

ОСЕНЬ - ЗИМА 2025-2026Г

7-11 ЛЕТ

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	I день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Сыр порционный	15	3,48	4,42	0,00	54,60	№98/2
	Каша молочная пшеничная	210	7,79	3,63	32,84	183,10	№1/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Кофейный напиток	200	2,17	2,61	15,59	100,60	№87/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	615	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Салат из квашеной капусты	60	1,02	3,00	5,04	51,00	№10/2
	Суп гороховый	200	6,20	10,40	12,70	141,00	№24/2
	Котлета рыбная	90	10,72	9,65	11,76	174,55	№55/2
	Картофель отварной с луком	150	3,10	6,99	20,84	166,95	№58/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Кисель из с/м ягод	200	0,15	0,08	24,49	114,60	№93/2
	Всего	780	26,95	30,96	110,07	822,5	
Полдник	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Сдобные изделия	60	4,68	3,67	28,68	166,80	№103/2
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	340	6	3,99	56,72	289,2	
Ужин	Икра свекольная	60	1,40	0,06	8,70	67,12	№11/2
	Мясо тушеное	90	11,97	12,62	2,30	122,50	№38/2
	Запеканка овощная	150	4,07	6,93	12,59	142,68	№59/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№89/2
	Всего	540	20,55	19,95	57,91	486,3	
П ужин	К-молочный продукт	200	3,85	3,95	16,75	117,50	№91/2
	Всего	200	3,85	3,95	16,75	117,5	
	Итого за день	2475	77	79	335	2350	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	II день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Сырники из творога	170	5,71	2,89	15,64	67,59	№75/2
	Соус ягодный	30	0,12	0,03	12,58	59,11	№80/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Какао	200	2,53	3,14	19,93	148,60	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	630	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Икра кабачковая	60	0,54	1,38	3,78	28,80	№23/3
	Рассольник домашний	200	1,60	7,00	10,10	165,00	№25/2
	Азу	240	18,36	13,52	73,28	369,50	№39/1
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	780	27,26	22,74	142,6	822,5	
пк	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00	№92/2

Подли	Кондитерские изделия	20	1,50	1,96	15,46	83,40	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	300	7,62	7,28	32,9	228	
Ужин	Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	7,80	№23/3
	Птица в соусе	90	11,05	7,46	3,16	161,85	№51/2
	Рагу из овощей	150	2,53	15,69	9,80	202,85	№60/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	№88/2
	Всего	540	18,62	24,88	49,2	547,5	
II ужин	К-молочный продукт	200	3,85	3,95	16,75	117,50	№91/2
	Всего	200	3,85	3,95	16,75	117,5	
	Итого за день	2450	77	79	335	2350	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	III день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	20	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Сыр порционный	20	4,64	5,90	0,00	72,80	№98/2
	Омлет натуральный	120	6,08	3,41	25,93	154,50	№74/2
	Кукуруза консервированная	60	1,20	0,00	6,60	30,00	№23/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	№88/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	600	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Икра морковная	60	1,40	0,06	8,70	67,12	№11/2
	Борщ с фасолью	200	2,80	3,55	10,05	97,01	№26/2
	Биточки	90	8,95	10,02	8,79	131,00	№40/2
	Макароны отварные с маслом	150	5,45	5,78	20,46	195,71	№68/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Компот из с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№94/2
	Всего	780	25,02	20,34	115,25	798,04	
Полдник	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Сдобные изделия	60	4,68	3,67	28,68	166,80	№103/2
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	340	6	3,99	56,72	289,2	
Ужин	Винегрет	60	0,80	6,00	2,90	73,00	№12/2
	Оладьи печеночные	90	14,24	18,45	5,82	159,67	№48/2
	Картофель в молоке	150	4,27	5,78	9,49	122,09	№61/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2
	Всего	540	22,48	30,57	52,73	510,76	
II ужин	К-молочный продукт	200	3,85	3,95	16,75	117,50	№91/2
	Всего	200	3,85	3,95	16,75	117,5	
	Итого за день	2460	77	79	335	2350	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	IV день		Белки	Жиры	Углеводы		
к	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Сыр порционный	15	3,48	4,42	0,00	54,60	№98/2
	Каша "Дружба" (рис, пшено)	210	7,43	1,10	28,50	135,10	№2/2

Завтра	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Какао	200	2,53	5,14	19,93	148,60	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	615	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Салат из свеклы	60	0,80	3,60	4,90	55,00	№13/2
	Суп из овощей	200	1,27	3,90	7,30	76,01	№27/2
	Бефстроганов	90	12,66	11,07	4,68	172,70	№41/1
	Каша гречневая	150	8,29	8,95	37,37	259,50	№69/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	780	29,78	28,36	109,69	822,41	
Полдник	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№95/2
	Кондитерские изделия	20	1,50	1,96	15,46	83,40	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	300	1,98	2,44	51,18	235,6	
Ужин	Морковь с яблоками	60	0,60	5,48	8,60	79,00	№14/1
	Вареники ленивые со сметаной	240	18,03	18,28	21,01	306,99	№76/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№89/2
	Всего	540	21,74	24,1	63,93	539,99	
II ужин	К-молочный продукт	200	3,85	3,95	16,75	117,50	№91/2
	Всего	200	3,85	3,95	16,75	117,5	
	Итого за день	2435	77	79	335,1	2350	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	У день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Запеканка творожная с морковью со сгущенкой	200	6,19	3,45	32,56	174,70	№77/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Кофейный напиток	200	2,17	2,61	15,59	100,60	№87/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	630	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Салат из соленых огурцов	60	0,50	3,00	1,50	35,00	№15/2
	Суп с фрикадельками	200	1,70	2,20	12,30	163,80	№28/2
	Птица с овощами	240	18,40	21,49	19,64	330,10	№52/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	37,96	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Кисель из с/м ягод	200	0,13	0,05	24,53	117,00	№93/2
	Всего	780	26,49	27,58	111,85	820,3	
Полдник	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Сдобные изделия	60	4,68	3,67	28,68	166,80	№103/2
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	340	6	3,99	56,72	289,2	
Ужин	Салат из свеклы с зел.горошком	60	0,90	2,40	4,30	43,00	№16/2
	Мясо духовое	240	14,99	19,54	24,46	300,00	№42/1
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2

	Всего	540	19,06	22,28	63,28	499	
II ужин	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00	№92/2
	Всего	200	5,8	5,00	9,6	107	
	Итого за день	2490	77	79	335	2350	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	VI день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Суп молочный с макаронами	210	10,91	5,52	28,50	189,70	№3/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Какао	200	2,53	5,14	19,93	148,60	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	600	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Салат картофельный с соленым огурцом	60	1,00	3,70	5,50	59,00	№17/2
	Уха Ростовская	200	8,96	8,10	19,58	100,92	№29/2
	Макароны с яйцом	240	11,59	15,12	37,04	370,28	№70/1
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	780	28,31	27,76	117,56	789,4	
Полдник	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00	№92/2
	Кондитерские изделия	20	1,50	1,96	15,46	83,40	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	300	7,62	7,28	32,9	228	
Ужин	Икра кабачковая	60	1,14	1,38	3,78	28,80	№23/3
	Печень по-строгановски	90	11,93	10,10	3,17	166,50	№49/2
	Картофель тушеный с луком	150	3,13	10,57	16,81	195,00	№62/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	№88/2
	Всего	540	20,76	23,72	58,98	565,3	
II ужин	Компот из с/ф	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№94/2
	Всего	200	0,66	0,09	32,01	132,8	
	Итого за день	2420	77	79	335	2350	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	VII день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Каша гречневая молочная	210	5,83	2,92	28,22	126,70	№4/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Какао	200	2,53	3,14	19,93	148,60	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	640	19,65	20,15	93,55	634,50	
д	Свекла вареная	60	1,08	0,06	5,88	28,80	№18/3
	Суп с клецками	200	2,80	3,60	11,02	115,00	№30/2
	Плов с мясом	240	18,49	27,32	34,63	393,51	№43/2

Обе	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Компот из с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№94/2
	Всего	780	28,79	31,91	118,78	844,51	
Полдник	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Кондитерские изделия	20	1,50	1,96	15,46	83,40	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	300	2,82	2,28	43,5	205,8	
Ужин	Зеленый горошек консервированный	60	1,86	0,12	3,90	24,00	№23/3
	Рыба в сметанном соусе	240	16,86	20,25	24,00	367,69	№56/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2
	Всего	540	21,89	20,71	62,42	547,69	
II ужин	К-молочный продукт	200	3,85	3,95	16,75	117,50	№91/2
	Всего	200	3,85	3,95	16,75	117,5	
	Итого за день	2460	77	79	335	2350	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	VIII день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Каша молочная овсяная	210	5,83	2,92	28,22	126,70	№5/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Какао	200	2,53	3,14	19,93	148,60	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	640	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Салат из квашеной капусты	60	1,00	3,00	5,00	51,00	№10/2
	Суп с макаронами	200	2,05	2,22	12,55	87,20	№31/2
	Котлета из говядины	90	8,95	10,02	8,79	131,00	№40/2
	Рис отварной	150	3,54	9,25	25,63	226,00	№71/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Кисель из с/м ягод	200	0,15	0,08	24,49	114,60	№93/2
	Всего	780	21,45	25,41	111,7	784,2	
Полдник	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Сдобные изделия	60	4,68	3,67	28,68	166,80	№103/2
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	340	6	3,99	56,72	289,2	
Ужин	Свекла вареная	60	1,08	0,06	4,88	28,80	№18/3
	Печень тушеная в соусе	90	16,89	12,12	3,43	139,10	№50/2
	Картофель тушеный с овощами	150	4,98	12,98	13,65	202,70	№63/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№89/2
	Всего	540	26,06	25,5	56,28	524,6	
II ужин	К-молочный продукт	200	3,85	3,95	16,75	117,50	№91/2
	Всего	200	3,85	3,95	16,75	117,5	
	Итого за день	2500	77,01	79	335	2350	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	IX день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	20	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Сыр порционный	20	4,64	5,90	0,00	72,80	№98/2
	Омлет натуральный	120	6,08	3,41	25,93	154,50	№74/2
	Кукуруза консервированная	60	1,20	0,00	6,60	30,00	№23/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	№88/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	600	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Салат из соленых огурцов	60	0,50	3,00	1,50	35,00	№15/2
	Борщ со сметаной	200	2,80	4,00	18,10	102,00	№32/2
	Запеканка картофель. с мясом	240	16,00	23,52	49,60	475,20	№44/1
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	780	26,06	31,36	124,64	871,4	
Полдник	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00	№92/2
	Кондитерские изделия	20	1,50	1,96	15,46	83,40	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	300	7,62	7,28	32,9	228	
Ужин	Зеленый горошек консервированный	60	1,86	0,12	3,90	24,00	№23/3
	Рагу из птицы	240	14,79	15,80	28,74	318,60	№53/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2
	Всего	540	19,82	16,26	67,16	498,6	
II ужин	К-молочный продукт	200	3,85	3,95	16,75	117,50	№91/2
	Всего	200	3,85	3,95	16,75	117,5	
	Итого за день	2420	77	79	335	2350	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	X день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Сыр порционный	15	3,48	4,42	0,00	54,60	№98/2
	Пудинг из творога со сгущенкой	210	7,79	3,63	32,84	183,10	№78/1
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Кофейный напиток	200	2,17	2,61	15,59	100,60	№87/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	615	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Винегрет	60	0,80	6,00	3,90	73,00	№12/2
	Рассольник Ленинградский	200	1,60	4,00	9,50	85,00	№33/2
	Рыба в томате с овощами	100	14,29	4,95	3,80	105,00	№57/2
	Картофельное пюре	150	3,10	9,19	22,60	170,60	№64/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Компот из с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№94/2
	Всего	790	26,21	25,07	107,05	740,8	
Полдник	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Сдобные изделия	60	4,68	3,67	28,68	166,80	№103/2

Пол	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	340	6	3,99	56,72	289,2	
Ужин	Салат из картофеля с соленым огурцом	60	1,00	3,70	5,50	59,00	№17/2
	Фрикадельки в соусе	100	13,33	11,32	10,00	178,00	№45/2
	Капуста тушеная	150	2,40	9,15	10,21	156,00	№65/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	№88/2
	Всего	550	21,29	25,84	60,93	568	
II ужин	К-молочный продукт	200	3,85	3,95	16,75	117,50	№91/2
	Всего	200	3,85	3,95	16,75	117,5	
	Итого за день	2495	77	79	335	2350	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	XI день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Каша молочная рисовая	210	5,83	2,92	28,22	126,70	№6/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Какао	200	2,53	3,14	19,93	148,60	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	640	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Сельдь с луком	60	4,06	6,69	1,64	155,00	№19/2
	Суп Крестьянский	200	1,83	2,10	9,60	68,00	№34/2
	Жаркое по-домашнему	240	14,36	11,76	31,82	266,85	№46/1
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	780	27,01	21,39	98,5	749,05	
Полдник	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№95/2
	Кондитерские изделия	20	1,50	1,96	15,46	83,40	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	300	1,98	2,44	51,18	235,6	
Ужин	Салат из свеклы с курагой и изюмом	60	1,10	3,62	10,84	80,40	№20/2
	Сырники творожн. с морковью	190	19,33	24,85	23,18	328,20	№79/2
	Соус сладкий	50	0,97	2,26	6,68	50,75	№81/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№89/2
	Всего	540	24,51	31,07	75,02	613,35	
II ужин	К-молочный продукт	200	3,85	3,95	16,75	117,50	№91/2
	Всего	200	3,85	3,95	16,75	117,5	
	Итого за день	2460	77	79	335	2350	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	XII день		Белки	Жиры	Углеводы		
втрак	Масло сливочное	20	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Сыр порционный	20	4,64	5,90	0,00	72,80	№98/2
	Омлет натуральный	120	6,08	3,41	25,93	154,50	№74/2
	Зеленый горошек консервированный	60	1,20	0,00	6,60	30,00	№23/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3

Зав	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	№88/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	600	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Фасоль консервир.	60	0,72	0,06	2,44	9,60	№23/3
	Щи	200	1,27	5,90	7,30	118,13	№35/2
	Плов из птицы	240	17,53	18,92	45,70	362,39	№54/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Кисель из с/м ягод	200	0,13	0,05	24,53	117,00	№93/2
	Всего	780	25,41	25,77	115,21	781,52	
Полдник	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Сдобные изделия	60	4,68	3,67	28,68	166,80	№103/2
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	340	6	3,99	56,72	289,2	
Ужин	Огурцы соленые	60	0,48	0,06	1,02	7,80	№23/3
	Тефтели в соусе	90	12,42	16,76	11,79	231,30	№47/1
	Запеканка овощная	150	4,07	6,93	12,59	142,68	№59/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2
	Всего	540	20,14	24,09	59,92	537,78	
II ужин	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00	№92/2
	Всего	200	5,8	5	9,6	107	
	Итого за день	2460	77	79	335	2350	

Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	XIII день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Каша "Дружба" (пшено, кр.гречнев.)	210	10,91	7,52	28,50	189,70	№7/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Какао	200	2,53	3,14	19,93	148,60	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	600	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Салат из свеклы с яблоком	60	0,65	3,64	6,72	72,30	№21/2
	Суп рисовый с рыбой	200	6,80	5,12	13,75	136,57	№36/2
	Макароны с сыром	240	9,44	13,05	49,93	401,28	№72/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	780	23,65	22,65	125,84	869,35	
Полдник	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00	№92/2
	Кондитерские изделия	20	1,50	1,96	15,46	83,40	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	300	7,62	7,28	32,9	228	
Ужин	Икра морковная	60	1,40	0,06	8,70	67,12	№11/2
	Оладьи печеночные	90	14,24	18,45	5,82	159,67	№48/2
	Капуста отварная с маслом	150	2,03	4,79	16,22	98,86	№66/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	№88/2
	Всего	540	22,23	24,97	65,96	500,65	
II ужин	К-молочный продукт	200	3,85	3,95	16,75	117,50	№91/2
	Всего	200	3,85	3,95	16,75	117,5	

	Итого за день	2420	77	79	335	2350	
Прим пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	XIV день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,80	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Каша молочная пшеничная	210	6,19	3,45	32,56	174,70	№8/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Кофейный напиток	200	2,17	2,61	15,59	100,60	№87/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	640	19,65	20,15	93,55	634,50	
Обед	Салат из свеклы с соленым огурцом	60	0,85	3,61	3,76	51,00	№22/2
	Суп с крупой	200	4,85	2,10	9,60	78,04	№37/2
	Шницель из говяд.	90	8,95	10,02	8,79	131,00	№40/2
	Рагу из овощей	150	6,53	15,69	12,28	202,85	№60/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	80,40	№100/3
	Компот из с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№94/2
	Всего	780	27,6	32,35	101,68	770,09	
Полдник	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Сдобные изделия	60	4,68	3,67	28,68	166,80	№103/2
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	340	6	3,99	56,72	289,2	
Ужин	Помидоры соленые	60	0,66	0,06	2,10	12,00	№23/3
	Котлета рыбная	90	10,72	9,65	11,76	174,55	№55/2
	Соус томатный	30	0,47	2,86	1,67	40,05	№82/2
	Картофель отварной	150	4,88	5,65	16,25	156,11	№67/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2
	Всего	570	19,9	18,56	66,3	538,71	
II ужин	К-молочный продукт	200	3,85	3,95	16,75	117,50	№91/2
	Всего	200	3,85	3,95	16,75	117,5	
	Итого за день	2530	77	79	335	2350	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00AC3C1A3269E5F1C58FC991F4245F969F
Владелец: Маетная Раиса Ивановна
Действителен: с 14.04.2025 до 08.07.2026