90	154.00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3.20	1.80	13.60	77.00
			10.82	11.43	44.78	319.80
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0.00	0.00	0.00	0.00
			0.00	0.00	0.00	0.00
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0.40	0.10	1.50	9.60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/1	4.18	4.23	12.18	103.60
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		160	15.50	17.00	17.60	216.00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0.46	0.12	13.27	56.74
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.10	0.50	7.70	39.30
			22.64	22.07	58.65	456.24
Полдник						
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ		50	7.70	3.29	1.53	66.43
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2.33	3.92	15.72	107.70
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		150	0.10	0.10	18.10	75.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		50	4.76	1.58	28.05	145.30
			15.89	9.01	69.80	425.43
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49.35	42.51	173.23	1,201.47

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 СЛИВОЧНЫМ И ДЖЕМОМ		30	1.40	2.10	15.80	68.00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		30	0.89	1.56	1.87	25.04
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		120	10.87	15.33	2.14	190.26
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2.80	2.40	12.70	84.00
			15.96	21.39	32.51	367.30
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0.60	0.50	15.50	70.50
			0.60	0.50	15.50	70.50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0.30	0.00	1.00	5.60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	4.18	6.48	5.71	98.47
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА		50/50	15.10	15.30	3.50	134.00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	5.80	4.78	26.80	174.00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0.05	0.00	7.63	39.09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
			26.43	26.68	51.04	482.16
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	13.45	13.49	12.18	224.98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		150	0.10	0.01	14.10	54.00
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2.50	20.00	4.00	207.00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3.70	6.95	29.94	196.69
			20.75	40.57	66.62	713.67
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63.74	89.14	165.67	1,633.63

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 СЛИВОЧНЫМ		30	3.24	4.10	7.00	62.00
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5.00	7.30	18.30	158.00
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3.80	3.20	15.60	107.00
			12.04	14.60	40.90	327.00
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0.00	0.00	0.00	0.00
			0.00	0.00	0.00	0.00
Обед						
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4.20	6.46	7.92	107.18
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		60	7.93	4.47	5.21	92.90
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	2.00	1.60	7.80	53.50
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0.00	0.00	7.00	28.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.63	0.20	10.63	51.63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.10	0.50	7.70	39.30
			17.50	19.35	51.00	449.16
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		100	17.87	11.89	16.35	247.11
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4.40	3.00	7.30	74.20
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0.80	0.20	7.50	38.00
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		20	2.80	3.60	14.90	94.40
			25.87	18.69	46.05	453.71
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55.41	52.64	137.95	1,229.87

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		30	3.82	3.53	10.28	88.80
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		150	2.60	2.50	18.50	128.00
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	3.20	1.80	13.60	77.00
			9.62	7.83	42.38	293.80
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0.60	0.50	15.50	70.50
			0.60	0.50	15.50	70.50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0.55	2.44	3.24	37.06
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150/15	4.53	4.47	10.50	100.37
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ		150	12.30	12.34	25.06	260.61
СОУС СМЕТАННЫЙ		20	0.30	0.80	1.20	14.90
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0.30	0.00	5.80	85.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.63	0.20	10.63	51.63
			19.61	20.25	56.43	549.57
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		50	0.60	0.10	1.90	12.00
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ		120	5.77	8.23	23.26	190.30
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		158	0.07	0.01	7.10	29.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	5.95	3.12	21.16	136.64
			13.39	11.58	59.82	398.94
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43.22	40.16	174.13	1,312.81

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 С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		30	3.24	4.10	7.00	62.00
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3.80	6.10	20.90	154.00
ЧАЙ С САХАРОМ		180/6	0.08	0.00	5.97	24.18
			7.12	10.20	33.87	240.18
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0.00	0.00	0.00	0.00
			0.00	0.00	0.00	0.00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ		40	0.55	2.44	3.24	37.06
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4.04	6.55	7.91	107.11
СУФЛЕ КУРИНОЕ		60	10.24	5.12	1.84	94.00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ		120	3.20	2.70	15.50	97.40
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0.10	0.10	18.10	73.50
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.67	0.20	10.67	51.67
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.10	0.50	7.70	39.30
			20.90	17.61	64.96	500.04
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0.30	0.00	1.00	5.60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		120	14.06	13.20	13.53	229.15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0.30	0.00	5.80	85.00
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		50	4.02	3.16	28.71	159.06
			19.68	16.48	55.44	509.81
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			47.70	44.29	154.27	1,250.03

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 СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ		155	4.20	5.60	18.70	142.10
ЧАЙ С МОЛОКОМ		180	2.59	2.18	9.16	67.21
			10.61	11.31	38.14	298.11
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0.00	0.00	0.00	0.00
			0.00	0.00	0.00	0.00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0.30	0.00	1.00	5.60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	4.11	5.21	11.79	110.73
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		50	10.56	5.76	1.79	113.12
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		150	0.77	0.05	16.81	71.33
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.67	0.20	10.67	51.67
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.47	0.67	10.27	52.40
			21.43	19.16	66.47	538.26
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		80	14.32	9.54	13.13	198.48
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		150	4.40	3.00	7.30	74.20
МАНДАРИН СВЕЖИЙ		100	0.80	0.20	7.50	38.00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		50	3.70	6.95	29.94	196.69
			23.22	19.69	57.87	507.37
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			55.26	50.16	162.48	1,343.74

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 СЛИВОЧНЫМ		30	3.24	4.10	7.00	62.00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		40	1.19	2.08	2.50	33.38
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		100	9.08	12.76	1.79	158.30
КАКАО С МОЛОКОМ		180	3.08	3.20	15.60	107.00
			17.31	22.14	26.89	360.68
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		40	0.34	2.09	3.14	33.45
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4.35	6.59	10.02	117.12
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ		60	11.22	2.36	9.33	103.00
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ		110	1.80	4.10	11.40	89.00
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0.30	0.00	5.80	85.00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.02	0.12	6.36	30.60
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.13	0.45	7.73	39.30
			20.16	15.71	53.78	497.47
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		40	4.90	4.50	0.30	63.00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		120	2.00	1.60	7.80	53.50
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1.67	0.20	10.67	51.67
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ		30	4.20	5.40	22.35	141.60
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/10	0.08	0.00	7.34	38.03
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2.50	20.00	4.00	207.00
			15.35	31.70	52.46	554.80
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			53.42	70.05	148.63	1,483.45

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 СЛИВОЧНЫМ И ДЖЕМОМ		30	1.40	2.10	15.80	68.00
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	5.00	7.30	18.30	128.00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2.80	2.40	12.70	84.00
			9.20	11.80	46.80	280.00
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ		100	1.50	0.50	21.00	96.00
			1.50	0.50	21.00	96.00
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ		40	0.30	0.00	0.70	5.20
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	4.20	6.46	7.92	107.18
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ		60	11.98	0.45	0.35	53.16
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		120	2.51	4.21	17.08	116.54
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1.30	0.13	8.50	41.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.10	0.50	7.70	39.30
			21.76	12.76	50.55	406.18
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		170	13.45	13.49	12.18	224.98
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0.10	0.10	18.10	73.50
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ		50	3.31	5.00	17.34	127.71
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2.50	20.00	4.00	207.00
			20.36	38.71	58.02	664.19
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			52.82	63.77	176.37	1,446.37

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 СЛИВОЧНЫМ И ДЖЕМОМ		30	1.40	2.10	15.80	68.00
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		155	3.42	4.70	13.70	142.00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2.80	2.40	12.70	84.00
			7.62	9.20	42.20	294.00
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ		150	0.00	0.00	0.00	0.00
			0.00	0.00	0.00	0.00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0.30	0.00	1.00	5.60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		150/10	4.60	3.68	19.29	128.97
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ		60	8.27	2.67	4.55	75.12
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		120	2.73	4.57	11.88	100.17
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0.10	0.10	18.90	87.80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.02	0.12	6.42	31.02
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.10	0.50	7.70	39.30
			18.12	11.64	69.74	467.98
Полдник						
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ		60	8.93	6.74	8.97	205.10
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		120	2.36	4.07	15.48	108.37
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.00	0.12	6.40	31.00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1.10	0.50	7.70	39.30
ЧАЙ С САХАРОМ		150/5	0.04	0.00	4.92	19.84
			13.43	11.43	43.47	403.61
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			39.17	32.27	155.41	1,165.59