IIPMMEPHOE BECEHHEE

20-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ С 1-ГО ДО 3-Х ЛЕТ

утверждено:

PECONSTRUCTOR DATA OF THE PARKAS $N_{\overline{0}}$ 80 - O $_{\overline{1}}$ OT $10.03.2025\Gamma$. C.Ю.ТИМОШЕНКОВА

День: понедельник Неделя: первая

Прием	Изиманальния бълга	Bec	Пищевь	іе вещест	ва (г)	Энергетическая	No sou
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Каша пшеничная вязкая с сахаром и маслом	100/3/3	2.77	2.16	19.55	108.87	168A
Ужин	Яйцо вареное	40	5.08	4.60	0.28	63.00	213A
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1A
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	395A
Итого за за			12.02	14.41	41.42	343.87	
Второй завтра	к Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/5	5.83	4.42	0.00	104.18	82A
	Шницель рыбный натуральный	60/2	8.98	2.68	5.84	83.00	258A
	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34	109.80	321
	Овощи по сезону № 47	30	0.50	1.50	2.53	25.71	47
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372A
Итого за об	бед		20.97	11.67	70.98	519.64	
Ужин	Булочка "Ванильная"	70	4.92	5.61	38.86	255.17	467A
	Кисломолочный продукт	150	4.35	3.75	6.00	75.00	401
Итого за уж	кин		9.27	9.36	44.86	330.17	
ИТОГО за д	16HP		42.26	35.44	157.26	1193.68	

День: вторник Неделя: первая

Прием	Наимонование блюда	Bec	Пищевы	ые вещест	тва (г)	Энергетическая	No pou
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	150	4.47	4.10	12.81		94/
	Булочка "Ромашка" с маслом	25/5	2.30	4.37	16.32	113.10	16
	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	397
Итого за за	втрак		9.92	11.19	42.09	308.30	
	A		0.00	0.00	4.00	00.00	200
Второй завтра	к Фрукты	50	0.20	0.20	4.90		368
			0.20	0.20	4.90	22.00	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	150/5	6.64	3.97	5.18	80.52	67,
	Тефтели мясные (2й вариант)	80/2	14.90	16.70	19.50		287
	Икра свекольная	100	2.33	4.56	12.30	100.10	54/
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	16
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	16
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376
Итого за об	1	•	27.09	25.86	83.25	665.57	
Ужин	Пудинг из творога с яблоками	70	9.52	7.46	10.24	146.30	240
	Кисель из сока натурального	150	0.42	0.04	22.65	92.70	382
Итого за уж	кин		9.94	7.50	32.89	239.00	
ИТОГО за д	шень		47.15	44.75	163.13	1234.87	

День: среда Неделя: первая

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищеві	ые вещес [.]	тва (г)	Энергетическая	No pou
пищи	паименование олюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94
Oub pun	Батон пшеничный с сыром	25/5/7	3.89	5.65	11.97	114.28	3 <i>F</i>
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63		395 <i>A</i>
Итого за за			10.70	11.75	35.41	290.48	
	T-	100	0.40	0.40		44.00	000
Второй завтра	ак Фрукты	100	0.40 0.40	0.40 0.40	9.80 9.80		368
			0.40	0.40	9.00	44.00	
Обед	Суп рыбный	150	12.85	2.37	17.50	131.00	270 <i>A</i>
	Котлета рубленные из птицы	60/2	12.48	2.91	10.00	113.20	305 <i>A</i>
	Рагу из овощей	100	1.62	8.68	9.13	121.00	137 <i>A</i>
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372 <i>F</i>
Итого за об	бед		30.17	14.59	82.90	562.15	
Varan	10	100/20	7.71	6.87	46.96	280.92	4404
Ужин	Оладьи со сгущенным молоком	150/6	0.04	0.01	46.96 6.99		449 <i>A</i> 392 <i>A</i>
	Чай с сахаром	150/6					JUZF
Итого за ух	VILL	I	7.75	6.88	53.95	308.92	

День: четверг Неделя: первая

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищеві	ые вещес	тва (г)	Энергетическая	№ рец.
пищи	паименование олюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	и≥ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с пшеном	150	4.47	4.10	12.81	106.20	944
-	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1.4
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392A
Итого за за		,	6.34	9.76	30.76	236.20	
Второй завтра	ак Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15	64.00	
1							
Обед	Суп картофельный с крупой	150/5	6.90	2.50	8.67	84.57	808
	Печень по-строгановски	100	13.25	11.22	3.51	185.00	255A
	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34	109.80	321
	Овощи по сезону № 70	30	0.33	0.03	1.05	6.00	70
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376 <i>A</i>
Итого за об	бед	,	26.14	16.82	75.84	582.32	
Ужин	Омлет с сыром	60	6.95	12.87	1.07	148.00	216 <i>A</i>
	Икра кабачковая промышленная	40	0.00	2.80	2.80	36.00	
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99		392 <i>A</i>
Итого за ух			8.47	16.12	21.46	261.20	
ИТОГО за д	16НР		41.70	42.70	143.21	1143.72	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·

День: пятница Неделя: первая

Прием	Наимонование быска	Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No pou
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с манной крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	947
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1/
	Чай с лимоном	150/6/3,5	0.07	0.01	7.10	29.00	393/
Итого за за	втрак		6.30	9.75	23.77	208.20	
Второй завтра	ık						
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150	6.69	3.69	7.74	91.17	57/
	Гуляш из отварного мяса	100	12.85	10.34	3.30	157.50	277
	Каша гречневая вязкая	100/2	2.80	1.40	16.70	90.40	1681
	Овощи по сезону № 45	45	0.81	3.70	4.60	55.00	45/
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	16
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82		372
Итого за об	ед		26.37	19.76	78.61	591.02	
Ужин	Кондитерские изделие	50	0.7	0.82	19.32	87.50	
	Молоко кипяченое	150	4.58	4.08	7.58	85.00	400
Итого за уж	КИН		5.28	4.90	26.90	172.50	
ИТОГО за д	10111		37.95	34.41	129.28	971.72	

День:понедельник Неделя: вторая

Прием		Bec	Пищеві	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No
Пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Макароны отварные с сыром	100/2/7	7.74	8.34	18.92	181.66	206/
•	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1/
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392/
Итого за за	втрак		9.61	14.00	36.87	311.66	
Зторой завтра	к Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15	64.00	
Обед	Рассольник	150/5	6.86	3.81	10.05	102.12	76
	Биточки рубленные мясные	60/2	9.32	7.07	9.64	139.00	282/
	Икра свекольная	100	2.33	4.56	12.30	100.10	54/
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	16
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	16
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372
Итого за об	бед		21.73	16.07	78.26	538.17	
Ужин	Пирожки печеные	70	4.08	4.49	33.68	191.33	454
	Кисломолочный продукт	150	4.50	3.75	6.30	76.00	40
∕Ітого за уж	КИН		8.58	8.24	39.98	267.33	
ИТОГО за д	шень Пень		40.67	38.31	170.26	1181.16	

День: вторник Неделя: вторая

Прием	Наимонование быста	Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No pou
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5 6	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94
•	Булочка "Ромашка" с маслом	25/5	2.30	4.37	16.32	113.10	16
	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	397
Итого за за	втрак		9.92	11.19	42.09	308.30	
Второй завтра	к Фрукты свежие	100	1.50	0.50	21.00	95.00	368
			1.50	0.50	21.00	95.00	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150/5	8.89	3.91	9.89	110.52	81.4
ООСД	Рыба, запеченная с морковью	80	8.78	4.09	3.45		253
	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34	109.80	32
	Овощи по сезону № 70	30	0.33	0.03	1.05		7(
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60		1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376 <i>A</i>
Итого за об	ј ед		23.66	11.10	77.00	509.27	
Ужин	Сырники из творога	70	13.02	8.86	7.53	162.40	23
7 7.17111	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392 <i>F</i>
Итого за уж			13.06	8.87	14.52	190.40	
ИТОГО за д			48.14	31.66	154.61	1102.97	

День: среда Неделя: вторая

Прием	Наимонование быева	Bec	Пищевь	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No pou
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94/
• • • • • • • • • • • • • • • • • • •	Батон пшеничный с сыром	25/5/7	3.89	5.65	11.97	114.28	3/
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	395 <i>A</i>
Итого за за			10.70	11.75	35.41	290.48	
Второй завтра	ак Фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	44.00	368
			0.40	0.40	9.80	44.00	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/5	5.83	4.42	0.00	104.18	82 <i>A</i>
	Котлета рубленные из птицы	60/2	12.48	2.91	10.00		305A
	Капуста тушеная	120	2.47	3.88	11.31	90.12	336 <i>A</i>
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372 <i>F</i>
Итого за об	бед	,	24.00	11.84	67.58	504.45	
Ужин	Ватрушки с творогом	70	9.45	4.94	27.86	205.00	458 <i>A</i>
	Кисель из сока натурального	150	0.42	0.04	22.65		382 <i>F</i>
Итого за ух		,	9.87	4.98	50.51	297.70	
итого за д			44.97	28.97	163.30	1136.63	

День: четверг Неделя: вторая

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищевь	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	№ рец.
пищи	Паименование олюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	и₂ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с пшеничной крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94A
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1A
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392A
Итого за за	втрак		6.34	9.76	30.76	236.20	
Второй завтра	ак Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15	64.00	
Обед	Суп из овощей	150/5	6.55	3.74	5.59	86.85	99A
	Плов из птицы	160	16.59	4.78	26.76	304.00	304
	Овощи по сезону № 47	30	0.50	1.50	2.53	25.71	47
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376A
Итого за об	бед		26.86	10.65	81.15	613.51	
Ужин	Омлет натуральный	60	5.73	11.04	1.10	127.00	215A
-	Икра кабачковая промышленная	40	0.00	2.80	2.80		
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392A
Итого за ух	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		7.25	14.29	21.49	240.20	
ИТОГО за д			41.20	34.70	148.55	1153.91	

День: пятница Неделя: вторая

Прием	Наимонования блюта	Bec	Пищев	ые вещес [.]	тва (г)	Энергетическая	No nou:
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5 6	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с манной крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94
•	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1.4
	Чай с лимоном	150/6/3,5	0.07	0.01	7.10	29.00	393A
Итого за за	втрак		6.37	9.76	30.87	237.20	
Второй завтра	к						
			0.00	0.00	0.00	0.00	
Обед	Борщ с картофелем	150	6.83	3.76	8.57	95.52	58 <i>A</i>
ОООД	Жаркое по домашнему	170	20.80	5.33	18.50		276 <i>A</i>
	Овощи по сезону № 45	45	0.81	3.70	4.60		45 A
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372 <i>A</i>
Итого за об			31.66	13.42	77.94	552.47	
Ужин	Кондитерское изделие	50	0.7	0.82	19.32	87.50	
	Молоко кипяченое	150	4.58	4.08	7.58		400
Итого за уж		'	5.28	4.90	26.90	172.50	
ИТОГО за д		'	43.31	28.08	135.71	962.17	

День: понедельник Неделя: третья

Прием		Bec	Пищевы	ые вещес	тва (г)	Энергетическая	
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Ужин	Яйцо отварное	40	5.08	4.60	0.28	63.00	213A
ЭМИП	Икра кабачковая промышленная	40	0.00	2.80	2.80		210/
	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	25/5	1.83	5.65	10.96		1A
	Батон пшеничный с маслом		2.34	2.00	10.63		
Итого за за	Кофейный напиток с молоком	150	9.25	15.05	24.67	271.00	395A
Итого за за	автрак		9.20	15.05	24.07	271.00	
Второй завтр	ак Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15	64.00	
05	D	450/5	C 0C	2.04	40.05	402.42	704
Обед	Рассольник Ленинградский	150/5	6.86	3.81	10.05		76A
	Биточки рубленные мясные	60/2	9.32	7.07	9.64		282A
	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34		321
	Овощи по сезону № 47	30	0.50	1.50	2.53		47
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	28.82	84.75	372A
Итого за о	бед		22.34	15.45	92.83	573.58	
Ужин	Булочка "Ванильная"	70	4.92	5.61	38.86	255.17	467A
	Кисломолочный продукт	150	4.35	3.75	6.00	75.00	401
Итого за у	жин		9.27	9.36	44.86	330.17	
итого за	день		41.61	39.86	177.51	1238.75	

День: вторник Неделя: третья

Прием	Нашина бълга	Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No nou-
Пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4.31	3.90	14.12	108.90	934
	Булочка "Ромашка" с маслом	25/5	2.30	4.37	16.32	113.10	1E
	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96	89.00	397 <i>A</i>
Итого за за	втрак		9.76	10.99	43.40	311.00	
Второй завтра	ак Фрукты свежие	100	1.50	0.50	21.00	95.00	368 <i>A</i>
			1.50	0.50	21.00	95.00	
06	C	150/5	C 55	2.74	F F0	00.05	004
Обед	Суп из овощей		6.55	3.74	5.59		994
	Рыба, запеченная с морковью	80	8.78	4.09	3.45	—	253
	Рис отварной	100	2.43	3.58	24.46	139.80	315
	Овощи по сезону № 45	45	0.81	3.70	4.60	55.00	45 <i>A</i>
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376 <i>A</i>
Итого за об	бед		154.14	134.20	673.06	4430.85	
Ужин	Запеканка из творога	70	12.43	8.47	12.85	177.10	237
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392A
Итого за ух		•	12.47	8.48	19.84	205.10	
ИТОГО за д			177.87	154.17	757.30	5041.95	

День: среда Неделя: третья

Прием	110,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No more
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
		450	4 4=	4.40	10.01	400.00	0.44
Завтрак		150	4.47	4.10	12.81	106.20	944
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1.4
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99		392A
Итого за за	автрак		6.34	9.76	30.76	236.20	
Второй завтра	ак Фрукты свежие	100	0.40	0.40	9.80	44.00	368A
•		,	0.40	0.40	9.80	44.00	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/5	5.83	4.42	0.00	104.18	82 <i>A</i>
	Котлеты рубленные мясные	60/2	9.32	7.07	9.64	139.00	282A
	Каша пшеничная вязкая	100/3	2.80	1.40	16.70	90.40	168E
	Овощи по сезону № 70	30	0.33	0.03	1.05	6.00	70
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372A
Итого за об	бед		21.50	13.55	73.66	536.53	
Ужин	Пицца "Детская"	100	16.06	13.38	27.94	296.00	465A
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99		392A
Итого за ух			16.10	13.39	34.93	324.00	-
ИТОГО за д		1	44.34	37.10	149.15	1140.73	

День: четверг Неделя: третья

Прием	Hammana 5-14-5	Bec	Пищев	ые вещес	тва (г)	Энергетическая	No mari
Пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
2	Io	450	4 47	4.40	40.04	400.00	044
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94A
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96		1A
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63		395A
Итого за за	втрак		8.64	11.75	34.40	278.20	
	к Сок фруктовый, овощной, ягодный	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
		,	0.75	0.00	15.15	64.00	
05	C	150/5	8.89	2 04	9.89	110.52	01 /
Обед	Суп картофельный с бобовыми			3.91		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	81A
	Шницель рыбный натуральный	60/2	8.98	2.68	5.84		258A
	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34		321
	Овощи по сезону № 47	30	0.50	1.50	2.53	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	47
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376A
Итого за об	бед		24.03	11.16	80.87	525.98	
Ужин	Омлет с сыром	60	6.95	12.87	1.07	148.00	216A
2 - 345	Икра кабачковая промышленная	40	0.00	2.80	2.80		
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99		392A
Итого за ух	КИН		8.47	16.12	21.46	261.20	
ИТОГО за д	16HP		41.89	39.03	151.88	1129.38	

День: пятница Неделя: третья

Прием	Наиманавания быста	Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No nou:
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с манной крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94,
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96		1/
	Чай с лимоном	150/6/3,5	0.07	0.01	7.10		393
Итого за за		,	6.37	9.76	30.87		
Обед		150	6.69	3.69	7.74	91.17	57 <i>F</i>
Обед	Борщ с капустой и картофелем	90	11.56		3.00		277
	Гуляш из отварного мяса	100/3	2.80	9.30 1.40	16.70	94.00	168E
	Каша гречневая вязкая		0.81	3.70			
	Овощи по сезону № 45	45			4.60		45 A
	Хлеб пшеничный	20 30	1.48	0.44	10.60	-	1E
	Хлеб пшенично-ржаной		1.41	0.18	14.85		
14	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82		372
Итого за об	ред		25.08	18.72	78.31	578.92	
Ужин	Кондитерское изделие	50	0.7	0.82	19.32	87.50	
	Молоко кипяченое	150	4.58	4.08	7.58	85.00	400
Итого за уж		·	5.28	4.90	26.90	172.50	
ИТОГО за д	IEHP		36.73	33.38	136.08	988.62	

День:понедельник Неделя: четвертая

Прием		Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No
Пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	6 7	8	9
Завтрак	Макароны отварные с сыром	100/3/7	7.74	8.34	18.92	181.66	206A
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1A
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392A
Итого за за	автрак		9.61	14.00	36.87	311.66	
Второй завтра	ак Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15	64.00	
Обед	Рассольник Ленинградский	150/5	6.86	3.81	10.05	102.12	76A
	Тефтели мясные (2й вариант)	80/2	14.90	16.70	19.50	288.00	287A
	Икра свекольная	100	2.33	4.56	12.30	100.10	54A
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372A
Итого за об	бед		27.31	25.70	88.12	687.17	
Ужин	Пирожки печеные	70	4.08	4.49	33.68	191.33	454A
	Кисломолочный продукт	150	4.50	3.75	6.30		401
Итого за ух			8.58	8.24	39.98	267.33	
ИТОГО за д			46.25	47.94	180.12	1330.16	

День: вторник Неделя: четвертая

Прием	Наименование блюда	Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)] Энергетическая	№ рец.
пищи	паименование олюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	.и⊻ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с рисовой крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94A
Завтрак	Булочка "Ромашка" с маслом	25/5	2.30	4.37	16.32	113.10	1E
	Какао с молоком	150	3.15	2.72	12.96		397
Итого за за	•	100	9.92	11.19	42.09		001
			<u>'</u>				
Второй завтра	ак Фрукты	100	1.50	0.50	21.00	95.00	368A
			1.50	0.50	21.00	95.00	
06	lu	450/5	0.04	2.07	F 40	00.50	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	150/5	6.64	3.97	5.18		67A
	Рыба, запеченная с морковью	80	8.78	4.09	3.45		253
	Пюре картофельное	120	2.44	2.44	16.34	109.80	321
	Овощи по сезону № 70	30	0.33	0.03	1.05	6.00	70
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376A
Итого за об	бед		21.41	11.16	72.29	479.27	
	Te	400/0	44.00	40.00	45.04	040.00	0004
Ужин	Ленивые вареники	100/2	14.83	10.86	15.31	218.00	230A
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99		392A
Итого за ух			14.87	10.87	22.30	246.00	
итого за д	день		47.70	33.72	157.68	1128.57	

День: среда

Неделя: четвертая

Прием		Bec	Пищевь	не вещест	гва (г)	Энергетическая	No
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94A
Эавтрак	Батон пшеничный с сыром	25/5/7	3.89	5.65	11.97	114.28	3A
	Кофейный напиток с молоком	150	2.34	2.00	10.63	70.00	395A
Итого за за		100	10.70	11.75	35.41	290.48	0007
		100	0.40	0.40	0.00	44.00	2004
Второй завтра	ак Фрукты	100	0.40	0.40	9.80	44.00	368A
			0.40	0.40	9.80	44.00	
Обед	Суп рыбный	150	12.85	2.37	17.50	131.00	270A
	Котлета рубленные из птицы	60/2	12.48	2.91	10.00	113.20	305A
	Капуста тушеная	120	2.47	3.88	11.31	90.12	336A
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372A
Итого за об	бед		31.02	9.79	85.08	531.27	
Ужин	Ватрушки с творогом	70	9.45	4.94	27.86	205.00	458A
	Кисель из сока натурального	150	0.42	0.04	22.65	92.70	382A
Итого за ух		'	9.87	4.98	50.51	297.70	
ИТОГО за		'	51.99	26.92	180.80	1163.45	

День: четверг Неделя: четвертая

Прием	Наименование блюда	Bec		ые вещес	тва (г)	Энергетическая	№ рец.
пищи	паименование олюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	м₂ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с гречневой крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1.4
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392 <i>A</i>
Итого за за	втрак		6.34	9.76	30.76	236.20	
	ак Сок фруктовый	150	0.75	0.00	15.15	64.00	399
			0.75	0.00	15.15	64.00	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150/5	8.89	3.91	9.89	110.52	81A
	Плов из птицы	160	16.59	4.78	26.76	304.00	304
	Овощи по сезону № 47	30	0.50	1.50	2.53	25.71	47
	Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1B
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1B
	Компот из сухофруктов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	376A
Итого за о	бед	,	29.20	10.82	85.45	637.18	
Ужин	Омлет натуральный	60	5.73	11.04	1.10	127.00	215A
	Икра кабачковая промышленная	40	0.00	2.80	2.80	36.00	
	хлеб пшеничный 	20	1.48	0.44	10.60	49.20	1E
	Чай с сахаром	150/6	0.04	0.01	6.99	28.00	392A
Итого за ух			7.25	14.29	21.49	240.20	
итого за			43.54	34.87	152.85	1177.58	

День: пятница Неделя: четвертая

Прием		Bec	Пищевы	ые вещест	гва (г)	Энергетическая	No more
пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рец.
2	3	4	5	6	7	8	9
Завтрак	Суп молочный с манной крупой	150	4.47	4.10	12.81	106.20	94/
	Батон пшеничный с маслом	25/5	1.83	5.65	10.96	102.00	1/
	Чай с лимоном	150/6/3,5	0.07	0.01	7.10	29.00	393 <i>A</i>
Итого за за	втрак		6.37	9.76	30.87	237.20	
Второй завтра	ık						
Обед	Борщ с картофелем	150	6.83	3.76	8.57	95.52	584
	Мясо тушенное с овощами в соусе	170 45	16.20 0.81	13.28 3.70	11.03 4.60	228.00 55.00	274
	Овощи по сезону № 45 Хлеб пшеничный	20	1.48	0.44	10.60		45 <i>A</i>
	Хлеб пшенично-ржаной	30	1.41	0.18	14.85	63.00	1E
	Компот из свежих плодов	150	0.33	0.01	20.82	84.75	372 <i>F</i>
Итого за об	<u> бед</u>		27.06	21.37	70.47	575.47	
Ужин	Кондитерское изделие	50	2.25	2.94	22.32	125.10	
	Молоко кипяченое	150	4.58	4.08	7.58	85.00	400
Итого за уж	кин		6.83	7.02	29.90	210.10	
ИТОГО за д			40.26	38.15	131.24	1022.77	

Наименование	Пищевы						
	Б		Ж				
1	2	3	4	5			
Завтрак	9.15	15.51%	11.52	0.20570536			
Обед	32.09	54.38%	21.19	0.37830357			
Полдник	9.19	15.57%	9.18	0.16400893			