

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
01.09.2021								
завтрак:		443				461,82		
	Омлет натуральный (9.1.1/4)	150	11,2	12,09	4,82	173,59	1,2	215
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Какао с молоком (6.2.1/1)	200	5,08	5,25	15,35	130,59	1,95	416
	Напиток витаминизированный (6.11.1/2)	50	0	0	4,75	18,75	5	
второй завтрак:		5%				99,86		
	Фрукты (мандарин 15.4.1)	96	0,77	0,19	7,22	36,56	36,56	386
	Сок яблочный (14.1.1/2)	150	0,75	0	15,15	63,3	4,5	399
обед:		590				667,92		
	Салат из свеклы (12.5.1)	60	0,88	3,06	5,14	51,5	2,10	34
	Суп картофельный на курином бульоне (5.34.1)	200	6,23	6,47	16,76	150,63	13,86	
	Фрикадельки из птицы (3.6.1)	90	19,48	21,32	8,2	306,02	1,99	308
	Пюре картофельное 8.4.1/2	150	3,29	2,73	22,06	126,37	18,91	339
	Кисель из черной смородины (6.22.1)	200	0,21	0,08	18,48	76,87	24,4	393
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		205				276,78		
	Йогурт питьевой (6.18.1/4)	175	5,74	4,38	19,78	141,75	1,05	401
	Полоска песочная (10.15.1)	30	2,59	4,75	20,21	135,03	0,03	491
ужин:		462,3				458,97		
	Салат из моркови и яблок (12.25.1)	60	0,64	3,1	4,44	49,13	3,6	40
	Вареники ленивые с маслом (11.4.1)	150	20	9,53	26,48	272,79	0,5	229/230
	Соус черносмородиновый (4.14.1)	50	0,17	0,07	14,22	59,35	20,74	378
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Батон (10.30.1)	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за третий день:			85,85	80,58	251,72	1965,35	138,22	

Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
02.09.2021								
завтрак:		423				444,38		
	Каша жидкая пшеничная (7.5.1)	200	7,66	8,36	29,21	223,94	2,08	199
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Чай с молоком (6.13.1/2)	180	2,85	3,06	10,48	81,55	1,28	391/394
второй завтрак:		5%				74,72		
	Фрукты (груша 15.2.1/1)	88/79	0,33	0,24	8,16	37,22	3,96	386
	Напиток витаминизированный (6.11.1)	100	0	0	9,5	37,5	10	
обед:		730				819,63		
	Икра морковная (8.5.1/4)	60	0,8	2,06	4,72	41,4	2,49	54
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне (5.10.1)	200	6,82	6,71	17,8	159,17	9,93	88
	Запеканка из печени с рисом (1.18.1)	200	29,38	11,01	60,02	458,12	42,04	311
	Соус сметанный (4.6.1/1)	30	0,42	2,17	1,69	28,23	0,04	372
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		235				330,06		
	Кефир (6.10.1/4)	175	5,08	4,38	7	92,75	1,23	401
	Ватрушка с яблоками	60	5,64	7,33	36,46	237,31	4,66	441/503
ужин:		546,50				433,03		
	Салат из капусты (12.6.1)	60	0,98	3,06	3,81	47,48	9,67	21
	Котлеты рыбные запеченные в сметанном соусе (2.5.1)	80	12,36	5,34	8,05	131,17	0,48	255/354
	Пюре картофельное (8.4.1)	180	3,29	2,73	22,06	126,37	18,91	321
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за четвертый день:			99,35	63,9	290,45	2101,82	111,16	

Для приготовления блюд используется **йодированная соль**

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр (лук выписывается в дни, когда не идёт в салат из белокочанной капусты).

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
03.09.2021								
завтрак:		506				527,79		
	Каша жидкая манная (7.3.1/1)	200	7,04	8,25	27,8	214,99	2,08	199
	Бутерброд с маслом (10.1.1)	36	2,3	5,22	15,5	118,26	0	1
	Яйцо вареное (9.5.1/1)	20	2,54	2,3	0,14	31,42	0	227
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,66	4,75	12,81	113,71	1,89	395
второй завтрак:		5%				131,63		
	Фрукты (банан 15.3.1/5)	82/49	0,74	0,25	10,33	47,23	4,92	386
	Сок яблочный (14.1.1)	200	1	0	20,2	84,4	6	399
обед:		685				713,58		
	Салат из свеклы с сыром (12.51.1)	60	2,92	5,79	4,44	81,99	1,88	31
	Суп с рыбными консервами (5.23.1)	200	8,85	10,63	15,87	194,87	8,70	87
	Жаркое по - домашнему (1.3.1/2)	210	14,11	14,88	28,02	302,86	24,57	276
	Напиток из плодов шиповника (6.23.1)	180	0,44	0,18	12,27	60,86	65	398
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		235				384,95		
	Снежок (6.12.1/2)	175	4,55	4,38	19,25	134,75	1,58	401
	Печенье (10.6.1/2)	60	4,5	5,88	44,64	250,2	0	
ужин:		502,3				449,04		
	Салат из картофеля с горошком зеленым консервированным (12.19.1)	60	1,03	3,13	6,19	57,5	5,43	26
	Голубцы ленивые (1.13.1/3)	170	14,11	12,76	12,89	224,08	20,67	298
	Соус сметанный с томатом (4.4.1/1)	40	0,69	2,09	3,42	35,76	0,93	355
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за пятый день:			75,53	81,42	276,38	2206,99	145,41	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
06.09.2021								
завтрак:		506				428,84		
	Каша жидкая кукурузная на стерилизованном молоке (7.18.1/2)	200	6,52	6,96	29,52	207,83	0,9	199
	Бутерброд с маслом (10.1.1)	36	2,3	5,22	15,5	118,26	0	1
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
второй завтрак:		5%				97,22		
	Фрукты (яблоко 15.1.1/7)	82/72	0,29	0,29	7,07	33,92	7,22	368
	Сок яблочный (14.1.1/2)	150	0,75	0	15,15	63,3	4,5	399
обед:		695				933,14		
	Салат из моркови (12.7.1)	60	0,76	0,06	6,03	28,42	2,92	41
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне (5.10.1)	200	6,82	6,71	17,8	159,17	9,93	88
	Ларшевник с творогом (11.15.1)	150	28,57	10,55	84,86	550,2	0,52	226
	Соус молочный (сладкий) (4.13.1)	50	1,88	3,09	9,15	72,54	0,65	351
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		265				361,8		
	Кефир (6.10.1/4)	175	5,08	4,38	7	92,75	1,23	401
	Гренки из пшеничного хлеба (10.8.1)	30	2,19	0,85	15,03	76,64	0	123
	Мармелад (10.18.1/1)	60	0,06	0	47,59	192,41	0	
ужин:		497,3				434,68		
	Салат из свеклы (12.5.1)	60	0,88	3,06	5,14	51,5	2,10	34
	Котлета рубленая мясная (1.1.1/2)	80	12,75	12,48	8,59	198,3	0,35	282
	Капуста тушеная (8.6.1/9)	140	3,18	3,84	9,33	86,58	27,5	336
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за шестой день:			90,34	58,31	332,94	2255,68	62,42	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
07.09.2021								
завтрак:		423				458,6		
	Суп молочный с макаронными изделиями (5.11.1/2)	200	6,87	8,28	25,66	206	2,08	100
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,66	4,75	12,81	113,71	1,89	395
второй завтрак:		5%				74,72		
	Фрукты (груша 15.2.1/1)	88/79	0,33	0,24	8,16	37,22	3,96	386
	Напиток витаминизированный (6.11.1)	100	0	0	9,5	37,5	10	
обед:		710				739,88		
	Салат из свеклы (12.5.1)	60	0,88	3,06	5,14	51,5	2,10	33
	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне (5.19.1/1)	200	9,55	5,72	19,27	166,85	7,61	87
	Фрикадельки мясные в соусе (1.7.1)	85	12,22	13,18	5,97	191,39	0,22	288
	Рис припущенный (8.9.1/5)	145	3,66	1,97	38,51	186,38	0,00	333
	Напиток из плодов шиповника (6.23.1)	180	0,44	0,18	12,27	60,86	65	398
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		235				339,31		
	Снежок (6.12.1/2)	175	4,55	4,38	19,25	134,75	1,58	401
	Плюшка сдобная (10.12.2/1)	60	5,13	6,85	30,14	204,56	0,26	453/466
ужин:		546,5				461,83		
	Салат из капусты (12.6.1)	60	0,98	3,06	3,81	47,48	9,67	21
	Тефтели рыбные тушеные в сметанном соусе (2.3.1/1)	110	13,25	7,29	10,15	159,97	0,71	261/354
	Пюре картофельное 8.4.1/2	150	3,29	2,73	22,06	126,37	18,91	339
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0,00	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0,00	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за седьмой день:			76,35	69,14	281,96	2074,34	128,38	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр (лук выписывается в дни, когда не идёт в салат из белокочанной капусты).

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
08.09.2021								
завтрак:		443				461,82		
	Омлет натуральный (9.1.1/4)	150	11,2	12,09	4,82	173,59	1,2	215
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Какао с молоком (6.2.1/1)	200	5,08	5,25	15,35	130,59	1,95	416
	Напиток витаминизированный (6.11.1/2)	50	0	0	4,75	18,75	5	
второй завтрак:						97,86		
	Фрукты (банан 15.3.1/4)	60/36	0,54	0,18	7,56	34,56	3,6	368
	Сок яблочный (14.1.1/2)	150	0,75	0	15,15	63,3	4,5	399
обед:		770				789,52		
	Салат из кукурузы консервированной (12.55.1)	45	0,79	3,51	8,19	66,57	0	12
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (5.9.1)	250	5,81	6,91	8,86	121,42	8,46	57
	Котлеты рубленые из птицы (3.6.1)	80	20,72	22,35	7,7	315,28	2,02	305
	Рагу из овощей (8.15.1/3)	150	3,35	4,43	17,89	126,48	20,24	137/348
	Кисель из черной смородины (6.22.1)	200	0,21	0,08	18,48	76,87	24,4	393
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	15	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		205				276,78		
	Йогурт питьевой (6.18.1/4)	175	5,74	4,38	19,78	141,75	1,05	401
	Полоска песочная (10.15.1)	30	2,59	4,75	20,21	135,03	0,03	491
ужин:		472,3				445,46		
	Салат из моркови и яблок (12.25.1)	60	0,64	3,1	4,44	49,13	3,6	40
	Вареники ленивые с маслом (11.4.1)	150	20	9,53	26,48	272,79	0,5	229/230
	Соус абрикосовый (4.15.1)	60	0,31	0,02	11,05	45,84	0,24	377
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Батон (10.30.1)	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за восьмой день:			86,55	84,14	239,37	2071,44	78,62	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
09.09.2021								
завтрак:		416				382,46		
	Каша жидкая пшенно-рисовая (7.16.1/2)	200	7,45	8,67	32,64	239,65	2,08	199
	Бутерброд с маслом (10.1.1)	36	2,3	5,22	15,5	118,26	0	1
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
второй завтрак:		5%				79,8		
	Фрукты (груша 15.2.1/5)	90/100	0,36	0,27	9,27	42,3	4,5	386
	Напиток витаминизированный (6.11.1)	100	0	0	9,5	37,5	10	
обед:		740				802,56		
	Икра морковная (8.5.1/4)	60	0,8	2,06	4,72	41,4	2,49	54
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (5.24.1)	200	5,93	6,56	6,2	107,94	4,57	89/129
	Запеканка из печени с рисом (1.18.1)	200	29,38	11,01	60,02	458,12	42,04	311
	Соус сметанный (4.6.1/1)	30	0,42	2,17	1,69	28,23	0,04	372
	Компот из изюма (6.5.1)	200	0,3	0,07	14,54	60,47	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0	
полдник:		235				301,3		
	Кефир (6.10.1/4)	175	5,08	4,38	7	92,75	1,23	401
	Крендель сахарный (10.16.1/2)	60	5,13	6,85	31,14	208,55	0,26	460
ужин:		457,3				413,35		
	Котлеты рыбные любительские с маслом сливочным (2.16.1/1)	90	15,88	6,93	5,75	149,4	1,21	272
	Картофель запеченный в сметанном соусе (8.16.1)	150	3,72	5,7	23,12	159,28	19,09	151
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за девятый день:			82,95	60,85	270,92	1979,47	92,11	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
10.09.2021								
завтрак:		416				451,75		
	Каша жидкая ячневая (7.4.1)	200	7,27	8,36	28,56	219,78	2,08	199
	Бутерброд с маслом (10.1.1)	36	2,3	5,22	15,5	118,26	0	1
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,66	4,75	12,81	113,71	1,89	395
второй завтрак:		5%				117,24		
	Фрукты апельсин (15.5.1/2)	114/76	0,69	0,15	6,19	32,84	45,83	368
	Сок яблочный (14.1.1)	200	1	0	20,2	84,4	6	399
обед:		735				800,29		
	Салат из капусты (12.6.1)	60	0,98	3,06	3,81	47,48	9,67	21
	Суп с рыбными консервами (5.23.1)	200	8,85	10,63	15,87	194,87	8,70	87
	Рулет с луком и яйцом (1.8.1)	90	13,64	14,64	7,99	219,22	0,36	295
	Каша рассыпчатая гречневая (8.10.1/3)	120	7,08	3,3	32,01	185,7	0,00	313
	Соус сметанный с томатом (4.4.1)	30	0,52	1,98	2,51	30,21	0,48	355
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		225				294,79		
	Снежок (6.12.1/2)	175	4,55	4,38	19,25	134,75	1,58	401
	Гренки из пшеничного хлеба (10.8.1)	30	2,19	0,85	15,03	76,64	0	123
	Печенье (к чаю 10.6.1/1)	20	1,5	1,96	14,88	83,4	0	
ужин:		519,5				473,67		
	Салат из картофеля с горошком зеленым консервированным (12.19.1)	60	1,03	3,13	6,19	57,5	5,43	26
	Мясо тушеное с овощами в соусе (1.10.1/3)	228	14,58	14,5	23,6	284,63	28,13	274
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за десять день:			90,08	77,84	279,21	2137,74	111,67	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр (лук выписывается в дни, когда не идёт в салат из белокочанной капусты).

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
13.09.2021								
завтрак:		366				322,77		
	Омлет натуральный (9.1.1/4)	150	11,2	12,09	4,82	173,59	1,2	215
	Бутерброд с маслом (10.1.1)	36	2,3	5,22	15,5	118,26	0	1
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
второй завтрак:		5%				97,22		
	Фрукты (яблоко 15.1.1/7)	82/72	0,29	0,29	7,07	33,92	7,22	368
	Сок яблочный (14.1.1/2)	150	0,75	0	15,15	63,3	4,5	399
обед:		680				613,58		
	Салат из моркови (12.7.1)	60	0,76	0,06	6,03	28,42	2,92	41
	Суп картофельный с крупой на мясном бульоне (5.26.1)	200	6,44	6,14	13,12	134,11	6,23	86
	Пудинг из творога с рисом (11.12.1)	130	18,12	9,23	22,54	245,8	0,52	236
	Соус молочный (сладкий) (4.13.1)	50	1,88	3,09	9,15	72,54	0,65	351
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		235				312,35		
	Кефир (6.10.1/4)	175	5,08	4,38	7	92,75	1,23	401
	Пряник (10.17.1/2)	60	3,54	2,82	45	219,6	0	
ужин:		496,5				446,41		
	Винегрет овощной 12.37.1	60	0,39	3,05	1,21	33,75	4,85	112
	Тефтели мясные (1.6.1)	80	13,78	14,67	10,1	227,94	0,78	303/374
	Капуста тушеная (8.6.1/9)	140	3,18	3,84	9,33	86,58	27,5	336
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за первый день:			86,34	65,76	223,15	1792,33	61,96	

Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
14.09.2021								
завтрак:		423				493,60		
	Каша жидкая пшеничная (7.6.1)	200	8,12	9,01	31,51	241	2,08	199
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,66	4,75	12,81	113,71	1,89	395
второй завтрак:		5%				74,72		
	Фрукты (груша 15.2.1/1)	88/79	0,33	0,24	8,16	37,22	3,96	386
	Напиток витаминизированный (6.11.1)	100	0	0	9,5	37,5	10	
обед:		715				733,33		
	Салат из кукурузы консервированной (12.55.1)	45	0,79	3,51	8,19	66,57	0	12
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне (5.5.1)	200	6,21	6,51	8,82	119,51	13,89	73
	Биточки рубленые мясные (1.1.1)	80	12,75	12,48	8,59	198,3	0,35	282
	Макаронные изделия отварные с маслом (8.25.1/1)	150	5,86	3,59	37,42	205,58	0	219
	Компот из изюма (6.5.1)	200	0,3	0,07	14,54	60,47	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		235				339,31		
	Снежок (6.12.1/2)	175	4,55	4,38	19,25	134,75	1,58	401
	Плюшка сдобная (10.12.2/1)	60	5,13	6,85	30,14	204,56	0,26	453/466
ужин:		547,3				506,34		
	Салат овощной из свеклы с яблоками (12.56.1)	60	0,69	3,12	4,43	49,55	6,30	38
	Зразы рыбные с яйцом (2.11.1/1)	85	14,35	4,34	5,87	120,38	0,65	265
	Рис припущенный (8.9.1/5)	145	3,66	1,97	38,51	186,38	0,00	333
	Соус сметанный (4.6.1/1)	30	0,42	2,17	1,69	28,23	0,04	354
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за второй день:			78,31	70,43	297,51	2147,30	42,83	

Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
15.09.2021								
завтрак:		443				461,82		
	Омлет натуральный (9.1.1/4)	150	11,2	12,09	4,82	173,59	1,2	215
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Какао с молоком (6.2.1/1)	200	5,08	5,25	15,35	130,59	1,95	416
	Напиток витаминизированный (6.11.1/2)	50	0	0	4,75	18,75	5	
второй завтрак:		5%				99,86		
	Фрукты (мандарин 15.4.1)	96	0,77	0,19	7,22	36,56	36,56	386
	Сок яблочный (14.1.1/2)	150	0,75	0	15,15	63,3	4,5	399
обед:		590				667,92		
	Салат из свеклы (12.5.1)	60	0,88	3,06	5,14	51,5	2,10	34
	Суп картофельный на курином бульоне (5.34.1)	200	6,23	6,47	16,76	150,63	13,86	
	Фрикадельки из птицы (3.6.1)	90	19,48	21,32	8,2	306,02	1,99	308
	Пюре картофельное 8.4.1/2	150	3,29	2,73	22,06	126,37	18,91	339
	Кисель из черной смородины (6.22.1)	200	0,21	0,08	18,48	76,87	24,4	393
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		205				276,78		
	Йогурт питьевой (6.18.1/4)	175	5,74	4,38	19,78	141,75	1,05	401
	Полоска песочная (10.15.1)	30	2,59	4,75	20,21	135,03	0,03	491
ужин:		462,3				458,97		
	Салат из моркови и яблок (12.25.1)	60	0,64	3,1	4,44	49,13	3,6	40
	Вареники ленивые с маслом (11.4.1)	150	20	9,53	26,48	272,79	0,5	229/230
	Соус черносмородиновый (4.14.1)	50	0,17	0,07	14,22	59,35	20,74	378
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Батон (10.30.1)	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за третий день:			85,85	80,58	251,72	1965,35	138,22	

Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
16.09.2021								
завтрак:		423				444,38		
	Каша жидкая пшеничная (7.5.1)	200	7,66	8,36	29,21	223,94	2,08	199
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Чай с молоком (6.13.1/2)	180	2,85	3,06	10,48	81,55	1,28	391/394
второй завтрак:		5%				74,72		
	Фрукты (груша 15.2.1/1)	88/79	0,33	0,24	8,16	37,22	3,96	386
	Напиток витаминизированный (6.11.1)	100	0	0	9,5	37,5	10	
обед:		730				819,63		
	Икра морковная (8.5.1/4)	60	0,8	2,06	4,72	41,4	2,49	54
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне (5.10.1)	200	6,82	6,71	17,8	159,17	9,93	88
	Запеканка из печени с рисом (1.18.1)	200	29,38	11,01	60,02	458,12	42,04	311
	Соус сметанный (4.6.1/1)	30	0,42	2,17	1,69	28,23	0,04	372
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		235				330,06		
	Кефир (6.10.1/4)	175	5,08	4,38	7	92,75	1,23	401
	Ватрушка с яблоками	60	5,64	7,33	36,46	237,31	4,66	441/503
ужин:		546,50				433,03		
	Салат из капусты (12.6.1)	60	0,98	3,06	3,81	47,48	9,67	21
	Котлеты рыбные запеченные в сметанном соусе (2.5.1)	80	12,36	5,34	8,05	131,17	0,48	255/354
	Пюре картофельное (8.4.1)	180	3,29	2,73	22,06	126,37	18,91	321
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за четвертый день:			99,35	63,9	290,45	2101,82	111,16	

Для приготовления блюд используется **йодированная соль**

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр (лук выписывается в дни, когда не идёт в салат из белокочанной капусты).

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
17.09.2021								
завтрак:		506				527,79		
	Каша жидкая манная (7.3.1/1)	200	7,04	8,25	27,8	214,99	2,08	199
	Бутерброд с маслом (10.1.1)	36	2,3	5,22	15,5	118,26	0	1
	Яйцо вареное (9.5.1/1)	20	2,54	2,3	0,14	31,42	0	227
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,66	4,75	12,81	113,71	1,89	395
второй завтрак:		5%				131,63		
	Фрукты (банан 15.3.1/5)	82/49	0,74	0,25	10,33	47,23	4,92	386
	Сок яблочный (14.1.1)	200	1	0	20,2	84,4	6	399
обед:		685				713,58		
	Салат из свеклы с сыром (12.51.1)	60	2,92	5,79	4,44	81,99	1,88	31
	Суп с рыбными консервами (5.23.1)	200	8,85	10,63	15,87	194,87	8,70	87
	Жаркое по - домашнему (1.3.1/2)	210	14,11	14,88	28,02	302,86	24,57	276
	Напиток из плодов шиповника (6.23.1)	180	0,44	0,18	12,27	60,86	65	398
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		235				384,95		
	Снежок (6.12.1/2)	175	4,55	4,38	19,25	134,75	1,58	401
	Печенье (10.6.1/2)	60	4,5	5,88	44,64	250,2	0	
ужин:		502,3				449,04		
	Салат из картофеля с горошком зеленым консервированным (12.19.1)	60	1,03	3,13	6,19	57,5	5,43	26
	Голубцы ленивые (1.13.1/3)	170	14,11	12,76	12,89	224,08	20,67	298
	Соус сметанный с томатом (4.4.1/1)	40	0,69	2,09	3,42	35,76	0,93	355
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за пятый день:			75,53	81,42	276,38	2206,99	145,41	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
20.09.2021								
завтрак:		506				428,84		
	Каша жидкая кукурузная на стерилизованном молоке (7.18.1/2)	200	6,52	6,96	29,52	207,83	0,9	199
	Бутерброд с маслом (10.1.1)	36	2,3	5,22	15,5	118,26	0	1
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
второй завтрак:		5%				97,22		
	Фрукты (яблоко 15.1.1/7)	82/72	0,29	0,29	7,07	33,92	7,22	368
	Сок яблочный (14.1.1/2)	150	0,75	0	15,15	63,3	4,5	399
обед:		695				933,14		
	Салат из моркови (12.7.1)	60	0,76	0,06	6,03	28,42	2,92	41
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне (5.10.1)	200	6,82	6,71	17,8	159,17	9,93	88
	Ларшевник с творогом (11.15.1)	150	28,57	10,55	84,86	550,2	0,52	226
	Соус молочный (сладкий) (4.13.1)	50	1,88	3,09	9,15	72,54	0,65	351
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		265				361,8		
	Кефир (6.10.1/4)	175	5,08	4,38	7	92,75	1,23	401
	Гренки из пшеничного хлеба (10.8.1)	30	2,19	0,85	15,03	76,64	0	123
	Мармелад (10.18.1/1)	60	0,06	0	47,59	192,41	0	
ужин:		497,3				434,68		
	Салат из свеклы (12.5.1)	60	0,88	3,06	5,14	51,5	2,10	34
	Котлета рубленая мясная (1.1.1/2)	80	12,75	12,48	8,59	198,3	0,35	282
	Капуста тушеная (8.6.1/9)	140	3,18	3,84	9,33	86,58	27,5	336
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за шестой день:			90,34	58,31	332,94	2255,68	62,42	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
21.09.2021								
завтрак:		423				458,6		
	Суп молочный с макаронными изделиями (5.11.1/2)	200	6,87	8,28	25,66	206	2,08	100
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,66	4,75	12,81	113,71	1,89	395
второй завтрак:		5%				74,72		
	Фрукты (груша 15.2.1/1)	88/79	0,33	0,24	8,16	37,22	3,96	386
	Напиток витаминизированный (6.11.1)	100	0	0	9,5	37,5	10	
обед:		710				739,88		
	Салат из свеклы (12.5.1)	60	0,88	3,06	5,14	51,5	2,10	33
	Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне (5.19.1/1)	200	9,55	5,72	19,27	166,85	7,61	87
	Фрикадельки мясные в соусе (1.7.1)	85	12,22	13,18	5,97	191,39	0,22	288
	Рис припущенный (8.9.1/5)	145	3,66	1,97	38,51	186,38	0,00	333
	Напиток из плодов шиповника (6.23.1)	180	0,44	0,18	12,27	60,86	65	398
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		235				339,31		
	Снежок (6.12.1/2)	175	4,55	4,38	19,25	134,75	1,58	401
	Плюшка сдобная (10.12.2/1)	60	5,13	6,85	30,14	204,56	0,26	453/466
ужин:		546,5				461,83		
	Салат из капусты (12.6.1)	60	0,98	3,06	3,81	47,48	9,67	21
	Тефтели рыбные тушеные в сметанном соусе (2.3.1/1)	110	13,25	7,29	10,15	159,97	0,71	261/354
	Пюре картофельное 8.4.1/2	150	3,29	2,73	22,06	126,37	18,91	339
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0,00	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0,00	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за седьмой день:			76,35	69,14	281,96	2074,34	128,38	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр (лук выписывается в дни, когда не идёт в салат из белокочанной капусты).

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
22.09.2021								
завтрак:		443				461,82		
	Омлет натуральный (9.1.1/4)	150	11,2	12,09	4,82	173,59	1,2	215
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Какао с молоком (6.2.1/1)	200	5,08	5,25	15,35	130,59	1,95	416
	Напиток витаминизированный (6.11.1/2)	50	0	0	4,75	18,75	5	
второй завтрак:						97,86		
	Фрукты (банан 15.3.1/4)	60/36	0,54	0,18	7,56	34,56	3,6	368
	Сок яблочный (14.1.1/2)	150	0,75	0	15,15	63,3	4,5	399
обед:		770				789,52		
	Салат из кукурузы консервированной (12.55.1)	45	0,79	3,51	8,19	66,57	0	12
	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне (5.9.1)	250	5,81	6,91	8,86	121,42	8,46	57
	Котлеты рубленые из птицы (3.6.1)	80	20,72	22,35	7,7	315,28	2,02	305
	Рагу из овощей (8.15.1/3)	150	3,35	4,43	17,89	126,48	20,24	137/348
	Кисель из черной смородины (6.22.1)	200	0,21	0,08	18,48	76,87	24,4	393
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	15	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		205				276,78		
	Йогурт питьевой (6.18.1/4)	175	5,74	4,38	19,78	141,75	1,05	401
	Полоска песочная (10.15.1)	30	2,59	4,75	20,21	135,03	0,03	491
ужин:		472,3				445,46		
	Салат из моркови и яблок (12.25.1)	60	0,64	3,1	4,44	49,13	3,6	40
	Вареники ленивые с маслом (11.4.1)	150	20	9,53	26,48	272,79	0,5	229/230
	Соус абрикосовый (4.15.1)	60	0,31	0,02	11,05	45,84	0,24	377
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Батон (10.30.1)	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за восьмой день:			86,55	84,14	239,37	2071,44	78,62	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
23.09.2021								
завтрак:		416				382,46		
	Каша жидкая пшенно-рисовая (7.16.1/2)	200	7,45	8,67	32,64	239,65	2,08	199
	Бутерброд с маслом (10.1.1)	36	2,3	5,22	15,5	118,26	0	1
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
второй завтрак:		5%				79,8		
	Фрукты (груша 15.2.1/5)	90/100	0,36	0,27	9,27	42,3	4,5	386
	Напиток витаминизированный (6.11.1)	100	0	0	9,5	37,5	10	
обед:		740				802,56		
	Икра морковная (8.5.1/4)	60	0,8	2,06	4,72	41,4	2,49	54
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (5.24.1)	200	5,93	6,56	6,2	107,94	4,57	89/129
	Запеканка из печени с рисом (1.18.1)	200	29,38	11,01	60,02	458,12	42,04	311
	Соус сметанный (4.6.1/1)	30	0,42	2,17	1,69	28,23	0,04	372
	Компот из изюма (6.5.1)	200	0,3	0,07	14,54	60,47	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0	
полдник:		235				301,3		
	Кефир (6.10.1/4)	175	5,08	4,38	7	92,75	1,23	401
	Крендель сахарный (10.16.1/2)	60	5,13	6,85	31,14	208,55	0,26	460
ужин:		457,3				413,35		
	Котлеты рыбные любительские с маслом сливочным (2.16.1/1)	90	15,88	6,93	5,75	149,4	1,21	272
	Картофель запеченный в сметанном соусе (8.16.1)	150	3,72	5,7	23,12	159,28	19,09	151
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за девятый день:			82,95	60,85	270,92	1979,47	92,11	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: **укроп** брутто-2гр; нетто-1,5гр и **зелёный лук** брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
24.09.2021								
завтрак:		416				451,75		
	Каша жидкая ячневая (7.4.1)	200	7,27	8,36	28,56	219,78	2,08	199
	Бутерброд с маслом (10.1.1)	36	2,3	5,22	15,5	118,26	0	1
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,66	4,75	12,81	113,71	1,89	395
второй завтрак:		5%				117,24		
	Фрукты апельсин (15.5.1/2)	114/76	0,69	0,15	6,19	32,84	45,83	368
	Сок яблочный (14.1.1)	200	1	0	20,2	84,4	6	399
обед:		735				800,29		
	Салат из капусты (12.6.1)	60	0,98	3,06	3,81	47,48	9,67	21
	Суп с рыбными консервами (5.23.1)	200	8,85	10,63	15,87	194,87	8,70	87
	Рулет с луком и яйцом (1.8.1)	90	13,64	14,64	7,99	219,22	0,36	295
	Каша рассыпчатая гречневая (8.10.1/3)	120	7,08	3,3	32,01	185,7	0,00	313
	Соус сметанный с томатом (4.4.1)	30	0,52	1,98	2,51	30,21	0,48	355
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		225				294,79		
	Снежок (6.12.1/2)	175	4,55	4,38	19,25	134,75	1,58	401
	Гренки из пшеничного хлеба (10.8.1)	30	2,19	0,85	15,03	76,64	0	123
	Печенье (к чаю 10.6.1/1)	20	1,5	1,96	14,88	83,4	0	
ужин:		519,5				473,67		
	Салат из картофеля с горошком зеленым консервированным (12.19.1)	60	1,03	3,13	6,19	57,5	5,43	26
	Мясо тушеное с овощами в соусе (1.10.1/3)	228	14,58	14,5	23,6	284,63	28,13	274
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за десять день:			90,08	77,84	279,21	2137,74	111,67	

Для приготовления блюд используется йодированная соль

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр (лук выписывается в дни, когда не идёт в салат из белокочанной капусты).

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
27.09.2021								
завтрак:		366				322,77		
	Омлет натуральный (9.1.1/4)	150	11,2	12,09	4,82	173,59	1,2	215
	Бутерброд с маслом (10.1.1)	36	2,3	5,22	15,5	118,26	0	1
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
второй завтрак:		5%				97,22		
	Фрукты (яблоко 15.1.1/7)	82/72	0,29	0,29	7,07	33,92	7,22	368
	Сок яблочный (14.1.1/2)	150	0,75	0	15,15	63,3	4,5	399
обед:		680				613,58		
	Салат из моркови (12.7.1)	60	0,76	0,06	6,03	28,42	2,92	41
	Суп картофельный с крупой на мясном бульоне (5.26.1)	200	6,44	6,14	13,12	134,11	6,23	86
	Пудинг из творога с рисом (11.12.1)	130	18,12	9,23	22,54	245,8	0,52	236
	Соус молочный (сладкий) (4.13.1)	50	1,88	3,09	9,15	72,54	0,65	351
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		235				312,35		
	Кефир (6.10.1/4)	175	5,08	4,38	7	92,75	1,23	401
	Пряник (10.17.1/2)	60	3,54	2,82	45	219,6	0	
ужин:		496,5				446,41		
	Винегрет овощной 12.37.1	60	0,39	3,05	1,21	33,75	4,85	112
	Тефтели мясные (1.6.1)	80	13,78	14,67	10,1	227,94	0,78	303/374
	Капуста тушеная (8.6.1/9)	140	3,18	3,84	9,33	86,58	27,5	336
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за первый день:			86,34	65,76	223,15	1792,33	61,96	

Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
28.09.2021								
завтрак:		423				493,60		
	Каша жидкая пшеничная (7.6.1)	200	8,12	9,01	31,51	241	2,08	199
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Кофейный напиток с молоком (6.3.1/3)	180	4,66	4,75	12,81	113,71	1,89	395
второй завтрак:		5%				74,72		
	Фрукты (груша 15.2.1/1)	88/79	0,33	0,24	8,16	37,22	3,96	386
	Напиток витаминизированный (6.11.1)	100	0	0	9,5	37,5	10	
обед:		715				733,33		
	Салат из кукурузы консервированной (12.55.1)	45	0,79	3,51	8,19	66,57	0	12
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне (5.5.1)	200	6,21	6,51	8,82	119,51	13,89	73
	Биточки рубленые мясные (1.1.1)	80	12,75	12,48	8,59	198,3	0,35	282
	Макаронные изделия отварные с маслом (8.25.1/1)	150	5,86	3,59	37,42	205,58	0	219
	Компот из изюма (6.5.1)	200	0,3	0,07	14,54	60,47	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		235				339,31		
	Снежок (6.12.1/2)	175	4,55	4,38	19,25	134,75	1,58	401
	Плюшка сдобная (10.12.2/1)	60	5,13	6,85	30,14	204,56	0,26	453/466
ужин:		547,3				506,34		
	Салат овощной из свеклы с яблоками (12.56.1)	60	0,69	3,12	4,43	49,55	6,30	38
	Зразы рыбные с яйцом (2.11.1/1)	85	14,35	4,34	5,87	120,38	0,65	265
	Рис припущенный (8.9.1/5)	145	3,66	1,97	38,51	186,38	0,00	333
	Соус сметанный (4.6.1/1)	30	0,42	2,17	1,69	28,23	0,04	354
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за второй день:			78,31	70,43	297,51	2147,30	42,83	

Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
29.09.2021								
завтрак:		443				461,82		
	Омлет натуральный (9.1.1/4)	150	11,2	12,09	4,82	173,59	1,2	215
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Какао с молоком (6.2.1/1)	200	5,08	5,25	15,35	130,59	1,95	416
	Напиток витаминизированный (6.11.1/2)	50	0	0	4,75	18,75	5	
второй завтрак:		5%				99,86		
	Фрукты (мандарин 15.4.1)	96	0,77	0,19	7,22	36,56	36,56	386
	Сок яблочный (14.1.1/2)	150	0,75	0	15,15	63,3	4,5	399
обед:		590				667,92		
	Салат из свеклы (12.5.1)	60	0,88	3,06	5,14	51,5	2,10	34
	Суп картофельный на курином бульоне (5.34.1)	200	6,23	6,47	16,76	150,63	13,86	
	Фрикадельки из птицы (3.6.1)	90	19,48	21,32	8,2	306,02	1,99	308
	Пюре картофельное 8.4.1/2	150	3,29	2,73	22,06	126,37	18,91	339
	Кисель из черной смородины (6.22.1)	200	0,21	0,08	18,48	76,87	24,4	393
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		205				276,78		
	Йогурт питьевой (6.18.1/4)	175	5,74	4,38	19,78	141,75	1,05	401
	Полоска песочная (10.15.1)	30	2,59	4,75	20,21	135,03	0,03	491
ужин:		462,3				458,97		
	Салат из моркови и яблок (12.25.1)	60	0,64	3,1	4,44	49,13	3,6	40
	Вареники ленивые с маслом (11.4.1)	150	20	9,53	26,48	272,79	0,5	229/230
	Соус черносмородиновый (4.14.1)	50	0,17	0,07	14,22	59,35	20,74	378
	Чай с сахаром (6.1.1/2)	180	0,09	0,02	6,01	24,55	0,04	391/392
	Батон (10.30.1)	20	1,5	0,58	10,28	52,4	0	
	Лук зелёный (16.4.1/1)	0,8	0,01	0	0,03	0,16	0,24	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за третий день:			85,85	80,58	251,72	1965,35	138,22	

Для приготовления блюд используется йодированная соль.

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептур
			Б	Ж	У			
30.09.2021								
завтрак:		423				444,38		
	Каша жидкая пшеничная (7.5.1)	200	7,66	8,36	29,21	223,94	2,08	199
	Бутерброд с маслом и сыром (10.2.1/3)	43	4,44	6,51	15,47	138,89	0,07	3
	Чай с молоком (6.13.1/2)	180	2,85	3,06	10,48	81,55	1,28	391/394
второй завтрак:		5%				74,72		
	Фрукты (груша 15.2.1/1)	88/79	0,33	0,24	8,16	37,22	3,96	386
	Напиток витаминизированный (6.11.1)	100	0	0	9,5	37,5	10	
обед:		730				819,63		
	Икра морковная (8.5.1/4)	60	0,8	2,06	4,72	41,4	2,49	54
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне (5.10.1)	200	6,82	6,71	17,8	159,17	9,93	88
	Запеканка из печени с рисом (1.18.1)	200	29,38	11,01	60,02	458,12	42,04	311
	Соус сметанный (4.6.1/1)	30	0,42	2,17	1,69	28,23	0,04	372
	Компот из сушёных фруктов (6.4.1)	200	13,2	0	12,23	49,81	0	376
	Хлеб ржаной (10.3.1/1)	30	1,98	0,36	11,88	59,4	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/4)	10	0,76	0,08	4,9	23,5	0	
полдник:		235				330,06		
	Кефир (6.10.1/4)	175	5,08	4,38	7	92,75	1,23	401
	Ватрушка с яблоками	60	5,64	7,33	36,46	237,31	4,66	441/503
ужин:		546,50				433,03		
	Салат из капусты (12.6.1)	60	0,98	3,06	3,81	47,48	9,67	21
	Котлеты рыбные запеченные в сметанном соусе (2.5.1)	80	12,36	5,34	8,05	131,17	0,48	255/354
	Пюре картофельное (8.4.1)	180	3,29	2,73	22,06	126,37	18,91	321
	Чай с лимоном (6.14.1/2)	180	0,15	0,03	7,22	30,92	2,84	391/393
	Хлеб ржаной (10.3.1)	25	1,65	0,3	9,9	49,5	0	
	Хлеб пшеничный (10.4.1/1)	20	1,52	0,16	9,8	47	0	
	Укроп на весь день (16.3.1/4)	1,5	0,04	0,01	0,09	0,59	1,48	
Итого за четвертый день:			99,35	63,9	290,45	2101,82	111,16	

Для приготовления блюд используется **йодированная соль**

Ежедневно используется зелень для посыпки I и II блюд: укроп брутто-2гр; нетто-1,5гр и зелёный лук брутто-1гр; нетто-0,8гр (лук выписывается в дни, когда не идёт в салат из белокочанной капусты).