

Заведующий



Утверждено:

Н.В. Большакова

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая вещества			Эн.цен-ть	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1. День 1							
Завтрак	Бутерброд с маслом	30	3,999	0,399	14,4	71,199	6
		5	0,04	3,63	0,02	33	
	Каша овсяная на молоке с маслом	200	3,82	1,788	19,04	107,62	185
		5	0,035	2,759	0,02	25,085	
	Печенье	30	1,8	2,4	18,6	103,8	
Чай сладкий	200	0,7	0,02	11,1	44,4	392	
ИТОГО за завтрак		440	6,395	10,597	48,78	313,905	
2 завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,4	399
ИТОГО за 2 завтрак		200	1	0	20,2	84,4	
Обед	Суп картофельный с клецками на бульоне	200	1,732	2,666	9,72	69,86	72
	Запеканка капустная с мясом и маслом	200	13,32	10,8	11,46	196,4	ттк
		7	0,056	5,082	0,028	46,2	
	кисель	200	0,1		24,1	97	350
Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	17	87		
ИТОГО за обед		657	18,458	19,148	62,308	496,46	
Полдник	Сдоба обыкновенная	50	3,9	2,4	26,2	141	466
	икра морковная	60	1,3	2,7	6,4	55,1	54
	Чай с молоком	150	2,295	1,995	10,395	67,995	394
	Хлеб пшеничный	30	3,099	0,498	13,098	58,5	
ИТОГО за полдник		290	10,594	7,593	56,093	322,595	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1587	36,447	37,338	187,381	1217,36	



Заведующий

Утверждено:
Н.В. Большакова

Менюготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая вещества			Эн.цен-ть	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1. День 2							
Завтрак	Бутерброд с маслом	5	0,04	3,63	0,02	33	6
		30	3,999	0,399	14,4	71,199	
	Каша "Дружба" с маслом	200	3,2	4,4	24,4	150	185
		5	0,035	2,759	0,02	25,085	
	Печенье	30	1,8	2,4	18,6	103,8	
Какао с молоком	200	4	3,6	14,8	108	397	
ИТОГО за завтрак		470	13,074	17,188	72,24	491,084	
2 завтрак	Фрукт	200	1	0	20,2	84,4	399
ИТОГО за 2 завтрак		200	1	0	20,2	84,4	
Обед	Салат из зеленого горошка с луком	60	1,464	4,266	5,064	65,064	33
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	205	1,4	2,46	6,97	55,6	67
	Биточек из говядины	60	8,196	7,2	7,2	126	282
	Пюре картофельное	150	3,1	4,8	20,4	137,3	321
	Компот из сухофруктов	200	4,4	4,66	14,92	119,32	376
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	17	87	
ИТОГО за обед		725	21,81	23,986	71,554	590,284	
Полдник	Запеканка из творога с молоком сгущеным	150	19,245	18	25,74	342	237
		20	1,332	1,732	8,666	55,6	
	чай сладкий	200	0,07	0,02	11,1	44,4	392
	Хлеб пшеничный	40	4,132	0,664	17,464	78	
ИТОГО за полдник		410	24,779	20,416	62,97	520	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1805	60,663	61,59	226,964	1685,768	



Заведующий

Утверждено:
Н.В. Большакова

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая вещества			Эн.цен-ть	№ рецептур
			Б	Ж	У		
Неделя 1. День 3							
Завтрак	Бутерброд с маслом и с сыром	30	0,04	3,63	0,02	33	6
		5	2,34	6,53	0,02	34,36	
		10	2,3	2,9	0	1,36	
	Каша рисовая с маслом	200	2,22	0,188	22,506	100,54	185
		5	0,035	2,759	0,02	25,085	
	Кофейный напиток	200	2,8	2,666	11,06	79,46	395
ИТОГО за завтрак		450	9,695	15,043	33,606	240,805	
2 завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,4	399
ИТОГО за 2 завтрак		200	1	0	20,2	84,4	
Обед	икра свекольная	60	2,4	3,4	6,5	66,2	54
	Щи по-уральски на бульоне	205	1,476	3,88475	5,904	64,4315	72
	Котлета из птицы	80	7,864	8,264	10,264	168	305
	Макароны отварные с маслом	105	2,54835	3,0576	21,40845	122,3292	205
	Компот из сухофруктов	200	4,4	4,66	14,92	119,32	376
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	17	87	
ИТОГО за обед		700	21,93835	23,8663	75,99645	627,2807	
Полдник	Рыба тушеная с овощами	160	11,1	5,8	11,3	193,856	255
	Капуста тушеная	180	3,744	6,714	17,28	143,4	247
	чай сладкий	200	0,07	0,02	11,1	44,4	392
	Печенье	30	1,8	2,4	18,6	103,8	
	Хлеб пшеничный	40	4,132	0,664	17,464	78	
ИТОГО за полдник		610	20,846	15,598	75,744	563,456	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1960	53,4793	54,5073	205,546	1515,94	

Заведующий

Н.В. Большакова

Утверждено:

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая вещества			Эн.цен-ть	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1. День 4							
Завтрак	Бутерброд с маслом	5	0,04	3,63	0,02	33	6
		30	3,999	0,399	14,4	71,199	
	Каша манная с маслом	200	3,152	0,188	21,44	100,552	185
		5	0,035	2,759	0,02	25,085	
	Печенье	30	1,8	2,4	18,6	103,8	
Какао с молоком	200	4	3,6	14,8	108	397	
ИТОГО за завтрак		470	13,026	12,976	69,28	441,636	
2 завтрак	Фрукт	200	1	0	20,2	84,4	399
ИТОГО за 2 завтрак		200	1	0	20,2	84,4	
Обед	Салат из картофеля с зеленым горошком	60	1,2	4,44	6,96	72,12	25
	Борщ с капустой на бульоне	205	1,476	2,542	10,168	69,536	57
	Фрикадельки мясные в соусе	60/50	15,5	5,9	3	127	тпк
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5	3,2	23	140	314
	кисель	200	0,1		24,1	97	350
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	17	87	
ИТОГО за обед		615	26,526	16,682	84,228	592,656	
Полдник	Пудинг из творога с молоком сгущенным	150	18,2	16,1	36,5	363,7	235
		20	1,4	1,7	8,7	64	
	икра морковная	60	1,3	2,7	6,4	55,1	54
	Чай с молоком	200	3,06	2,66	13,86	90,66	394
	Хлеб пшеничный	40	4,132	0,664	17,464	78	
ИТОГО за полдник		470	28,092	23,824	82,924	651,46	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1755	68,644	53,482	256,632	1770,152	



Заведующий

Утверждено:
Н.В. Большакова

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая вещества			Эн.цен-ть	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 1. День 5							
Завтрак	Бутерброд с маслом и с сыром	30	0,04	3,63	0,02	33	6
		5	2,34	6,53	0,02	34,36	
		10	2,3	2,9	0	1,36	
	Каша пшенная с маслом	200	3,56	1,27	23,28	115,7	185
		5	0,04	3,63	0,02	33	
Кофейный напиток	200	2,8	2,666	11,06	79,46	395	
ИТОГО за завтрак		450	11,08	20,626	34,4	296,88	
2 завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,4	399
ИТОГО за 2 завтрак		200	1	0	20,2	84,4	
	Суп картофельный с гренками на бульоне	200	1,776	2,222	13,332	80,444	77
		20	1,2	0,1332	7,732	36,932	
	Голубцы ленивые с мясом	190	14,915	9,5703	21,109	230,679	298
	Компот из сухофруктов	200	4,4	4,66	14,92	119,32	376
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	17	87	
ИТОГО за обед		660	25,541	17,1855	74,093	554,375	
	Рыба запеченая в молочном соусе	90	1,854	6,3594	12,6594	117	145
	икра кабачковая	60	1,2	5,4	5,1	73,8	101
	чай сладкий	200	0,07	0,02	11,1	44,4	392
	Хлеб пшеничный	40	4,132	0,664	17,464	78	
ИТОГО за полдник		390	7,256	12,4434	46,3234	313,2	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1700	44,877	50,2549	175,0164	1248,855	

Заведующий

Утверждено:
Н.В. Большакова

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая вещества			Эн.цен-ть	№ рецептуры*
			Б	Ж	У		
Неделя 2. День 6							
завтрак	Бутерброд с маслом	5	0,04	3,63	0,02	33	6
		30	3,999	0,399	14,4	71,199	
	Каша овсяная на молоке с маслом	200	3,82	1,788	19,04	107,62	185
		5	0,035	2,759	0,02	25,085	
	Яйцо вареное	1 шт	5,1	4,6	0,3	63	
	Печенье	30	1,8	2,4	18,6	103,8	
чай сладкий	200	0,07	0,02	11,1	44,4	392	
ИТОГО за завтрак		465	5,725	6,967	48,76	343,905	
2 завтрак	Фрукт	200	1	0	20,2	84,4	399
ИТОГО за 2 завтрак		200	1	0	20,2	84,4	
Обед	Суп картофельный на м/к бульоне с бобовымим	200					81
			4,4	2,32	2,4	90,64	
	Пудинг из говядины	80	18,8	6,2	0,9	134	290
	Рагу из овощей с маслом	156	2,39928	10,296	13,6968	157,0998	137
	Компот из сухофруктов	200	4,4	4,66	14,92	119,32	376
Хлеб ржаной	54	3,51	0,648	18,36	93,96		
ИТОГО за обед		690	33,50928	24,124	50,2768	595,0198	
Полдник	Пирог с повидлом	60	3,3	3	35,4996	181,98	454
	салат овощной	60	0,6	6	5,9	80	45
	Чай с молоком	200	3,06	2,66	13,86	90,66	394
	Хлеб пшеничный	40	4,132	0,664	17,464	78	
ИТОГО за полдник		360	11,092	12,324	72,7236	430,64	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1715	51,32628	43,415	191,9604	1453,965	

Заведующий

Утверждено:
Н.В. Большакова



Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая вещества			Эн.цен-ть	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2. День 7							
Завтрак	Бутерброд с маслом	5	0,04	3,63	0,02	33	6
		30	3,999	0,399	14,4	71,199	
	Каша "Дружба" с маслом	200	3,2	4,4	24,4	150	185
		5	0,035	2,759	0,02	25,085	
	Печенье	30	1,8	2,4	18,6	103,8	
Кофейный напиток	200	2,8	2,666	11,06	79,46	395	
ИТОГО за завтрак		470	11,874	16,254	68,5	462,544	
2 завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,4	399
ИТОГО за 2 завтрак		200	1	0	20,2	84,4	
	Свекольник на м/к бульоне со сметаной	200	1,44	2,48	10,16	68,72	57
	Запеканка картофельная с мясом и маслом	165	12,1	9,5	25,7	237	291
	кисель	200	0,1		24,1	97	350
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	17	87	
ИТОГО за обед		615	16,89	12,58	76,96	489,72	
Полдник	Лапшевник с творогом и сгущенным молоком	170	13,294	11,696	31,195	182,988	212
	Салат из картофеля с зеленым горошком	60	1,2	4,44	6,96	72,12	25
	чай сладкий	200	0,07	0,02	11,1	44,4	392
	Хлеб пшеничный	40	4,132	0,664	17,464	78	
ИТОГО за полдник		470	18,696	16,82	66,719	377,508	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1755	48,46	45,654	232,379	1414,172	



Заведующий

Утверждено:
Н.В. Большакова

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая вещества			Эн.цен-ть	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2. День 8							
Завтрак	Бутерброд с маслом и с сыром	30	0,04	3,63	0,02	33	6
		5	2,34	6,53	0,02	34,36	
		10	2,3	2,9	0	1,36	
	Каша гречневая с маслом	200	5,32	5,72	17,86	144	185
		5	0,035	2,759	0,02	25,085	
Какао с молоком	200	4	3,6	14,8	108	397	
ИТОГО за завтрак		450	11,655	14,979	32,68	278,445	
2 завтрак	Фрукт	200	1	0	20,2	84,4	399
ИТОГО за 2 завтрак		200	1	0	20,2	84,4	
	Суп с макаронными изделиями с птицей	220	5,62	2,7	10,26	87,8	112
	Суфле из птицы	73	9,8988	10,4025	1,7958	139,5979	310
	Капуста тушеная в молоке	180	3,96	4,194	13,446	107,406	137
	Компот из сухофруктов	200	4,4	4,66	14,92	119,32	376
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	17	87	
ИТОГО за обед		723	27,1288	22,5565	57,4218	541,1239	
	Тефтели рыбные тушеные	110	9,163	3,905	12,463	121,77	132
	Картофель в молоке	150	3,33	5,1	18,195	132	126
	чай сладкий	200	0,07	0,02	11,1	44,4	392
	Печенье	30	1,8	2,4	18,6	103,8	
	Хлеб пшеничный	40	4,132	0,664	17,464	78	
ИТОГО за полдник		530	18,495	12,089	77,822	479,97	



Заведующий

Утверждено:
Н.В. Большакова

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая вещества			Эн.цен-ть	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2. День 9							
Завтрак	Бутерброд с маслом и с сыром	30	0,04	3,63	0,02	33	6
		5	2,34	6,53	0,02	34,36	
		10	2,3	2,9	0	1,36	
	Каша манная с маслом	200	3,152	0,188	21,44	100,552	185
		5	0,035	2,759	0,02	25,085	
Кофейный напиток	200	2,8	2,666	11,06	79,46	395	
ИТОГО за завтрак		450	10,66	18,67	32,56	273,817	
2 завтрак	Сок фруктовый	200	1	0	20,2	84,4	399
ИТОГО за 2 завтрак		200	1	0	20,2	84,4	
	Суп картофельный с крупой и птицей	200	1,6	2	10,52	66,34	80
		20	3,8	0,7	0	21,5	
	Тефтели из говядины с рисом	150	15,1	15,1	29,9	321,5	400
	кисель	200	0,1		24,1	97	350
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	17	87	
ИТОГО за обед		620	23,85	18,4	81,52	593,34	
Полдник	Запеканка из творога с молоком сгущенным	150	19,24	18	25,74	342	237
		20	1,332	1,732	8,666	55,6	
	Салат из свеклы с морковью	60	0,5	3,9	5,6	59,5	35
	Чай с молоком (молоко кипяченое)	200	3,06	2,66	13,86	90,66	394
	Хлеб пшеничный	40	4,132	0,664	17,46	78	
ИТОГО за полдник		470	28,26	26,95	71,33	625,76	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1740	63,78	64,02	205,6	1577,317	

Заведующий

Утверждено:
Н.В. Большакова

Меню приготавливаемых блюд

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевая вещества			Эн.цен-ть	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
Неделя 2. День 10							
Завтрак	Бутерброд с маслом	30	3,999	0,399	14,4	71,199	6
		5	0,04	3,63	0,02	33	
	Каша пшеничная с маслом	200	3,54	1,254	23,3	100,54	185
		5	0,035	2,759	0,02	25,085	
	Печенье	30	1,8	2,4	18,6	103,8	
Какао с молоком	200	4	3,6	14,8	108	397	
ИТОГО за завтрак		470	9,415	13,64	3	56,74	370,425
2 завтрак	Фрукт	200	1	0	20,2	84,4	399
ИТОГО за 2 завтрак		200	1	0	20,2	84,4	
Обед	Икра кабачковая	60	1,2	5,4	5,1	73,8	101
	Суп из овощей со сметаной на бульоне	205	1,2054	4,018	7,3677	70,4585	82
	Жаркое домашнему	150	5,31	5,34	9,7	121,87	94
	Компот из сухофруктов	200	4,4	4,66	14,92	119,32	376
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,6	17	87	
ИТОГО за обед		665	15,365	20,01	8	54,0877	472,448
Полдник	Рыба запеченая в молочном соусе (в омлете)	90	12,7	4,6	3,2	105	251
	салат овощной	60	0,6	6	5,9	80	45
	чай сладкий	200	0,07	0,02	11,1	44,4	392
	Хлеб пшеничный	40	4,132	0,664	17,464	78	
ИТОГО за полдник		390	17,502	11,28	4	37,664	307,4
ИТОГО ЗА ДЕНЬ		1725	43,282	44,94	168,691	1234,67	4