

Утверждено:  
Директор МБОУ СШ №30

  
Малинина Я.Н.

Правосубъектный  
Индивидуальный предприниматель

  
Козаченко Н.Д.



Разработано:  
ООО «Технологии питания»

Директор  
  
Кузнецов А.Л.



# Основное меню

Для летнего оздоровительного лагеря  
с дневным пребыванием детей,  
с 7 до 11 лет.

1-я неделя / 1. понедельник

| № п/п                  | № рецептур | наименование                       | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |              |              | ЭЦ (ккал)  |
|------------------------|------------|------------------------------------|-------------------------|----------------------|--------------|--------------|------------|
|                        |            |                                    |                         | белки                | жиры         | углеводы     |            |
| 1                      | 2          | 3                                  | 4                       | 5                    | 6            | 7            | 8          |
| <b>Завтрак</b>         |            |                                    |                         |                      |              |              |            |
| 1                      | 333        | Макароны с тертым сыром Российским | 0,200                   | 12,87                | 12,64        | 34,33        | 315        |
| 2                      | 337        | Яйцо отварное                      | 0,040                   | 5,08                 | 4,6          | 0,28         | 63         |
| 3                      | 96         | Масло сладко-сливочное, порционное | 0,010                   | 0,05                 | 8,25         | 0,08         | 75         |
| 4                      | 1011       | Батон нарезной порция              | 0,040                   | 3                    | 1,2          | 20,4         | 104        |
| 5                      | 693.       | Какао Витошка с витамин. и молоком | 0,200                   | 5,83                 | 4,8          | 18,44        | 142        |
| 6                      | 627.       | Яблоки св.                         | 0,150                   | 0,6                  | 0,6          | 14,7         | 70         |
| <b>Итого по группе</b> |            |                                    | <b>0,64</b>             | <b>27,43</b>         | <b>32,09</b> | <b>88,23</b> | <b>769</b> |

|                        |      |                                    |            |              |              |               |            |
|------------------------|------|------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|------------|
| <b>Обед</b>            |      |                                    |            |              |              |               |            |
| 1                      | 16.1 | Салат из свежих огурцов            | 0,060      | 0,41         | 3,06         | 1,11          | 33         |
| 2                      | 139. | Суп картофельный с горохом и мясом | 0,250/15   | 8,8          | 8,67         | 22,52         | 196        |
| 3                      | 551. | Гренки из пшеничного хлеба         | 0,010      | 1,44         | 0,15         | 9,35          | 45         |
| 4                      | 388. | Котлеты рыбные                     | 0,090      | 12,37        | 3,5          | 8,41          | 115        |
| 5                      | 606. | Соус польский (1-й вариант) -3     | 0,040      | 1,22         | 8,57         | 2,62          | 89         |
| 6                      | 508. | Каша рисовая рассыпчатая           | 0,150      | 3,7          | 5,89         | 38,9          | 225        |
| 7                      | 1012 | Хлеб ржаной, порция                | 0,050      | 3,3          | 0,6          | 20,5          | 87         |
| 8                      | 1011 | Хлеб пшеничный, порция             | 0,050      | 3,8          | 0,4          | 24,6          | 117        |
| 9                      | 707  | Сок яблочный                       | 0,200      | 1            | 0,2          | 20,2          | 86         |
| <b>Итого по группе</b> |      |                                    | <b>0,9</b> | <b>36,04</b> | <b>31,04</b> | <b>148,21</b> | <b>993</b> |

**Итоги по группам питающихся**

| Группа               | Вес (кг)    | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,64        | 27,43        | 32,09        | 88,23         | 769         |
| Обед                 | 0,9         | 36,04        | 31,04        | 148,21        | 993         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,54</b> | <b>63,47</b> | <b>63,13</b> | <b>236,44</b> | <b>1762</b> |



1-я неделя / 2. вторник

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

**Завтрак**

|                 |      |                                    |                 |       |       |        |     |
|-----------------|------|------------------------------------|-----------------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 311. | Каша пшеничная вязкая с маслом     | 0,204(200/4)    | 6,76  | 7,97  | 26,83  | 208 |
| 2               | 96   | Масло сладко-сливочное, порционное | 0,010           | 0,05  | 8,25  | 0,08   | 75  |
| 3               | 1011 | Батон нарезной порция              | 0,040           | 3     | 1,2   | 20,4   | 104 |
| 4               | 698. | Йогурт 2,5 % жирности              | 0,100           | 2,6   | 2,5   | 13     | 87  |
| 5               | 686  | Чай с лимоном                      | 0,217(200/10/7) | 0,26  | 0,06  | 10,23  | 42  |
| 6               | 627. | Бананы св.                         | 0,150           | 2,25  | 0,75  | 31,5   | 144 |
| Итого по группе |      |                                    | 0,721           | 14,92 | 20,73 | 102,04 | 660 |

**Обед**

|                 |      |                                     |       |       |       |        |     |
|-----------------|------|-------------------------------------|-------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 20.2 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 0,060 | 0,52  | 3,09  | 1,64   | 37  |
| 2               | 127. | Суп с рисом и мясными фрикадельками | 0,250 | 9,74  | 4,56  | 14,55  | 130 |
| 3               | 455  | Котлеты рубленые с капустой         | 0,100 | 12,62 | 12,33 | 15,01  | 222 |
| 4               | 601. | Соус сметанный3 с томатом           | 0,040 | 0,69  | 1,29  | 3,86   | 26  |
| 5               | 520. | Пюре картофельное                   | 0,150 | 3,1   | 6,27  | 15,76  | 145 |
| 6               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                 | 0,050 | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87  |
| 7               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция              | 0,070 | 5,32  | 0,56  | 34,44  | 164 |
| 8               | 699. | Напиток лимонный                    | 0,200 | 0,13  | 0,01  | 10,43  | 45  |
| Итого по группе |      |                                     | 0,92  | 35,42 | 28,71 | 116,19 | 856 |

**Итоги по группам питающихся**

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,721        | 14,92        | 20,73        | 102,04        | 660         |
| Обед                 | 0,92         | 35,42        | 28,71        | 116,19        | 856         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,641</b> | <b>50,34</b> | <b>49,44</b> | <b>218,23</b> | <b>1516</b> |



1-я неделя / 3. среда

| № п/п                              | № рецептур | наименование                            | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |              |                 | ЭЦ (ккал)        |
|------------------------------------|------------|---|-------------------------|----------------------|--------------|-----------------|------------------|
|                                    |            |   |                         | белки                | жиры         | углеводы        |                  |
| 1                                  | 2          | 3                                       | 4                       | 5                    | 6            | 7               | 8                |
| <b>Завтрак</b>                     |            |   |                         |                      |              |                 |                  |
| 1                                  | 366.       | Запеканка из творога                    | 0,180                   | 26,77                | 21,39        | 19,36           | 385              |
| 2                                  | 1025       | Молоко сгущеное с сахаром 8,5% жирности | 0,040                   | 2,88                 | 3,4          | 22,2            | 131              |
| 3                                  | 96         | Масло сладко-сливочное, порционное      | 0,010                   | 0,05                 | 8,25         | 0,08            | 75               |
| 4                                  | 1011       | Батон нарезной порция                   | 0,040                   | 3                    | 1,2          | 20,4            | 104              |
| 5                                  | 685        | Чай с сахаром                           | 0,210(200/10)           | 0,2                  | 0,05         | 10,02           | 40               |
| 6                                  | 627.       | Мандарины св.                           | 0,150                   | 1,2                  | 0,3          | 11,25           | 57               |
| <b>Итого по группе</b>             |            |   | <b>0,63</b>             | <b>34,1</b>          | <b>34,59</b> | <b>83,31</b>    | <b>792</b>       |
| <b>Обед</b>                        |            |   |                         |                      |              |                 |                  |
| 1                                  | 24         | Салат "Полоньинский"                    | 0,060                   | 0,66                 | 7,77         | 2,58            | 83               |
| 2                                  | 143.       | Суп с макаронами, картофелем и птицей   | 0,250/15                | 6,86                 | 5,13         | 20,25           | 151              |
| 3                                  | 499.       | Котлеты рубленые из птицы               | 0,090                   | 14,47                | 9,83         | 12,37           | 204              |
| 4                                  | 96.0       | Масло сладко-сливочное, прокипяченное   | 0,005                   | 0,02                 | 4,12         | 0,04            | 37               |
| 5                                  | 541.       | Рагу овощное (3-й вариант)              | 0,150                   | 3,19                 | 3,62         | 18,56           | 121              |
| 6                                  | 1012       | Хлеб ржаной, порция                     | 0,050                   | 3,3                  | 0,6          | 20,5            | 87               |
| 7                                  | 1011       | Хлеб пшеничный, порция                  | 0,050                   | 3,8                  | 0,4          | 24,6            | 117              |
| 8                                  | 509        | Напиток с витаминами "Витошка"          | 0,200                   | 0                    | 0            | 19,4            | 78               |
| <b>Итого по группе</b>             |            |   | <b>0,855</b>            | <b>32,3</b>          | <b>31,47</b> | <b>118,3</b>    | <b>878</b>       |
| <b>Итого по группам питающихся</b> |            |   |                         |                      |              |                 |                  |
| <b>Группа</b>                      |            |   | <b>Вес (кг)</b>         | <b>Белки</b>         | <b>Жиры</b>  | <b>Углеводы</b> | <b>ЭЦ (ккал)</b> |
| Завтрак                            |            |   | 0,63                    | 34,1                 | 34,59        | 83,31           | 792              |
| Обед                               |            |   | 0,855                   | 32,3                 | 31,47        | 118,3           | 878              |
| <b>Итого за день</b>               |            |   | <b>1,485</b>            | <b>66,4</b>          | <b>66,06</b> | <b>201,61</b>   | <b>1670</b>      |

1-я неделя / 4. четверг

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

Завтрак

|                 |      |                                    |               |       |       |       |     |
|-----------------|------|------------------------------------|---------------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 311. | Каша рисовая (жидкая) с маслом     | 0,204(200/4)  | 4,97  | 6,8   | 30,3  | 204 |
| 2               | 96   | Масло сладко-сливочное, порционное | 0,010         | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 3               | 779  | Булочка молочная                   | 0,050         | 4,54  | 4,09  | 25,95 | 171 |
| 4               | 685. | Чай с сахаром и молоком            | 0,215(200/15) | 3,1   | 2,55  | 19,81 | 114 |
| 5               | 627. | Яблоки св.                         | 0,150         | 0,6   | 0,6   | 14,7  | 70  |
| Итого по группе |      |                                    | 0,629         | 13,26 | 22,29 | 90,84 | 634 |

Обед

|                 |      |   |          |       |       |        |     |
|-----------------|------|---|----------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 19.1 | Салат из свежих помидоров                 | 0,060    | 0,64  | 3,72  | 2,21   | 46  |
| 2               | 142. | Суп картофель на рыбном бульоне с минтаем | 0,250/25 | 7,88  | 3,09  | 13,45  | 126 |
| 3               | 478. | Запеканка картофельная с субпродуктами    | 0,200    | 21,29 | 9,43  | 26,04  | 267 |
| 4               | 601. | Соус сметанный3 с томатом                 | 0,040    | 0,69  | 1,29  | 3,86   | 26  |
| 5               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                       | 0,050    | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87  |
| 6               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция                    | 0,050    | 3,8   | 0,4   | 24,6   | 117 |
| 7               | 639. | Компот из смеси сухофруктов3              | 0,200    | 0,59  | 0,06  | 21,68  | 91  |
| 8               | 0.14 | Конфеты на сливках                        | 0,030    | 1,74  | 2,1   | 23,7   | 121 |
| Итого по группе |      |   | 0,88     | 39,93 | 20,69 | 136,04 | 881 |

Итоги по группам питающихся

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,629        | 13,26        | 22,29        | 90,84         | 634         |
| Обед                 | 0,88         | 39,93        | 20,69        | 136,04        | 881         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,509</b> | <b>53,19</b> | <b>42,98</b> | <b>226,88</b> | <b>1515</b> |



1-я неделя / 5. пятница

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

Завтрак

|                 |      |                                    |               |       |       |       |     |
|-----------------|------|------------------------------------|---------------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 311. | Каша манная (жидкая) с маслом      | 0,204(200/4)  | 7,34  | 8,97  | 28,35 | 226 |
| 2               | 97.0 | Сыр Российский порция              | 0,025         | 5,8   | 7,37  | 0     | 91  |
| 3               | 96   | Масло сладко-сливочное, порционное | 0,010         | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 4               | 1023 | Батон нарезной порция              | 0,030         | 2,25  | 0,9   | 15,3  | 78  |
| 5               | 685. | Чай витаминизированный "Витошкой"  | 0,210(200/10) | 0,2   | 0,05  | 9,75  | 39  |
| 6               | 627. | Бананы св.                         | 0,150         | 2,25  | 0,75  | 31,5  | 144 |
| Итого по группе |      |                                    | 0,629         | 17,89 | 26,29 | 84,98 | 653 |

Обед

|                 |      |                                       |            |       |       |        |     |
|-----------------|------|---------------------------------------|------------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 110. | Борщ со св. капустой, сметаной, мясом | 0,250/6/15 | 5,85  | 9,27  | 7,01   | 149 |
| 2               | 451. | Биточки мясные                        | 0,090      | 12,45 | 15,94 | 11,27  | 240 |
| 3               | 595. | Соус молочный                         | 0,040      | 1,26  | 2,52  | 6,51   | 46  |
| 4               | 516. | Макаронные изделия отварные           | 0,150      | 5,44  | 6,41  | 29,29  | 205 |
| 5               | 572. | Гарнир из свежих огурцов              | 0,060      | 0,48  | 0,06  | 1,5    | 8   |
| 6               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                   | 0,050      | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87  |
| 7               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция                | 0,050      | 3,8   | 0,4   | 24,6   | 117 |
| 8               | 636. | Компот из апельсинов 3                | 0,200      | 0,18  | 0,04  | 11,6   | 49  |
| Итого по группе |      |                                       | 0,89       | 32,76 | 35,24 | 112,28 | 901 |

Итоги по группам питающихся

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,629        | 17,89        | 26,29        | 84,98         | 653         |
| Обед                 | 0,89         | 32,76        | 35,24        | 112,28        | 901         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,519</b> | <b>50,65</b> | <b>61,53</b> | <b>197,26</b> | <b>1554</b> |

1-я неделя / 6. суббота

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

Завтрак

|                 |      |                                     |              |       |       |       |     |
|-----------------|------|-------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 311. | Каша пшенная (жидкая) с маслом      | 0,204(200/4) | 6,31  | 7,49  | 28,1  | 207 |
| 2               | 337  | Яйцо отварное                       | 0,040        | 5,08  | 4,6   | 0,28  | 63  |
| 3               | 96.0 | Масло сладко-сливочное , порционное | 0,010        | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 4               | 1011 | Батон нарезной порция               | 0,040        | 3     | 1,2   | 20,4  | 104 |
| 5               | 693. | Какао Витошка с витамин. и молоком  | 0,200        | 5,83  | 4,8   | 18,44 | 142 |
| 6               | 627. | Апельсины св.                       | 0,150        | 1,35  | 0,3   | 12,15 | 64  |
| Итого по группе |      |                                     | 0,644        | 21,62 | 26,64 | 79,45 | 655 |

Обед

|                 |      |  |               |       |       |        |     |
|-----------------|------|--|---------------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 30.0 | Салат из редиса со свежим огурцом        | 0,060         | 0,57  | 4,06  | 1,54   | 45  |
| 2               | 124. | Щи из св. капусты с цыпленком и сметаной | 0,250/6/15    | 5,81  | 6,5   | 7,73   | 121 |
| 3               | 488  | Цыплята-бройлеры, туш.в соусе с овощами  | 0,230(55/175) | 15,87 | 19,34 | 27,01  | 337 |
| 4               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция                   | 0,050         | 3,8   | 0,4   | 24,6   | 117 |
| 5               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                      | 0,050         | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87  |
| 6               | 638. | Компот из кураги                         | 0,200         | 1,04  | 0     | 20,98  | 87  |
| 7               | 0.06 | Мармелад жележный                        | 0,030         | 0,03  | 0     | 23,82  | 96  |
| Итого по группе |      |  | 0,87          | 30,42 | 30,9  | 126,18 | 890 |

Итоги по группам питающихся

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,644        | 21,62        | 26,64        | 79,45         | 655         |
| Обед                 | 0,87         | 30,42        | 30,9         | 126,18        | 890         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,514</b> | <b>52,04</b> | <b>57,54</b> | <b>205,63</b> | <b>1545</b> |

2-я неделя / 1. понедельник

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

Завтрак

|                 |      |                                    |               |       |       |       |     |
|-----------------|------|------------------------------------|---------------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 311. | Каша ячневая (жидкая)с маслом      | 0,204/(200/4) | 5,37  | 6,12  | 24,67 | 176 |
| 2               | 96   | Масло сладко-сливочное, порционное | 0,010         | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 3               | 1011 | Батон нарезной порция              | 0,040         | 3     | 1,2   | 20,4  | 104 |
| 4               | 97.0 | Сыр Российский порция              | 0,025         | 5,8   | 7,37  | 0     | 91  |
| 5               | 685. | Чай витаминизированный "Витошкой"  | 0,210(200/10) | 0,2   | 0,05  | 9,75  | 39  |
| 6               | 627  | Бананы св.                         | 0,200         | 3     | 1     | 42    | 192 |
| Итого по группе |      |                                    | 0,689         | 17,42 | 23,99 | 96,9  | 677 |

Обед

|                 |      |                                    |              |       |       |        |      |
|-----------------|------|------------------------------------|--------------|-------|-------|--------|------|
| 1               | 19.1 | Салат из свежих помидоров          | 0,060        | 0,64  | 3,72  | 2,21   | 46   |
| 2               | 139. | Суп картофельный с горохом и мясом | 0,250/15     | 8,8   | 8,67  | 22,52  | 196  |
| 3               | 551. | Гренки из пшеничного хлеба         | 0,010        | 1,44  | 0,15  | 9,35   | 45   |
| 4               | 437. | Гуляш                              | 0,100(50/50) | 11,44 | 29,95 | 3,57   | 332  |
| 5               | 516. | Макаронные изделия отварные        | 0,150        | 5,44  | 6,41  | 29,29  | 205  |
| 6               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                | 0,050        | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87   |
| 7               | 707. | Сок персиковый с мякотью           | 0,200        | 0,6   | 0     | 34     | 132  |
| Итого по группе |      |                                    | 0,82         | 31,66 | 49,5  | 121,44 | 1043 |

Итоги по группам питающихся

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,689        | 17,42        | 23,99        | 96,9          | 677         |
| Обед                 | 0,82         | 31,66        | 49,5         | 121,44        | 1043        |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,509</b> | <b>49,08</b> | <b>73,49</b> | <b>218,34</b> | <b>1720</b> |



2-я неделя / 2. вторник

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

Завтрак

|                 |      |                                |                 |       |       |       |     |
|-----------------|------|--------------------------------|-----------------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 311. | Каша рисовая (жидкая) с маслом | 0,204(200/4)    | 4,97  | 6,8   | 30,3  | 204 |
| 2               | 698. | Напиток Снежок 2,5% жирности   | 0,100           | 2,7   | 2,5   | 10,8  | 79  |
| 3               | 767. | Булочка ванильная              | 0,050           | 3,78  | 3,68  | 24,69 | 157 |
| 4               | 686  | Чай с лимоном                  | 0,217(200/10/7) | 0,26  | 0,06  | 10,23 | 42  |
| 5               | 627. | Яблоки св.                     | 0,150           | 0,6   | 0,6   | 14,7  | 70  |
| Итого по группе |      |                                | 0,721           | 12,31 | 13,64 | 90,72 | 552 |

Обед

|                 |      |                                       |          |       |       |       |     |
|-----------------|------|---------------------------------------|----------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 16.1 | Салат из свежих огурцов               | 0,060    | 0,41  | 3,06  | 1,11  | 33  |
| 2               | 143. | Суп с макаронами, картофелем и птицей | 0,250/15 | 6,86  | 5,13  | 20,25 | 151 |
| 3               | 487  | Цыплята отварные                      | 0,090    | 20,98 | 16,02 | 0,79  | 255 |
| 4               | 96.0 | Масло сладко-сливочное, прокипяченное | 0,005    | 0,02  | 4,12  | 0,04  | 37  |
| 5               | 541. | Рагу овощное (3-й вариант)            | 0,150    | 3,19  | 3,62  | 18,56 | 121 |
| 6               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                   | 0,050    | 3,3   | 0,6   | 20,5  | 87  |
| 7               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция                | 0,050    | 3,8   | 0,4   | 24,6  | 117 |
| 8               | 631. | Компот из свежих яблок 3 вар.         | 0,200    | 0,08  | 0,08  | 11,94 | 49  |
| Итого по группе |      |                                       | 0,855    | 38,64 | 33,03 | 97,79 | 850 |

Итоги по группам питающихся

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,721        | 12,31        | 13,64        | 90,72         | 552         |
| Обед                 | 0,855        | 38,64        | 33,03        | 97,79         | 850         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,576</b> | <b>50,95</b> | <b>46,67</b> | <b>188,51</b> | <b>1402</b> |

2-я неделя / 3. среда

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

Завтрак

|                 |      |                                     |               |       |       |       |     |
|-----------------|------|-------------------------------------|---------------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 358. | Сырники из творога                  | 0,150         | 24,29 | 18,58 | 23,08 | 364 |
| 2               | 621  | Соус клубничный                     | 0,035         | 0,03  | 0,03  | 5,86  | 27  |
| 3               | 96.0 | Масло сладко-сливочное , порционное | 0,010         | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 4               | 1011 | Батон нарезной порция               | 0,040         | 3     | 1,2   | 20,4  | 104 |
| 5               | 685  | Чай с сахаром                       | 0,210(200/10) | 0,2   | 0,05  | 10,02 | 40  |
| 6               | 627. | Мандарины св.                       | 0,150         | 1,2   | 0,3   | 11,25 | 57  |
| Итого по группе |      |                                     | 0,595         | 28,77 | 28,41 | 70,69 | 667 |

Обед

|                 |      |                                       |               |       |       |        |     |
|-----------------|------|---------------------------------------|---------------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 572. | Гарнир из свежих огурцов              | 0,060         | 0,48  | 0,06  | 1,5    | 8   |
| 2               | 120. | Борщ "Белорусский" с мясом и сметаной | 0,250/6/15    | 6,23  | 9,39  | 12,41  | 180 |
| 3               | 438  | Азу                                   | 0,200(56/144) | 14,37 | 27,88 | 20,94  | 403 |
| 4               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                   | 0,050         | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87  |
| 5               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция                | 0,050         | 3,8   | 0,4   | 24,6   | 117 |
| 6               | 509  | Напиток с витаминами "Витошка"        | 0,200         | 0     | 0     | 19,4   | 78  |
| 7               | 0.14 | Конфеты на сливках                    | 0,030         | 1,74  | 2,1   | 23,7   | 121 |
| Итого по группе |      |                                       | 0,84          | 29,92 | 40,43 | 123,05 | 994 |

Итоги по группам питающихся

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,595        | 28,77        | 28,41        | 70,69         | 667         |
| Обед                 | 0,84         | 29,92        | 40,43        | 123,05        | 994         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,435</b> | <b>58,69</b> | <b>68,84</b> | <b>193,74</b> | <b>1661</b> |

**2-я неделя / 4. четверг**

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

**Завтрак**

|                 |      |                                       |       |       |       |       |     |
|-----------------|------|---------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 340  | Омлет натуральный с маслом            | 0,150 | 13,4  | 17,99 | 3,55  | 229 |
| 2               | 1025 | Творожная масса с сахаром и ванилином | 0,100 | 14,5  | 4,5   | 11,8  | 147 |
| 3               | 96.0 | Масло сладко-сливочное , порционное   | 0,010 | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 4               | 1011 | Батон нарезной порция                 | 0,040 | 3     | 1,2   | 20,4  | 104 |
| 5               | 692. | Кофейный напиток с молоком            | 0,200 | 5,27  | 5,34  | 21,59 | 154 |
| 6               | 627. | Бананы св.                            | 0,150 | 2,25  | 0,75  | 31,5  | 144 |
| Итого по группе |      |                                       | 0,65  | 38,47 | 38,03 | 88,92 | 853 |

**Обед**

|                 |      |                                       |            |       |       |        |      |
|-----------------|------|---------------------------------------|------------|-------|-------|--------|------|
| 1               | 19.1 | Салат из свежих помидоров             | 0,060      | 0,64  | 3,72  | 2,21   | 46   |
| 2               | 132. | Рассольник ленинградский со сметаной  | 0,250/6/15 | 6,06  | 9,45  | 19,94  | 182  |
| 3               | 451. | Котлеты мясные                        | 0,090      | 12,15 | 17,68 | 11,27  | 255  |
| 4               | 96.0 | Масло сладко-сливочное, прокипяченное | 0,005      | 0,02  | 4,12  | 0,04   | 37   |
| 5               | 520. | Пюре картофельное                     | 0,150      | 3,1   | 6,27  | 15,76  | 145  |
| 6               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                   | 0,050      | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87   |
| 7               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция                | 0,050      | 3,8   | 0,4   | 24,6   | 117  |
| 8               | 707. | Сок виноградный                       | 0,200      | 0,6   | 0     | 34     | 140  |
| Итого по группе |      |                                       | 0,855      | 29,67 | 42,24 | 128,32 | 1009 |

**Итоги по группам питающихся**

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,65         | 38,47        | 38,03        | 88,92         | 853         |
| Обед                 | 0,855        | 29,67        | 42,24        | 128,32        | 1001        |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,505</b> | <b>68,14</b> | <b>80,27</b> | <b>217,24</b> | <b>1862</b> |

2-я неделя / 5. пятница

| № п/п           | № рецептур | наименование                       | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |       |          | ЭЦ (ккал) |
|-----------------|------------|------------------------------------|-------------------------|----------------------|-------|----------|-----------|
|                 |            |                                    |                         | белки                | жиры  | углеводы |           |
| 1               | 2          | 3                                  | 4                       | 5                    | 6     | 7        | 8         |
| <b>Завтрак</b>  |            |                                    |                         |                      |       |          |           |
| 1               | 160.       | Суп молочный (Вермишель в молоке)  | 0,200                   | 8,6                  | 9,41  | 31,77    | 248       |
| 2               | 337        | Яйцо отварное                      | 0,040                   | 5,08                 | 4,6   | 0,28     | 63        |
| 3               | 96         | Масло сладко-сливочное, порционное | 0,010                   | 0,05                 | 8,25  | 0,08     | 75        |
| 4               | 1011       | Батон нарезной порция              | 0,040                   | 3                    | 1,2   | 20,4     | 104       |
| 5               | 685.       | Чай витаминизированный "Витошкой"  | 0,210(200/10)           | 0,2                  | 0,05  | 9,75     | 39        |
| 6               | 627.       | Яблоки св.                         | 0,150                   | 0,6                  | 0,6   | 14,7     | 70        |
| Итого по группе |            |                                    | 0,65                    | 17,53                | 24,11 | 76,98    | 599       |

|                 |      |                                     |              |       |       |       |     |
|-----------------|------|-------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|-----|
| <b>Обед</b>     |      |                                     |              |       |       |       |     |
| 1               | 20.2 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 0,060        | 0,52  | 3,09  | 1,64  | 37  |
| 2               | 135  | Суп из овощей с птицей              | 0,250/15     | 6,11  | 5,06  | 12    | 116 |
| 3               | 437. | Гуляш из птицы                      | 0,100(50/50) | 12,42 | 13,29 | 3,35  | 180 |
| 4               | 508. | Каша гречневая рассыпчатая          | 0,150        | 5,58  | 6,29  | 25,22 | 180 |
| 5               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                 | 0,050        | 3,3   | 0,6   | 20,5  | 87  |
| 6               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция              | 0,050        | 3,8   | 0,4   | 24,6  | 117 |
| 7               | 699. | Напиток лимонный                    | 0,200        | 0,13  | 0,01  | 10,43 | 45  |
| Итого по группе |      |                                     | 0,86         | 31,86 | 28,74 | 97,74 | 762 |

**Итоги по группам питающихся**

| Группа               | Вес (кг)    | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,65        | 17,53        | 24,11        | 76,98         | 599         |
| Обед                 | 0,86        | 31,86        | 28,74        | 97,74         | 762         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,51</b> | <b>49,39</b> | <b>52,85</b> | <b>174,72</b> | <b>1361</b> |

2-я неделя / 6. суббота

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

Завтрак

|                 |      |                                     |              |       |       |       |     |
|-----------------|------|-------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 311. | Каша кукурузная жидкая с маслом     | 0,204(200/4) | 5,18  | 6,66  | 27,31 | 190 |
| 2               | 96.0 | Масло сладко-сливочное , порционное | 0,010        | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 3               | 97.0 | Сыр Российский порция               | 0,025        | 5,8   | 7,37  | 0     | 91  |
| 4               | 1011 | Батон нарезной порция               | 0,040        | 3     | 1,2   | 20,4  | 104 |
| 5               | 693. | Какао Витошка с витамин. и молоком  | 0,200        | 5,83  | 4,8   | 18,44 | 142 |
| 6               | 627. | Апельсины св.                       | 0,150        | 1,35  | 0,3   | 12,15 | 64  |
| Итого по группе |      |                                     | 0,629        | 21,21 | 28,58 | 78,38 | 666 |

Обед

|                 |      |  |            |       |       |        |     |
|-----------------|------|--|------------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 43   | Салат из капусты и огурцов с р/м         | 0,060      | 0,82  | 3,66  | 3,35   | 50  |
| 2               | 124. | Щи из св. капусты с цыпленком и сметаной | 0,250/6/15 | 5,81  | 6,5   | 7,73   | 121 |
| 3               | 298  | Рыба, тушенная в сметанном соусе         | 0,100      | 9,87  | 6,57  | 3,44   | 110 |
| 4               | 215  | Картофель, тушенный с луком              | 0,150      | 3,19  | 6,15  | 20,75  | 161 |
| 5               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                      | 0,050      | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87  |
| 6               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция                   | 0,050      | 3,8   | 0,4   | 24,6   | 117 |
| 7               | 639. | Компот из смеси сухофруктов3             | 0,200      | 0,59  | 0,06  | 21,68  | 91  |
| 8               | 766  | Сдоба обыкновенная                       | 0,080      | 6,5   | 4,35  | 47,87  | 257 |
| Итого по группе |      |  | 0,94       | 33,88 | 28,29 | 149,92 | 994 |

Итоги по группам питающихся

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы     | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-------------|
| Завтрак              | 0,629        | 21,21        | 28,58        | 78,38        | 666         |
| Обед                 | 0,94         | 33,88        | 28,29        | 149,92       | 994         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,569</b> | <b>55,09</b> | <b>56,87</b> | <b>228,3</b> | <b>1660</b> |

3-я неделя / 1. понедельник

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

Завтрак

|                 |      |                                    |       |       |       |       |     |
|-----------------|------|------------------------------------|-------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 333  | Макароны с тертым сыром Российским | 0,200 | 12,87 | 12,64 | 34,33 | 315 |
| 2               | 337  | Яйцо отварное                      | 0,040 | 5,08  | 4,6   | 0,28  | 63  |
| 3               | 96   | Масло сладко-сливочное, порционное | 0,010 | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 4               | 1011 | Батон нарезной порция              | 0,040 | 3     | 1,2   | 20,4  | 104 |
| 5               | 693. | Какао Витошка с витамин. и молоком | 0,200 | 5,83  | 4,8   | 18,44 | 142 |
| 6               | 627. | Яблоки св.                         | 0,150 | 0,6   | 0,6   | 14,7  | 70  |
| Итого по группе |      |                                    | 0,64  | 27,43 | 32,09 | 88,23 | 769 |

Обед

|                 |      |                                    |          |       |       |        |     |
|-----------------|------|------------------------------------|----------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 16.1 | Салат из свежих огурцов            | 0,060    | 0,41  | 3,06  | 1,11   | 33  |
| 2               | 139. | Суп картофельный с горохом и мясом | 0,250/15 | 8,8   | 8,67  | 22,52  | 196 |
| 3               | 551. | Гренки из пшеничного хлеба         | 0,010    | 1,44  | 0,15  | 9,35   | 45  |
| 4               | 388. | Котлеты рыбные                     | 0,090    | 12,37 | 3,5   | 8,41   | 115 |
| 5               | 606. | Соус польский (1-й вариант) -3     | 0,040    | 1,22  | 8,57  | 2,62   | 89  |
| 6               | 508. | Каша рисовая рассыпчатая           | 0,150    | 3,7   | 5,89  | 38,9   | 225 |
| 7               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                | 0,050    | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87  |
| 8               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция             | 0,050    | 3,8   | 0,4   | 24,6   | 117 |
| 9               | 707  | Сок яблочный                       | 0,200    | 1     | 0,2   | 20,2   | 86  |
| Итого по группе |      |                                    | 0,9      | 36,04 | 31,04 | 148,21 | 993 |

Итоги по группам питающихся

| Группа               | Вес (кг)    | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,64        | 27,43        | 32,09        | 88,23         | 769         |
| Обед                 | 0,9         | 36,04        | 31,04        | 148,21        | 993         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,54</b> | <b>63,47</b> | <b>63,13</b> | <b>236,44</b> | <b>1762</b> |

3-я неделя / 2. вторник

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

Завтрак

|                 |      |                                    |                 |       |       |        |     |
|-----------------|------|------------------------------------|-----------------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 311. | Каша пшеничная вязкая с маслом     | 0,204(200/4)    | 6,76  | 7,97  | 26,83  | 208 |
| 2               | 96   | Масло сладко-сливочное, порционное | 0,010           | 0,05  | 8,25  | 0,08   | 75  |
| 3               | 1011 | Батон нарезной порция              | 0,040           | 3     | 1,2   | 20,4   | 104 |
| 4               | 698. | Йогурт 2,5 % жирности              | 0,100           | 2,6   | 2,5   | 13     | 87  |
| 5               | 686  | Чай с лимоном                      | 0,217(200/10/7) | 0,26  | 0,06  | 10,23  | 42  |
| 6               | 627. | Бананы св.                         | 0,150           | 2,25  | 0,75  | 31,5   | 144 |
| Итого по группе |      |                                    | 0,721           | 14,92 | 20,73 | 102,04 | 660 |

Обед

|                 |      |                                     |       |       |       |        |     |
|-----------------|------|-------------------------------------|-------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 20.2 | Салат из свежих помидоров и огурцов | 0,060 | 0,52  | 3,09  | 1,64   | 37  |
| 2               | 127. | Суп с рисом и мясными фрикадельками | 0,250 | 9,74  | 4,56  | 14,55  | 130 |
| 3               | 455  | Котлеты рубленые с капустой         | 0,100 | 12,62 | 12,33 | 15,01  | 222 |
| 4               | 601. | Соус сметанный3 с томатом           | 0,040 | 0,69  | 1,29  | 3,86   | 26  |
| 5               | 520. | Пюре картофельное                   | 0,150 | 3,1   | 6,27  | 15,76  | 145 |
| 6               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                 | 0,050 | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87  |
| 7               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция              | 0,070 | 5,32  | 0,56  | 34,44  | 164 |
| 8               | 699. | Напиток лимонный                    | 0,200 | 0,13  | 0,01  | 10,43  | 45  |
| Итого по группе |      |                                     | 0,92  | 35,42 | 28,71 | 116,19 | 856 |

Итоги по группам питающихся

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,721        | 14,92        | 20,73        | 102,04        | 660         |
| Обед                 | 0,92         | 35,42        | 28,71        | 116,19        | 856         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,641</b> | <b>50,34</b> | <b>49,44</b> | <b>218,23</b> | <b>1516</b> |

**3-я неделя / 3. среда**

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

**Завтрак**

|                 |      |   |               |       |       |       |     |
|-----------------|------|---|---------------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 366. | Запеканка из творога                    | 0,180         | 26,77 | 21,39 | 19,36 | 385 |
| 2               | 1025 | Молоко сгущеное с сахаром 8,5% жирности | 0,040         | 2,88  | 3,4   | 22,2  | 131 |
| 3               | 96   | Масло сладко-сливочное, порционное      | 0,010         | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 4               | 1011 | Батон нарезной порция                   | 0,040         | 3     | 1,2   | 20,4  | 104 |
| 5               | 685  | Чай с сахаром                           | 0,210(200/10) | 0,2   | 0,05  | 10,02 | 40  |
| 6               | 627. | Мандарины св.                           | 0,150         | 1,2   | 0,3   | 11,25 | 57  |
| Итого по группе |      |   | 0,63          | 34,1  | 34,59 | 83,31 | 792 |

**Обед**

|                 |      |                                       |          |       |       |       |     |
|-----------------|------|---------------------------------------|----------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 24   | Салат "Полоньинский"                  | 0,060    | 0,66  | 7,77  | 2,58  | 83  |
| 2               | 143. | Суп с макаронами, картофелем и птицей | 0,250/15 | 6,86  | 5,13  | 20,25 | 151 |
| 3               | 499. | Котлеты рубленные из птицы            | 0,090    | 14,47 | 9,83  | 12,37 | 204 |
| 4               | 96.0 | Масло сладко-сливочное, прокипяченное | 0,005    | 0,02  | 4,12  | 0,04  | 37  |
| 5               | 541. | Рагу овощное (3-й вариант)            | 0,150    | 3,19  | 3,62  | 18,56 | 121 |
| 6               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                   | 0,050    | 3,3   | 0,6   | 20,5  | 87  |
| 7               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция                | 0,050    | 3,8   | 0,4   | 24,6  | 117 |
| 8               | 509  | Напиток с витаминами "Витошка"        | 0,200    | 0     | 0     | 19,4  | 78  |
| Итого по группе |      |                                       | 0,855    | 32,3  | 31,47 | 118,3 | 878 |

**Итоги по группам питающихся**

| Группа               | Вес (кг)     | Белки       | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|-------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,63         | 34,1        | 34,59        | 83,31         | 792         |
| Обед                 | 0,855        | 32,3        | 31,47        | 118,3         | 878         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,485</b> | <b>66,4</b> | <b>66,06</b> | <b>201,61</b> | <b>1670</b> |



3-я неделя / 4. четверг

| п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-----|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|     |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1   | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

Завтрак

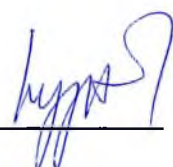
|                 |      |                                    |               |       |       |       |     |
|-----------------|------|------------------------------------|---------------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 311. | Каша рисовая (жидкая) с маслом     | 0,204(200/4)  | 4,97  | 6,8   | 30,3  | 204 |
| 2               | 96   | Масло сладко-сливочное, порционное | 0,010         | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 3               | 779  | Булочка молочная                   | 0,050         | 4,54  | 4,09  | 25,95 | 171 |
| 4               | 685. | Чай с сахаром и молоком            | 0,215(200/15) | 3,1   | 2,55  | 19,81 | 114 |
| 5               | 627. | Яблоки св.                         | 0,150         | 0,6   | 0,6   | 14,7  | 70  |
| Итого по группе |      |                                    | 0,629         | 13,26 | 22,29 | 90,84 | 634 |

Обед

|                 |      |   |          |       |       |        |     |
|-----------------|------|---|----------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 19.1 | Салат из свежих помидоров                 | 0,060    | 0,64  | 3,72  | 2,21   | 46  |
| 2               | 142. | Суп картофель на рыбном бульоне с минтаем | 0,250/25 | 7,88  | 3,09  | 13,45  | 126 |
| 3               | 478. | Запеканка картофельная с субпродуктами    | 0,200    | 21,29 | 9,43  | 26,04  | 267 |
| 4               | 601. | Соус сметанный3 с томатом                 | 0,040    | 0,69  | 1,29  | 3,86   | 26  |
| 5               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                       | 0,050    | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87  |
| 6               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция                    | 0,050    | 3,8   | 0,4   | 24,6   | 117 |
| 7               | 639. | Компот из смеси сухофруктов3              | 0,200    | 0,59  | 0,06  | 21,68  | 91  |
| 8               | 0.14 | Конфеты на сливках                        | 0,030    | 1,74  | 2,1   | 23,7   | 121 |
| Итого по группе |      |   | 0,88     | 39,93 | 20,69 | 136,04 | 881 |

Итоги по группам питающихся

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,629        | 13,26        | 22,29        | 90,84         | 634         |
| Обед                 | 0,88         | 39,93        | 20,69        | 136,04        | 881         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,509</b> | <b>53,19</b> | <b>42,98</b> | <b>226,88</b> | <b>1515</b> |



3-я неделя / 5. пятница

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

Завтрак

|                 |      |                                    |               |       |       |       |     |
|-----------------|------|------------------------------------|---------------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 311. | Каша манная (жидкая) с маслом      | 0,204(200/4)  | 7,34  | 8,97  | 28,35 | 226 |
| 2               | 97.0 | Сыр Российский порция              | 0,025         | 5,8   | 7,37  | 0     | 91  |
| 3               | 96   | Масло сладко-сливочное, порционное | 0,010         | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 4               | 1023 | Батон нарезной порция              | 0,030         | 2,25  | 0,9   | 15,3  | 78  |
| 5               | 685. | Чай витаминизированный "Витошкой"  | 0,210(200/10) | 0,2   | 0,05  | 9,75  | 39  |
| 6               | 627. | Бананы св.                         | 0,150         | 2,25  | 0,75  | 31,5  | 144 |
| Итого по группе |      |                                    | 0,629         | 17,89 | 26,29 | 84,98 | 653 |

Обед

|                 |      |                                       |            |       |       |        |     |
|-----------------|------|---------------------------------------|------------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 110. | Борщ со св. капустой, сметаной, мясом | 0,250/6/15 | 5,85  | 9,27  | 7,01   | 149 |
| 2               | 451. | Биточки мясные                        | 0,090      | 12,45 | 15,94 | 11,27  | 240 |
| 3               | 595. | Соус молочный                         | 0,040      | 1,26  | 2,52  | 6,51   | 46  |
| 4               | 516. | Макаронные изделия отварные           | 0,150      | 5,44  | 6,41  | 29,29  | 205 |
| 5               | 572. | Гарнир из свежих огурцов              | 0,060      | 0,48  | 0,06  | 1,5    | 8   |
| 6               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                   | 0,050      | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87  |
| 7               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция                | 0,050      | 3,8   | 0,4   | 24,6   | 117 |
| 8               | 636. | Компот из апельсинов 3                | 0,200      | 0,18  | 0,04  | 11,6   | 49  |
| Итого по группе |      |                                       | 0,89       | 32,76 | 35,24 | 112,28 | 901 |

Итоги по группам питающихся

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,629        | 17,89        | 26,29        | 84,98         | 653         |
| Обед                 | 0,89         | 32,76        | 35,24        | 112,28        | 901         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,519</b> | <b>50,65</b> | <b>61,53</b> | <b>197,26</b> | <b>1554</b> |



**3-я неделя / 6. суббота**

| № п/п | № рецептур | наименование | вес (кг) готового блюда | пищевые вещества (г) |      |          | ЭЦ (ккал) |
|-------|------------|--------------|-------------------------|----------------------|------|----------|-----------|
|       |            |              |                         | белки                | жиры | углеводы |           |
| 1     | 2          | 3            | 4                       | 5                    | 6    | 7        | 8         |

**Завтрак**

|                 |      |                                    |              |       |       |       |     |
|-----------------|------|------------------------------------|--------------|-------|-------|-------|-----|
| 1               | 311. | Каша пшеничная (жидкая) с маслом   | 0,204(200/4) | 6,31  | 7,49  | 28,1  | 207 |
| 2               | 337  | Яйцо отварное                      | 0,040        | 5,08  | 4,6   | 0,28  | 63  |
| 3               | 96.0 | Масло сладко-сливочное, порционное | 0,010        | 0,05  | 8,25  | 0,08  | 75  |
| 4               | 1011 | Батон нарезной порция              | 0,040        | 3     | 1,2   | 20,4  | 104 |
| 5               | 693. | Какао Витошка с витамин. и молоком | 0,200        | 5,83  | 4,8   | 18,44 | 142 |
| 6               | 627. | Апельсины св.                      | 0,150        | 1,35  | 0,3   | 12,15 | 64  |
| Итого по группе |      |                                    | 0,644        | 21,62 | 26,64 | 79,45 | 655 |

**Обед**

|                 |      |  |               |       |       |        |     |
|-----------------|------|--|---------------|-------|-------|--------|-----|
| 1               | 30.0 | Салат из редиса со свежим огурцом        | 0,060         | 0,57  | 4,06  | 1,54   | 45  |
| 2               | 124. | Щи из св. капусты с цыпленком и сметаной | 0,250/6/15    | 5,81  | 6,5   | 7,73   | 121 |
| 3               | 488  | Цыплята-бройлеры, туш.в соусе с овощами  | 0,230(55/175) | 15,87 | 19,34 | 27,01  | 337 |
| 4               | 1011 | Хлеб пшеничный, порция                   | 0,050         | 3,8   | 0,4   | 24,6   | 117 |
| 5               | 1012 | Хлеб ржаной, порция                      | 0,050         | 3,3   | 0,6   | 20,5   | 87  |
| 6               | 638. | Компот из кураги                         | 0,200         | 1,04  | 0     | 20,98  | 87  |
| 7               | 0.06 | Мармелад желейный                        | 0,030         | 0,03  | 0     | 23,82  | 96  |
| Итого по группе |      |  | 0,87          | 30,42 | 30,9  | 126,18 | 890 |

**Итоги по группам питающихся**

| Группа               | Вес (кг)     | Белки        | Жиры         | Углеводы      | ЭЦ (ккал)   |
|----------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|-------------|
| Завтрак              | 0,644        | 21,62        | 26,64        | 79,45         | 655         |
| Обед                 | 0,87         | 30,42        | 30,9         | 126,18        | 890         |
| <b>Итого за день</b> | <b>1,514</b> | <b>52,04</b> | <b>57,54</b> | <b>205,63</b> | <b>1545</b> |

|                        |               |                |                 |                |              |
|------------------------|---------------|----------------|-----------------|----------------|--------------|
| <b>Итого за период</b> | <b>27,520</b> | <b>1003,52</b> | <b>1060,035</b> | <b>3792,95</b> | <b>28790</b> |
|                        | 1,53          | 55,75          | 58,89           | 210,72         | 1599,44      |

