

ОСЕНЬ - ЗИМА 2025-2026Г

12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	I день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Сыр порционный	15	3,48	4,42	0,00	54,60	№98/2
	Каша молочная пшеничная	240	9,24	4,97	36,82	209,14	№1/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Кофейный напиток	200	2,60	2,61	15,64	111,90	№87/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	667	22,9	23,4	105,55	727	
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,70	5,00	8,40	85,00	№10/2
	Суп гороховый	250	7,75	14,37	13,88	166,25	№24/2
	Котлета рыбная	100	11,91	10,72	13,07	193,94	№55/2
	Картофель отварной с луком	180	3,72	8,39	19,34	190,01	№58/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Кисель из с/м ягод	200	0,15	0,08	24,49	114,60	№93/2
	Всего	940	33,11	39,74	127,21	987,9	
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	80	1,87	0,08	11,60	89,49	№11/2
	Мясо тушеное	100	12,76	12,02	2,55	128,69	№38/2
	Запеканка овощная	180	4,88	8,32	15,11	171,22	№59/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	17,99	68,00	№89/2
	Всего	620	24,14	20,92	76,77	598,4	
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		2767	90	92	383	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	II день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Сырники из творога	200	6,68	4,14	14,40	99,65	№75/2
	Соус ягодный	50	0,20	0,05	15,66	77,72	№80/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Какао	200	2,60	3,13	17,32	111,77	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	712	22,90	23,4	105,58	727	
Обед	Икра кабачковая	100	0,90	2,30	6,30	48,00	№23/3
	Рассольник домашний	250	2,00	8,75	7,32	192,25	№25/2
	Азу	280	21,08	15,15	76,15	397,00	№39/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	940	32,86	27,38	158	960,15	
II ужин	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00	№92/2

Полдн	Кондитерские изделия	30	2,25	2,94	23,19	125,10	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	310	8,37	8,26	40,63	269,7	
Ужин	Огурцы соленые	80	0,64	0,08	1,36	10,40	№23/3
	Птица в соусе	100	12,27	8,28	3,51	179,83	№51/2
	Рагу из овощей	180	3,03	18,82	11,75	233,42	№60/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	№88/2
	Всего	620	22,02	29,01	62,04	645,65	
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	2782	90	92	383	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	III день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Сыр порционный	25	5,80	7,36	0,00	91,00	№98/2
	Омлет натуральный	130	6,20	3,41	25,93	158,64	№74/2
	Кукуруза консервированная	90	1,80	0,00	9,90	45,00	№23/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№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	657	22,9	23,52	104,82	727	
Обед	Икра морковная	100	2,33	0,10	14,50	111,86	№11/2
	Борщ с фасолью	250	4,41	5,15	10,34	130,88	№26/2
	Биточки	100	9,94	11,13	9,76	145,51	№40/2
	Макароны отварные с маслом	180	6,34	6,96	23,65	211,80	№68/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Компот из с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№94/2
	Всего	940	31,56	24,61	138,29	970,95	
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	80	1,06	8,00	3,86	89,33	№12/2
	Оладьи печеночные	100	15,82	20,50	6,46	181,85	№48/2
	Картофель в молоке	180	4,12	6,93	11,38	141,17	№61/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2
	Всего	620	25,69	35,93	66,42	615,35	
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	2757	90	92	383	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	IV день		Белки	Жиры	Углеводы		
завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Сыр порционный	20	4,64	5,89	0,00	72,80	№98/2
	Каша "Дружба" (рис, пшено)	240	8,08	2,98	35,14	191,07	№2/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3

Завт	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Какао	200	2,60	3,13	17,32	111,77	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	672	22,9	23,4	105,55	727	
Обед	Салат из свеклы	100	1,30	6,00	8,10	91,66	№13/2
	Суп из овощей	250	1,58	4,87	9,20	89,01	№27/2
	Бефстроганов	100	13,06	11,30	5,20	187,39	№41/1
	Каша гречневая	180	9,94	10,73	32,84	287,79	№69/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	940	34,76	34,08	123,57	978,75	
Полдник	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№95/2
	Кондитерские изделия	30	2,25	2,94	23,19	125,10	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	310	2,73	3,42	58,91	277,3	
Ужин	Морковь с яблоками	80	0,80	7,30	10,19	91,30	№14/1
	Вареники ленивые со сметаной	280	20,33	19,35	23,51	327,15	№76/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№89/2
	Всего	620	25,76	27,15	78,22	619,45	
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	2742	90	92	383	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	У день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Запеканка творожная с морковью со сгущенкой	240	7,64	4,79	36,54	200,74	№77/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Кофейный напиток	200	2,60	2,61	15,64	111,90	№87/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	692	22,9	23,4	105,55	727	
Обед	Салат из соленых огурцов	100	0,83	5,00	2,50	58,33	№15/2
	Суп с фрикадельками	250	2,12	2,75	18,37	198,75	№28/2
	Птица с овощами	280	20,97	24,14	27,91	375,10	№52/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Кисель из с/м ягод	200	0,13	0,05	24,53	117,00	№93/2
	Всего	940	31,93	33,12	121,34	987,28	
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	80	1,20	3,20	5,73	57,33	№16/2
	Мясо духовое	280	17,48	22,79	38,34	349,19	№42/1
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2
	Всего	620	23,37	26,49	88,79	609,52	

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	2792	90	92	382	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	VI день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Сыр порционный	15	3,48	4,42	0,00	54,60	№98/2
	Суп молочный с макаронами	240	12,47	6,31	35,14	209,27	№3/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Какао	200	2,60	3,13	17,32	111,77	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	667	26,13	25,26	105,55	727	
Обед	Салат картофельный с соленым огурцом	100	1,66	6,16	9,15	99,30	№17/2
	Уха Ростовская	250	11,20	10,12	31,09	126,15	№29/2
	Макароны с яйцом	280	11,16	14,51	43,21	431,91	№70/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	940	32,9	31,97	151,68	980,26	
Полдник	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00	№92/2
	Кондитерские изделия	30	2,25	2,94	23,19	125,10	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	310	8,37	8,26	40,63	269,7	
Ужин	Икра кабачковая	80	1,52	1,84	5,04	38,40	№23/3
	Печень по-строгановски	100	11,25	11,20	3,51	198,64	№49/2
	Картофель тушеный с луком	180	3,75	11,64	31,17	284,00	№62/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	№88/2
	Всего	620	22,6	26,51	85,14	743,04	
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	2737	90,66	92,09	415,01	2852,8	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	VII день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Каша гречневая молочная	240	6,88	4,19	30,03	177,37	№4/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Какао	200	2,60	3,13	17,32	111,77	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	702	22,9	23,4	105,55	727	
Обед	Свекла вареная	100	1,80	0,10	9,80	47,60	№18/3
	Суп с клецками	250	3,22	4,50	11,15	143,15	№30/2
	Плов с мясом	280	20,27	31,82	34,40	432,09	№43/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3

О	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Компот из с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№94/2
	Всего	940	33,83	37,69	135,39	993,74	
Полдник	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Кондитерские изделия	30	2,25	2,94	23,19	125,10	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	310	3,57	3,26	51,23	247,5	
Ужин	Зеленый горошек консервированный	80	2,48	0,16	5,20	32,00	№23/3
	Рыба в сметанном соусе	280	18,68	23,04	24,16	399,26	№56/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2
	Всего	620	25,85	23,7	74,08	634,26	
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	2772	90	92	383	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	VIII день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Каша молочная овсяная	240	6,88	4,19	30,03	177,37	№5/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Какао	200	2,60	3,13	17,32	111,77	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	702	22,9	23,4	105,55	727	
Обед	Салат из квашеной капусты	100	1,70	5,00	8,40	85,00	№10/2
	Суп с макаронами	250	2,56	2,77	15,68	109,04	№31/2
	Котлета из говядины	100	9,94	11,13	9,76	145,51	№40/2
	Рис отварной	180	4,23	11,80	28,92	256,92	№71/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Кисель из с/м ягод	200	0,15	0,08	24,49	114,60	№93/2
	Всего	940	26,46	31,96	135,28	949,17	
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	80	1,44	0,08	5,99	38,40	№18/3
	Печень тушенная в соусе	100	18,75	13,46	3,81	154,50	№50/2
	Картофель тушенный с овощами	180	5,97	14,66	14,38	243,23	№63/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№89/2
	Всего	620	30,79	28,7	68,7	637,13	
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	2802	90	92	383	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества	Э/ценность	№ рецептуры
------------	--------------------	-----------	------------------	------------	-------------

II п	IX день	Овощи	Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Сыр порционный	25	5,80	7,36	0,00	91,00	№98/2
	Омлет натуральный	130	6,20	3,41	25,93	158,64	158,64
	Кукуруза консервированная	90	1,80	0,00	9,90	45,00	45,00
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№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	657	22,9	23,52	104,82	727	
Обед	Салат из соленых огурцов	100	0,83	5,00	2,50	58,33	№15/2
	Борщ со сметаной	250	3,50	5,00	22,62	127,50	№32/2
	Запеканка картофеля. с мясом	280	18,05	26,80	49,01	522,37	№44/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	940	31,26	37,98	142,36	1031,1	
Полдник	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00	№92/2
	Кондитерские изделия	30	2,25	2,94	23,19	125,10	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	310	8,37	8,26	40,63	269,7	
Ужин	Зеленый горошек консервированный	80	2,48	0,16	5,20	32,00	№23/3
	Рагу из птицы	280	16,45	17,63	28,52	339,70	№53/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2
	Всего	620	23,62	18,29	78,44	574,7	
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	2727	90	92	383	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	X день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Сыр порционный	15	3,48	4,42	0,00	54,60	№98/2
	Пудинг из творога со сгущенкой	240	8,90	4,15	32,84	185,64	№78/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Кофейный напиток	200	2,60	2,61	15,64	111,90	№87/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	677	23,32	22,66	106,4	727	
Обед	Винегрет	100	1,30	10,00	6,50	121,66	№12/2
	Рассольник Ленинградский	250	2,00	5,00	11,87	106,25	№33/2
	Рыба в томате с овощами	100	14,69	4,95	3,80	116,92	№57/2
	Картофельное пюре	180	3,71	11,02	25,92	204,71	№64/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Компот из с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№94/2
	Всего	940	30,24	32,24	128,13	920,44	
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 картофеля с соленым огурцом	80	1,30	4,93	7,33	78,66	№17/2
	Фрикадельки в соусе	100	16,33	11,42	10,00	178,00	№45/2
	Капуста тушеная	180	2,88	10,98	12,25	187,20	№65/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	№88/2
	Всего	620	26,59	29,16	75	665,86	
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	2777	90	92	383	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	XI день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Каша молочная рисовая	240	6,88	4,19	30,03	177,37	№6/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Какао	200	2,60	3,13	17,32	111,77	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	702	22,9	23,4	105,55	727	
Обед	Сельдь с луком	100	6,06	10,45	2,23	213,33	№19/2
	Суп Крестьянский	250	2,28	2,62	10,99	84,24	№34/2
	Жаркое по-домашнему	280	16,12	13,25	32,12	289,32	№46/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	940	33,34	27,5	113,57	909,79	
Полдник	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№95/2
	Кондитерские изделия	30	2,25	2,94	23,19	125,10	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	310	2,73	3,42	58,91	277,3	
Ужин	Салат из свеклы с курагой и изюмом	80	1,44	4,82	12,62	97,20	№20/2
	Сырники творожн. с морковью	200	20,14	26,15	24,40	339,46	№79/2
	Соус сладкий	50	0,97	2,26	6,68	50,75	№81/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№89/2
	Всего	590	27,18	33,73	88,22	688,41	
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	2742	90	92	383	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	XII день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Сыр порционный	25	5,80	7,36	0,00	91,00	№98/2
	Омлет натуральный	130	6,20	3,41	25,93	158,64	158,64
	Зеленый горошек консервированный	90	1,80	0,00	9,90	45,00	№23/3
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№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	657	22,9	23,52	104,82	727	
Обед	Фасоль консервир.	100	1,20	0,10	4,04	15,73	№23/3
	Щи	250	1,58	7,33	9,11	141,66	№35/2
	Плов из птицы	280	20,45	22,07	52,36	422,78	№54/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Кисель из с/м ягод	200	0,13	0,05	24,53	117,00	№93/2
	Всего	940	31,24	30,73	138,07	935,27	
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 соленные	80	0,64	0,08	1,36	10,40	№23/3
	Тефтели в соусе	100	13,85	19,86	12,60	276,66	№47/1
	Запеканка овощная	180	4,88	8,32	15,11	171,47	№59/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2
	Всего	620	24,06	28,76	73,79	661,53	
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	2757	90	92	383	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	XIII день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Каша "Дружба" (пшено, гречн.,изюм)	240	11,96	8,79	30,31	240,37	№7/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Какао	200	2,60	3,13	17,32	111,77	№86/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	662	22,9	23,4	105,55	727	
Обед	Салат из свеклы с яблоком	100	0,98	6,06	8,29	81,01	№21/2
	Суп рисовый с рыбой	250	9,05	6,11	16,18	139,21	№36/2
	Макароны с сыром	280	10,01	14,22	46,15	465,93	№72/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Сок	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№96/2
	Всего	940	28,92	27,57	138,85	1009,05	
Полдник	Молоко	200	5,80	5,00	9,60	107,00	№92/2
	Кондитерские изделия	30	2,25	2,94	23,19	125,10	№101/3
	Фрукт	80	0,32	0,32	7,84	37,60	№102/3
	Всего	310	8,37	8,26	40,63	269,7	
Ужин	Икра морковная	80	1,86	0,08	11,10	89,47	№11/2
	Оладьи печеночные	100	15,82	20,50	6,46	181,85	№48/2
	Капуста отварная с маслом	180	2,20	6,41	18,24	103,43	№66/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,90	81,00	№88/2
	Всего	620	25,96	28,82	81,22	596,75	
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	2732	90	92	383	2720	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Э/ценность	№ рецептуры
	XIV день		Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	Масло сливочное	12	0,06	9,90	0,09	89,76	№97/2
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	№73/2
	Каша молочная пшеничная	240	7,64	4,79	36,54	200,74	№8/2
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,32	94,00	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Кофейный напиток	200	2,60	2,61	15,64	111,90	№87/2
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,80	47,00	№102/3
	Всего	692	22,9	23,4	105,55	727	
Обед	Салат из свеклы с соленым огурцом	100	1,41	6,01	6,22	84,10	№22/2
	Суп с крупой	250	10,06	2,50	11,99	102,80	№37/2
	Шницель из говяд.	100	9,94	11,13	9,76	145,51	№40/2
	Рагу из овощей	180	3,03	18,82	11,75	233,42	№60/2
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,15	117,50	№99/3
	Хлеб ржаной	60	4,08	0,78	23,88	120,60	№100/3
	Компот из с/фруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№94/2
	Всего	940	32,98	39,73	119,76	936,73	
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 соленные	80	0,88	0,08	2,80	15,70	№23/3
	Котлета рыбная	100	11,91	10,72	13,07	193,94	№55/2
	Соус томатный	30	0,47	2,86	1,67	40,05	№82/2
	Картофель отварной	180	6,32	6,77	21,96	196,88	№67/2
	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	141,00	№99/3
	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	15,20	62,00	№90/2
	Всего	650	24,27	20,93	84,22	649,57	
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	2822	90	92	383	2720	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

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