УТВЕРЖДАЮ:
Директор ЛОГБУ
«ЛО МРЦ»
_____ И.В.Грищенко
«19» декабря 2022г.

Ленинградское областное государственное бюджетное учреждение
«Ленинградский областной многопрофильный реабилитационный
центр для детей-инвалидов»

МЕНЮ

ЧЕТЫРНАДЦАТИДНЕВНОЕ

ДЛЯ СТАЦИОНАРА

Составила :медицинская сестра диетическая Гулякина Т. Ю.

ЛОГБУ "ЛО МРЦ"

УТВЕРЖДАЮ
Директор Грищенко И.В.
"__" _____ 20 22 г.

ЧЕТЫРНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
основной вариант диеты дети 3-7 лет

День недели \ Прием пищи	Наименование блюда	№ карточки - раскладки	Вес, г	Белки	Жиры	Углев.	Калории
Понедельник							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая	06.35.1	150/ /	6,10	7,03	31,63	214,70
Завтрак	Какао с молоком	397	180	3,54	3,66	15,63	108,68
			Завтрак	**9,72**	**17,94**	**47,39**	**389,48**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Винегрет овощной с растительным маслом	08Д.12	56 /5 /	0,98	5,13	5,48	72,31
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	01Ч.15	200	2,24	1,81	16,26	90,53
Обед	Кнели мясные паровые	02Ч.17	70	14,01	14,81	4,07	205,57
Обед	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста тушеная)	07Ч.06	75 /75 /	3,59	5,43	19,36	142,07
Обед	Компот из свежих яблок (сахар 10)	11С.05.1	200	0,24	0,24	15,86	68,10
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**24,46**	**28,07**	**80,93**	**679,08**
Полдник	Пудинг творожный запеченный с сахаром	05.06.2	120/ /	17,93	10,12	15,59	223,49
Полдник	Яблоко свежее	10С.01	200	0,70	0,70	17,25	82,72
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
			Полдник	**24,15**	**16,90**	**60,65**	**495,71**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Фрикадели рыбные (треска)	03С.04.Б	75	11,26	1,48	5,47	80,00
Ужин	Кабачки припущенные с овощами	07.27	140	1,40	5,44	9,39	93,37
Ужин	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Ужин	**12,82**	**21,42**	**35,08**	**385,38**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**89,08**	**99,12**	**306,79**	**2 500,65**
Химический состав в суточном наборе ТО				**85,01**	**91,74**	**288,19**	**2 318,51**
Вторник							
Завтрак	Колбаса вареная	000.122	20	2,56	4,44	0,30	51,40
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая	06Ч.17	150	4,92	5,46	18,97	145,24
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	395	180	2,49	2,75	14,02	91,50
			Завтрак	**9,97**	**12,65**	**33,29**	**288,14**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**

Обед	Салат из помидоров с растительным маслом	08Ч.13	50	0,47	3,09	1,93	38,49
Обед	Суп картофельный с фасолью со сметаной на мясном бульоне	000.29Д	200	4,42	2,10	15,37	99,44
Обед	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,16	17,16	26,03	335,82
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Д.14Б	180/ /	0,61	0,25	18,67	91,02
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**28,06**	**23,25**	**81,90**	**665,27**
Полдник	Груша свежая	10Г.02.Г	205	0,74	0,56	19,06	88,80
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Ватрушка	000.69	70	6,52	5,62	25,78	180,27
			Полдник	**12,77**	**12,26**	**53,77**	**383,07**
Ужин	Азу	632	115	17,62	24,03	7,41	317,26
Ужин	Салат из свеклы и яблок с растительным маслом	08Ч.08	50	0,68	5,07	4,47	66,30
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	06Ч.05.А	120	7,09	4,75	32,03	198,92
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**25,39**	**33,85**	**53,89**	**622,39**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**94,71**	**90,09**	**312,74**	**2 481,45**
Химический состав в суточном наборе ТО				**90,69**	**81,47**	**295,34**	**2 277,34**
Среда							
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Пудинг творожный запеченный со сметаной	05.16.А	150/20 /	20,79	16,53	21,14	320,40
Завтрак	Какао с молоком	397	180	3,54	3,66	15,63	108,68
			Завтрак	**31,29**	**29,04**	**36,77**	**538,28**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06	25	1,88	2,45	18,60	104,25
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**2,88**	**2,65**	**38,80**	**196,25**
Обед	Свекла отварная	07.31.1	50	0,77	0,05	4,49	21,42
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	01Ч.03	200/5 /	1,47	0,95	9,82	54,13
Обед	Суфле из отварной печени паровое	269	90 /5 /	17,22	9,69	9,07	193,13
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Компот из свежих яблок (сахар 10)	11С.05.1	200	0,24	0,24	15,86	68,10
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**27,53**	**17,57**	**89,43**	**630,63**
Полдник	Груша свежая	10Г.02.А	220	0,88	0,66	22,66	105,60
Полдник	Компот из кураги и изюма (сахар 10)	11С.07.Б	200	0,75	0,08	21,66	91,20
Полдник	Булочка печеная	09Г.04	50	3,44	3,97	22,21	138,40
			Полдник	**5,07**	**4,71**	**66,53**	**335,20**
Ужин	Салат из моркови с растительным маслом	08Ч.03	50	0,59	4,35	5,11	62,39
Ужин	Фрикадели рыбные (минтай)	03Д.04.Б	65	9,41	1,43	4,98	70,62
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)	07.36.В	150	2,01	7,35	12,54	125,52
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**12,01**	**13,13**	**32,61**	**298,44**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-

На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**94,86**	**74,14**	**310,50**	**2 322,80**
Химический состав в суточном наборе ТО				**90,95**	**68,12**	**292,69**	**2 147,65**
Четверг							
Завтрак	Сосиски молочные отварные	02.42	100	11,44	24,86	0,42	271,44
Завтрак	Омлет натуральный запеченный	04С.02.Б	125	11,08	14,52	2,05	183,26
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**23,91**	**40,92**	**24,69**	**563,30**
Завтрак второй	Банан свежий	10Г.04.А	160/ /	2,40	0,80	33,60	153,60
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,40**	**1,00**	**53,80**	**245,60**
Обед	Салат из моркови с растительным маслом	08Ч.03	50	0,59	4,35	5,11	62,39
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	01Ч.01.А	200/10 /	1,48	3,80	9,96	78,95
Обед	Куры отварные	02Д.14	75 / /	18,70	16,10	-	220,00
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Компот из смеси сухофруктов (сахар 10)	11С.06.В	200/ /	0,75	-	21,32	87,90
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**29,35**	**30,89**	**86,58**	**743,09**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09Г.02	50	3,05	3,92	27,96	157,85
			Полдник	**8,56**	**10,00**	**36,89**	**271,85**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Д.02	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Свекла отварная	07.31.1	50	0,77	0,05	4,49	21,42
Ужин	Тефтели мясные паровые	02Ч.07.А	90	13,07	12,42	8,40	197,67
Ужин	Макаронные изделия отварные	06Д.08	126/4 /	4,98	3,49	31,78	178,54
Ужин	Кисель из яблок (жидкий)	642.А	200/ /	0,12	0,12	26,03	106,42
			Ужин	**19,06**	**26,96**	**70,90**	**603,20**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**100,36**	**116,81**	**319,21**	**2 751,04**
Химический состав в суточном наборе ТО				**96,03**	**106,37**	**300,75**	**2 544,42**
Пятница							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	06Г.04.Б	150	4,83	3,98	20,87	138,76
Завтрак	Какао с молоком	397	180	3,54	3,66	15,63	108,68
			Завтрак	**8,53**	**22,14**	**36,76**	**379,64**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**
Обед	Икра из кабачков	08Д.20	60	0,51	2,36	3,24	36,74
Обед	Щи из свежей капусты на мясном бульоне с мелкошинкованными овощами со сметаной	01.02.А	200/10 /	1,41	1,64	6,27	46,06
Обед	Плов из риса с отварным мясом	02Ч.10	160	14,99	15,81	29,82	321,37
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50

			Обед	**20,55**	**20,70**	**85,07**	**612,67**
Полдник	Пудинг творожный запеченный с сахаром	05.05.Г	140	21,30	12,21	19,99	272,84
Полдник	Фрукты свежие (мандарин)	10.16	180/ /	1,41	0,35	13,20	66,88
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
			Полдник	**28,22**	**18,64**	**42,12**	**453,72**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Д.02	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Салат из белокочанной капусты, моркови	08Ч.10	50	1,21	4,07	4,09	58,56
Ужин	Фрикадели рыбные (треска)	03С.04.Б	75	11,26	1,48	5,47	80,00
Ужин	Картофель запеченный в сметанном соусе	07Ч.05.В	180	3,39	11,34	22,96	208,33
Ужин	Компот из кураги и изюма	11Г.07.А	150	0,38	0,05	15,82	65,55
			Ужин	**16,36**	**27,82**	**48,54**	**511,59**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**92,18**	**97,38**	**302,37**	**2 480,20**
Химический состав в суточном наборе ТО				**88,41**	**91,02**	**285,62**	**2 315,33**
Суббота							
Завтрак	Сыр порциями (порциями)	12Д.01.Б	20	4,64	5,90	-	72,80
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Завтрак	Чай с сахаром и лимоном	11.24.А	200/15 /10	0,09	0,01	15,27	63,25
			Завтрак	**9,31**	**17,53**	**36,22**	**343,40**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Фрукты (бананы)	000.62	200	3,00	1,00	42,00	192,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**6,25**	**4,14**	**84,52**	**409,10**
Обед	Салат "здоровье" (из отварных овощей)	000.40	100	1,72	0,12	7,81	39,56
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	01Ч.15	200	2,24	1,81	16,26	90,53
Обед	Суфле из отварного мяса паровое	02С.02	100	18,84	21,88	4,99	292,25
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Компот из свежих яблок (сахар 10)	11С.05.1	200	0,24	0,24	15,86	68,10
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**30,87**	**30,69**	**95,11**	**784,29**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Ватрушка	000.69	70	6,62	5,64	25,85	181,09
			Полдник	**12,13**	**11,72**	**34,78**	**295,09**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Куры отварные	02Д.14	75 / /	18,70	16,10	-	220,00
Ужин	Макаронные изделия отварные	06Г.08.А	120	4,53	2,71	28,95	158,41
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**23,31**	**26,06**	**39,06**	**484,42**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**97,95**	**97,18**	**336,05**	**2 640,30**

Химический состав в суточном наборе ТО				**94,17**	**90,09**	**318,38**	**2 461,01**
Воскресенье							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское	12.07	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	06Ч.01	144/3 /3	5,39	5,38	25,61	172,98
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**6,86**	**14,17**	**47,96**	**347,68**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Салат из белокочанной капусты, моркови и яблок с растительным маслом	08Д.11	56 /5 /	1,26	5,11	5,27	73,00
Обед	Свекольник вегетарианский со сметаной	01Ч.12А	200/10 /	1,76	3,15	13,39	89,10
Обед	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,17	18,52	26,15	348,79
Обед	Компот из свежих яблок (сахар 10)	11С.05.1	200	0,24	0,24	15,86	68,10
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**25,83**	**27,67**	**80,57**	**679,49**
Полдник	Апельсин свежий	10Д.03.Б	200	1,19	0,26	10,69	56,76
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Булочка с изюмом печеная	09Г.01	50	3,04	3,94	21,97	135,80
			Полдник	**9,74**	**10,28**	**41,59**	**306,56**
Ужин	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	080.7	105	0,98	5,15	3,26	64,72
Ужин	Фрикадели рыбные (минтай)	03Д.04.Б	65	9,41	1,43	4,98	70,62
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)	07.36.1	200	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Компот из кураги и изюма	11Д.07.А	180/ /	0,75	0,08	26,65	111,15
			Ужин	**18,72**	**17,58**	**51,69**	**443,27**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (I вариант)	12.01.1	90	6,84	0,72	44,28	211,50
			На весь день	**6,84**	**0,72**	**44,28**	**211,50**
Химический состав в суточном наборе				**79,84**	**84,57**	**309,47**	**2 351,50**
Химический состав в суточном наборе ТО				**76,86**	**79,12**	**292,03**	**2 187,61**
Понедельник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Сыр порциями (порциями)	12С.01.А	25	5,80	7,38	-	91,00
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Завтрак	Какао с молоком	397	180	3,54	3,66	15,63	108,68
			Завтрак	**13,92**	**22,66**	**36,58**	**407,03**
Завтрак второй	Банан свежий	10Г.04.А	160/ /	2,40	0,80	33,60	153,60
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,40**	**1,00**	**53,80**	**245,60**
Обед	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	080.7	105	0,98	5,15	3,26	64,72
Обед	Суп из сборных мелко шинкованных овощей вегетарианский	01Ч.06.А	200	1,18	3,04	5,60	54,80
Обед	Котлеты мясные паровые	02Ч.08	80	12,80	12,37	6,93	190,07
Обед	Макаронные изделия отварные	06Д.08	126/4 /	4,98	3,49	31,78	178,54
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11Д.06.Б	180	0,39	0,02	25,30	104,13
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50

			Обед	**23,73**	**24,72**	**92,77**	**692,76**
Полдник	Суфле творожное паровое	05С.04.Е	100	15,95	9,45	12,26	196,38
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
			Полдник	**21,46**	**15,53**	**21,19**	**310,38**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Фрикадели рыбные (минтай)	03Д.04.Б	65	9,41	1,43	4,98	70,62
Ужин	Капуста цветная запеченная	07Д.24	200	7,39	6,49	13,27	142,34
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**17,01**	**15,29**	**47,54**	**398,00**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**91,40**	**84,84**	**299,24**	**2 359,77**
Химический состав в суточном наборе ТО				**87,72**	**79,48**	**282,51**	**2 196,23**
Вторник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Колбаса вареная	000.122	20	2,56	4,44	0,30	51,40
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	06Г.04.Б	150	4,83	3,98	20,87	138,76
Завтрак	Чай с сахаром	11Ч.09	200/15 /	-	-	14,97	59,86
			Завтрак	**7,47**	**15,67**	**36,27**	**316,12**
Завтрак второй	Яблоко свежее	10Ч.01	150	0,53	0,53	12,94	62,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,58	0,92	25,65	117,24
			Завтрак второй	**3,11**	**1,65**	**58,79**	**271,24**
Обед	Зеленый горошек консервированный	08С.14	30	0,93	0,06	1,95	12,00
Обед	Суп картофельный рыбный	000.89Д	200	9,96	1,40	14,22	109,09
Обед	Суфле из отварного мяса паровое	02С.02	100	18,83	23,15	4,97	303,62
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Д.14Б	180/ /	0,61	0,25	18,67	91,02
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**38,16**	**31,50**	**90,00**	**809,58**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09Г.02	50	3,05	3,92	27,96	157,85
			Полдник	**8,56**	**10,00**	**36,89**	**271,85**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Рулет мясной,фаршированный омлетом, паровой	02С.09	105	15,76	15,14	6,38	224,53
Ужин	Кабачки тушеные	07С.26	200	0,90	0,45	6,90	36,00
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**16,74**	**22,84**	**23,39**	**366,54**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (I вариант)	12.01.1	90	6,84	0,72	44,28	211,50
			На весь день	**6,84**	**0,72**	**44,28**	**211,50**
Химический состав в суточном наборе				**86,69**	**87,38**	**297,62**	**2 364,82**
Химический состав в суточном наборе ТО				**82,97**	**80,31**	**281,81**	**2 181,91**
Среда 2							
Завтрак	Сыр порциями (порциями)	12С.01.А	25	6,58	6,65	-	87,50
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	06Г.03	150	3,88	4,23	22,07	142,46
Завтрак	Какао с молоком	397	180	3,54	3,66	15,63	108,68

			Завтрак	**14,00**	**14,54**	**37,70**	**338,64**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	080.7	105	0,98	5,15	3,26	64,72
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	01Ч.15	200	2,24	1,81	16,26	90,53
Обед	Куры отварные	02Д.14	75 / /	18,70	16,10	-	220,00
Обед	Овощи в молочном соусе	07Д.04	170	4,42	5,04	16,17	129,09
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржаной	12Ч.04	50 / /	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**29,98**	**28,99**	**81,43**	**712,84**
Полдник	Груша свежая	10Д.02.А	215/ /	0,86	0,65	22,25	103,68
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Оладьи	09.09С	100/ /	7,40	12,75	53,92	358,31
			Полдник	**13,77**	**19,48**	**85,10**	**575,99**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Морковь свежая тертая	001.00	100	1,30	0,10	6,90	35,00
Ужин	Суфле из отварного мяса паровое	02Ч.02	70	12,49	12,96	3,61	181,02
Ужин	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Д.14Б	180/ /	0,61	0,25	18,67	91,02
			Ужин	**18,91**	**26,55**	**59,60**	**566,49**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**90,39**	**102,95**	**347,56**	**2 726,96**
Химический состав в суточном наборе ТО				**86,85**	**95,36**	**327,53**	**2 515,78**
Четверг 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,25**	**30,35**	**38,16**	**538,95**
Завтрак второй	Фрукты свежие (бананы)	10.02	180/ /	2,70	0,90	37,80	172,80
			Завтрак второй	**2,70**	**0,90**	**37,80**	**172,80**
Обед	Зеленый горошек (консервированный) с растительным маслом	08Ч.16	46 /4 /	1,43	4,09	2,99	54,36
Обед	Борщ с картофелем с капустой вегетарианский со сметаной	01Ч.01	200/5 /	1,52	3,82	10,04	81,02
Обед	Котлеты мясные паровые	02С.08	100	15,16	14,88	8,91	230,06
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**26,94**	**29,63**	**92,33**	**751,29**
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09Г.02	50	3,05	3,92	27,96	157,85
			Полдник	**8,57**	**10,00**	**55,77**	**347,35**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Голубцы ленивые	54.3М	200/ /	17,96	17,39	14,10	285,88
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Д.14Б	180/ /	0,61	0,25	18,67	91,02
			Ужин	**23,73**	**29,49**	**33,18**	**505,80**

На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**101,07**	**106,01**	**304,60**	**2 622,19**
Химический состав в суточном наборе ТО				**96,10**	**96,76**	**286,68**	**2 401,98**
Пятница 2							
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая	06Г.17	150	4,92	5,46	18,97	145,24
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**6,31**	**7,00**	**41,19**	**253,84**
Завтрак второй	Груша свежая	10Д.02.Б	200	0,72	0,54	18,54	86,40
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,72**	**0,74**	**38,74**	**178,40**
Обед	Свекла отварная	07.31.1	50	0,77	0,05	4,49	21,42
Обед	Суп рисовый с овощами вегетарианский со сметаной	01Ч.13	200/4 /	1,42	2,45	10,98	72,15
Обед	Куры отварные	02Д.14	75 / /	18,70	16,10	-	220,00
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**28,72**	**25,24**	**65,66**	**607,42**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Ватрушка	000.69	70	6,52	5,62	25,78	180,27
			Полдник	**12,03**	**11,70**	**34,71**	**294,27**
Ужин	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	080.7	105	0,98	5,15	3,26	64,72
Ужин	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,16	17,16	26,03	335,82
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Ужин	**25,46**	**27,15**	**55,41**	**571,34**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**86,12**	**77,47**	**283,07**	**2 211,27**
Химический состав в суточном наборе ТО				**82,30**	**70,34**	**266,41**	**2 027,92**
Суббота 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Сыр порциями (порциями)	12С.01.А	25	6,58	6,65	-	87,50
Завтрак	Омлет натуральный запеченный	04С.02.Б	125	11,08	14,52	2,05	183,26
Завтрак	Чай с сахаром	11.19.А	200/ 15/	-	-	14,97	59,85
			Завтрак	**17,74**	**28,42**	**17,15**	**396,71**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17
Обед	Свекольник вегетарианский со сметаной	01Ч.12А	200/10 /	1,76	3,15	13,39	89,10
Обед	Плов из риса с отварным мясом	02Ч.10	160	14,99	15,81	29,82	321,37
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**21,23**	**24,13**	**94,35**	**683,14**
Полдник	Отвар шиповника с сахаром	11Д.14Б	180/ /	0,61	0,25	18,67	91,02
Полдник	Булочка печеная	09Г.04	50	3,44	3,97	22,21	138,40
			Полдник	**4,05**	**4,22**	**40,88**	**229,42**

Ужин	Огурцы соленые с растительным маслом	000.119	80 /5 /	0,64	5,08	1,36	55,35
Ужин	Рыба (треска) припущенная	03Ч.01.Б	50	9,76	0,37	-	42,09
Ужин	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Ужин	Кисель из яблок (жидкий)	642.А	200/ /	0,12	0,12	26,03	106,42
			Ужин	**14,95**	**11,56**	**57,68**	**397,21**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**71,70**	**81,71**	**293,80**	**2 239,48**
Химический состав в суточном наборе ТО				**68,80**	**75,84**	**275,00**	**2 057,79**
Воскресенье 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,25**	**30,35**	**38,16**	**538,95**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**
Обед	Салат из моркови с растительным маслом	08Ч.03.А	50	0,59	6,04	3,11	69,69
Обед	Суп картофельный с горохом	01Ч.16	200	4,46	3,45	17,00	117,00
Обед	Котлеты мясные паровые	02С.08.А	90	13,71	13,75	7,92	210,10
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Компот из смеси сухофруктов (сахар 10)	11С.06.1	200	0,75	-	21,32	87,90
Обед	Хлеб ржано- пшеничный	000.128	50	3,40	0,65	19,90	100,50
			Обед	**27,34**	**29,88**	**99,54**	**778,54**
Полдник	Фрукты свежие (мандарин)	10.16	180/ /	1,41	0,35	13,20	66,88
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Булочка печеная	09Г.04	50	3,44	3,97	22,21	138,40
			Полдник	**10,36**	**10,40**	**44,34**	**319,28**
Ужин	Печень по-строгановски	02.32	50 /40 /	13,77	12,78	7,37	200,58
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	06Д.05.А	120	7,09	4,75	32,03	198,92
Ужин	Кисель из яблок (жидкий)	642.А	200/ /	0,12	0,12	26,03	106,42
			Ужин	**20,98**	**17,65**	**65,43**	**505,92**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	10.05Д	5 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Г.03.Б	80 / /	6,08	0,64	39,36	188,00
			На весь день	**6,08**	**0,64**	**39,36**	**188,00**
Химический состав в суточном наборе				**100,25**	**94,96**	**338,35**	**2 647,26**
Химический состав в суточном наборе ТО				**95,69**	**87,65**	**318,34**	**2 445,03**
Среднесуточный набор за неделю				**91,18**	**92,47**	**311,53**	**2 478,55**
Среднесуточный набор за неделю с учетом ТО				**87,33**	**85,26**	**293,66**	**2 291,30**

Диетсестра _____ (подпись) Гулякина Т.Ю. (расшифровка подписи)

Зав. производством _____ (подпись) - (расшифровка подписи)

Бухгалтер _____ (подпись) Чеканова В.В. (расшифровка подписи)

ЛОГБУ "ЛО МРЦ"

УТВЕРЖДАЮ
Директор Грищенко И.В.
"_____" 20__ г.

"Ленинградский областной многопрофильный реабилитационный центр для детей-инвалидов"

ЧЕТЫРНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
основной вариант диеты дети 11-17лет

День недели \ Прием пищи	Наименование блюда	№ карточки - раскладки	Вес, г	Белки	Жиры	Углев.	Калории
Понедельник							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая с сахаром	06.14.А	200	6,39	7,82	29,71	214,40
Завтрак	Какао с молоком (с сахаром)	11.08.А	200/20 /	2,67	2,35	22,82	124,25
			Завтрак	**9,14**	**17,42**	**52,66**	**404,75**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Винегрет(с соленым огурцом)	000.123.А	130/ /	1,76	8,23	10,95	125,80
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	01Д.15	250	2,82	2,63	20,42	116,93
Обед	Кнели мясные паровые	02С.17	100	20,08	21,39	6,04	296,86
Обед	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста тушеная)	07С.06	110/110/	5,00	7,59	26,41	196,13
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	9,90	1,80	50,10	268,00
			Обед	**39,80**	**41,89**	**139,76**	**1 111,72**
Полдник	Пудинг творожный запеченный с сахаром	05.06.1	170/ /	23,84	14,35	21,78	315,14
Полдник	Яблоко свежее	10С.01	200	0,70	0,70	17,25	82,72
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
			Полдник	**30,06**	**21,13**	**66,84**	**587,36**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Биточки (котлеты) рыбные паровые из трески (без панировки) (с маслом)	03.05.А	105/5	14,85	4,83	8,97	138,40
Ужин	Рис отварной рассыпчатый со сливочным маслом	06Д.06А	150	3,80	4,88	39,70	217,98
Ужин	Кабачки припущенные с овощами	07.27	140	1,40	5,44	9,39	93,37
Ужин	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Ужин	**20,21**	**29,65**	**78,28**	**661,76**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.А	200/ /	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**126,26**	**125,84**	**479,32**	**3 598,59**
Химический состав в суточном наборе ТО				**120,89**	**115,51**	**453,22**	**3 336,06**
Вторник							
Завтрак	Колбаса докторская отварная на бутерброд	02.28.1	35	4,48	7,77	0,53	89,95
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая с сахаром	06С.11.Б	200	4,42	4,98	21,88	150,16
Завтрак	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81

			Завтрак	**8,90**	**12,75**	**42,37**	**319,92**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**
Обед	Салат из свежих помидор с ратительным маслом	000.58К	100/ /	1,10	5,20	3,80	68,95
Обед	Суп картофельный с фасолью со сметаной на мясном бульоне	000.29	300/10 /	7,04	5,77	23,70	177,54
Обед	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,16	17,16	26,03	335,82
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	9,90	1,80	50,10	261,00
			Обед	**37,88**	**30,21**	**128,26**	**959,96**
Полдник	Груша свежая	10Г.02.А	220	0,79	0,59	20,39	95,04
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Ватрушка с творогом и изюмом	09.08	130	16,53	13,07	51,50	388,23
			Полдник	**22,83**	**19,74**	**80,82**	**597,27**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Салат из свеклы и яблок с растительным маслом	08Д.08.А	60 /7 /	0,81	7,08	5,37	88,58
Ужин	Азу	632	115	17,62	24,03	7,41	317,26
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	06Д.05.Б	200	11,55	10,25	52,09	346,38
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**30,14**	**55,86**	**75,11**	**924,33**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**130,81**	**127,96**	**497,62**	**3 711,81**
Химический состав в суточном наборе ТО				**125,82**	**117,09**	**473,92**	**3 452,74**
Среда							
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	11Д.13	200/15 /	4,12	3,95	21,44	134,30
			Завтрак	**38,17**	**28,65**	**49,36**	**610,34**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,25**	**3,14**	**42,52**	**217,10**
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	000.66	300/10 /	3,63	5,54	25,16	166,08
Обед	Сельдь вымоченная с овощным гарниром (свекла)	03.07.Б	50 /50 /	9,38	4,31	4,72	95,39
Обед	Суфле из отварной печени паровое	269	90 /5 /	17,22	9,69	9,07	193,13
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Компот из свежих яблок (сахар 10)	11С.05.1	200	0,24	0,24	15,86	68,10
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	9,90	1,80	50,10	268,00
			Обед	**45,91**	**27,31**	**142,63**	**1 015,95**
Полдник	Груша свежая	10Г.02.А	220	0,79	0,59	20,39	95,04
Полдник	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
Полдник	Булочка печеная	09С.04	100	7,00	6,50	44,50	264,88
			Полдник	**8,83**	**7,15**	**85,07**	**446,22**
Ужин	Салат из моркови, яблок с маслом растительным	08.13	115/5 /	1,40	5,20	9,65	90,95

Ужин	Суфле из отварной рыбы (минтай) паровое	03.10.Б	100	17,33	7,70	5,07	159,26
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)	07.36.1	200	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**21,23**	**19,22**	**41,22**	**424,10**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**146,01**	**93,83**	**488,34**	**3 425,46**
Химический состав в суточном наборе ТО				**140,25**	**85,90**	**465,09**	**3 194,42**
Четверг							
Завтрак	Сосиски молочные отварные	02.42	100	11,44	24,86	0,42	271,44
Завтрак	Омлет натуральный запеченный	04С.02.Б	125	11,08	14,52	2,05	183,26
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**23,91**	**40,92**	**24,69**	**563,30**
Завтрак второй	Банан свежий	10Г.04.А	160/ /	1,80	0,60	25,20	115,20
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**2,80**	**0,80**	**45,40**	**207,20**
Обед	Салат из моркови, яблок с маслом растительным	08.13	115/5 /	1,40	10,19	9,65	135,90
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	01С.01.А	350/20 /	3,36	11,24	19,46	194,28
Обед	Куры отварные	02С.14.2	130	29,92	25,76	-	352,00
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11С.06С	200/ /	0,75	-	31,30	127,80
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	9,90	1,80	50,10	261,00
			Обед	**50,87**	**54,72**	**148,23**	**1 296,23**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09Д.02	75	4,57	7,32	45,65	263,92
			Полдник	**10,08**	**13,40**	**54,58**	**377,92**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Д.02	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Тефтели мясные с рисом паровые с растительным маслом	02.14.А	110/5 /	16,30	12,73	7,40	209,34
Ужин	Макаронные изделия отварные	06Ч.08.Б	200/ /	7,64	5,25	48,73	272,88
Ужин	Свекла отварная с растительным маслом	07.15	150/10 /	2,30	10,14	13,46	154,16
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**26,49**	**39,12**	**98,95**	**854,47**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**142,77**	**157,32**	**499,38**	**4 010,87**
Химический состав в суточном наборе ТО				**137,05**	**142,99**	**474,38**	**3 732,65**
Пятница							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	06С.04	192/4 /4	7,60	7,22	30,25	217,04
Завтрак	Какао с молоком (с сахаром)	11.08.А	200/20 /	2,67	2,35	22,82	124,25
			Завтрак	**10,43**	**24,07**	**53,33**	**473,49**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00

Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**
Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17
Обед	Щи из свежей капусты на мясном бульоне с мелкошинкованными овощами со сметаной	01.С2	350/8 /	2,42	1,83	10,76	70,52
Обед	Плов из риса с отварным мясом	02С.10.А	250	20,12	22,79	49,83	484,81
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	9,90	1,80	50,10	268,00
			Обед	**33,52**	**30,94**	**141,93**	**995,50**
Полдник	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Полдник	Фрукты свежие (мандарин)	10.16	180/ /	1,67	0,42	15,68	79,42
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**28,76**	**16,27**	**53,58**	**486,17**
Ужин	Салат из белокочанной капусты и свеклы с растительным маслом	08.04.А	130/5 /	3,39	5,20	12,55	112,15
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Д.02	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Биточки (котлеты) рыбные паровые из трески (без панировки) (с маслом)	03.05.А	105/5	14,85	4,83	8,97	138,40
Ужин	Картофель запеченный в сметанном соусе	07Ч.05.А	180	3,76	11,38	25,50	220,35
Ужин	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Ужин	**23,16**	**32,35**	**67,40**	**656,35**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**126,93**	**113,03**	**487,30**	**3 521,84**
Химический состав в суточном наборе ТО				**122,03**	**104,50**	**464,11**	**3 285,09**
Суббота							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06С.10.Б	200	3,86	3,52	24,35	144,84
Завтрак	Чай с сахаром и лимоном	11.24.А	200/15 /10	0,09	0,01	15,27	63,25
			Завтрак	**11,07**	**26,88**	**39,88**	**449,49**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Фрукты (бананы)	000.62	200	3,00	1,00	42,00	192,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**6,25**	**4,14**	**84,52**	**409,10**
Обед	Салат "здоровье" (из отварных овощей)	000.40	100	1,72	0,12	7,81	39,56
Обед	Суп картофельный с рыбный	000.89	300	16,32	7,00	21,46	214,14
Обед	Суфле из отварного мяса паровое	02С.02	100	18,84	21,88	4,99	292,25
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Компот из свежих яблок (сахар10)	11Д.051	200/ /	0,24	0,24	15,86	68,10
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	9,90	1,80	50,10	261,00
			Обед	**52,56**	**36,77**	**137,94**	**1 100,30**
Полдник	Молоко кипячёное	05.12.А	180	5,22	5,76	8,46	105,84
Полдник	Ватрушка с творогом и изюмом	09.08	130	16,53	13,07	51,50	388,23

			Полдник	**21,75**	**18,83**	**59,96**	**494,07**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Куры отварные	02С.14.2	130	29,92	25,76	-	352,00
Ужин	Макаронные изделия отварные	06Д.08.А	160	6,09	4,35	38,85	218,95
Ужин	Кабачки припущенные с овощами	07.27	140	1,40	5,44	9,39	93,37
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**37,49**	**42,80**	**58,35**	**770,33**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**157,74**	**137,78**	**508,19**	**3 935,04**
Химический состав в суточном наборе ТО				**151,33**	**126,61**	**484,27**	**3 681,88**
Воскресенье							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сосиски молочные отварные	02.42	100	11,44	24,86	0,42	271,44
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая с сахаром	06.14.А	200	6,39	7,82	29,71	214,40
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**19,38**	**48,72**	**52,61**	**726,64**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Салат из белокочанной капусты, моркови и яблок с растительным маслом (без соли)	08.03.Б	130/10	2,91	10,23	12,06	154,32
Обед	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	01С.12.1	350/8 /	2,17	4,13	11,77	93,60
Обед	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,17	18,52	26,15	348,79
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	9,90	1,80	50,10	268,00
			Обед	**34,39**	**34,92**	**125,92**	**972,71**
Полдник	Апельсин свежий	10Д.03.В	230/ /	1,93	0,43	17,33	92,02
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
Полдник	Булочка с изюмом печеная	09.01	100	7,38	7,51	48,18	289,98
			Полдник	**9,31**	**7,94**	**75,50**	**421,91**
Ужин	Масло сливочное крестьянское	12.08.А	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	080.7	105	0,98	5,15	3,26	64,72
Ужин	Фрикадели рыбные (минтай) отварные	03С.04.В	110	16,47	1,69	7,44	110,58
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)	07.36.1	200	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Ужин	**26,19**	**28,70**	**47,88**	**557,53**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**119,74**	**136,38**	**465,82**	**3 617,54**

Химический состав в суточном наборе ТО				**115,29**	**127,09**	**444,32**	**3 382,21**
Понедельник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06С.10.Б	200	3,86	3,52	24,35	144,84
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	000.49	200	4,12	3,95	26,43	154,25
			Завтрак	**15,02**	**23,57**	**50,91**	**474,39**
Завтрак второй	Банан свежий	10Г.04.А	160/ /	1,80	0,60	25,20	115,20
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**2,80**	**0,80**	**45,40**	**207,20**
Обед	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	08.07	115/5	1,10	5,17	3,68	67,36
Обед	Суп из сборных мелко шинкованных овощей вегетарианский со сметаной	01Д.06	250/5 /	1,59	3,34	7,17	65,65
Обед	Котлеты мясные паровые	02.12.А	110/5 /	17,73	17,99	7,45	262,32
Обед	Макаронные изделия отварные	06Ч.08.Б	200/ /	7,64	5,25	48,73	272,88
Обед	Компот из смеси сухофруктов (сахар 10)	11С.06.1	200	0,75	-	21,32	87,90
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	9,90	1,80	50,10	261,00
			Обед	**38,71**	**33,55**	**138,45**	**1 017,11**
Полдник	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Полдник	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Полдник	**27,09**	**15,85**	**47,88**	**446,65**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Салат из белокочанной капусты, моркови и яблок с растительным маслом (без соли)	08.03.Б	130/10	2,91	10,23	12,06	154,32
Ужин	Суфле из отварной рыбы (минтай) паровое	03.10.Б	100	17,33	7,70	5,07	159,26
Ужин	Капуста цветная запеченная	07Д.24	200	7,58	6,32	13,27	141,50
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**28,03**	**31,62**	**59,69**	**640,12**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**136,07**	**112,35**	**470,87**	**3 479,22**
Химический состав в суточном наборе ТО				**130,74**	**104,64**	**448,28**	**3 257,86**
Вторник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Колбаса докторская отварная для завтрака	02.39	50	6,40	11,10	0,75	128,50
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	06С.04	192/4 /4	7,60	7,22	30,25	217,04
Завтрак	Чай с сахаром	11Ч.09	200/15 /	-	-	14,97	59,86
			Завтрак	**14,08**	**25,57**	**46,10**	**471,50**
Завтрак второй	Яблоко свежее	10С.01	200	0,70	0,70	17,25	82,72
Завтрак второй	Пряники	12.17	35	1,68	0,98	27,20	124,34
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,38**	**1,88**	**64,65**	**299,06**
Обед	Зеленый горошек(консервированный) с растительным маслом	08С.16	64 /6 /	1,98	6,12	4,16	79,54

Обед	Суп картофельный с рыбный	000.89	300	16,32	7,00	21,46	214,14
Обед	Суфле из отварного мяса паровое	02С.02	100	18,84	21,88	4,99	292,25
Обед	Пюре картофельное с морковью	07С.15	200	4,14	7,21	27,12	190,87
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	9,90	1,80	50,10	268,00
			Обед	**51,86**	**44,29**	**132,46**	**1 161,45**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09С.02	100	6,12	7,84	59,56	329,70
			Полдник	**11,63**	**13,92**	**68,49**	**443,70**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Салат из белокочанной капусты и свеклы с растительным маслом (без соли)	08.04.Б	130/10 /	3,39	10,19	12,55	157,10
Ужин	Рулет мясной,фаршированный омлетом, паровой	02С.09	105	15,76	15,14	6,38	224,53
Ужин	Кабачки тушеные	07С.26	200	0,90	0,45	6,90	36,00
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**20,13**	**33,03**	**35,94**	**523,64**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**125,50**	**125,65**	**476,18**	**3 593,10**
Химический состав в суточном наборе ТО				**120,72**	**115,52**	**455,36**	**3 343,98**
Среда 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша рисовая молочная вязкая с сахаром со сл маслом	06.24.Г	200/5 /	5,04	7,13	31,96	211,70
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	000.49	200	4,12	3,95	26,43	154,25
			Завтрак	**16,28**	**34,43**	**58,65**	**607,35**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	080.7	105	0,98	5,15	3,26	64,72
Обед	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	000.14	300	3,47	2,73	24,98	138,81
Обед	Куры отварные	02С.14.2	130	29,92	25,76	-	352,00
Обед	Овощи в молочном соусе	07С.04.В	250	6,80	7,53	25,69	199,58
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	9,90	1,80	50,10	261,00
			Обед	**51,31**	**43,21**	**129,87**	**1 124,11**
Полдник	Груша свежая	10Д.02.А	215/ /	0,86	0,65	22,25	103,68
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
Полдник	Оладьи с повидлом	000.55	150/30 /	11,78	14,01	85,10	511,15
			Полдник	**12,64**	**14,66**	**117,33**	**654,74**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Салат из моркови с растительным маслом (без сахара)	09.44	125/10 /	0,81	5,06	4,28	66,65

Ужин	Рыба ,тушеная в томате с овощами	.519	50 /100/	20,48	10,80	7,91	211,18
Ужин	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Ужин	**27,59**	**29,12**	**74,67**	**685,83**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**134,09**	**136,13**	**545,43**	**3 992,78**
Химический состав в суточном наборе ТО				**128,74**	**126,73**	**516,59**	**3 721,88**
Четверг 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,25**	**30,35**	**38,16**	**538,95**
Завтрак второй	Фрукты свежие (бананы)	10.02	180/ /	3,45	1,15	48,30	220,80
			Завтрак второй	**3,45**	**1,15**	**48,30**	**220,80**
Обед	Борщ с картофелем с капустой вегетарианский со сметаной	01С.01	350/10 /	2,77	8,84	17,91	163,44
Обед	Сельдь вымоченная с овощным гарниром (зеленый горошек)	03.07.А	50 /50	10,16	4,36	3,48	93,97
Обед	Котлеты мясные паровые	02.12.А	110/5 /	17,73	17,99	7,45	262,32
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	9,90	1,80	50,10	268,00
			Обед	**47,10**	**38,92**	**136,86**	**1 104,98**
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09С.02	100	5,97	7,81	59,45	328,40
			Полдник	**11,49**	**13,89**	**87,26**	**517,90**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Голубцы ленивые	54.3М	200/ /	17,96	17,39	14,10	285,88
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Ужин	**23,80**	**29,52**	**39,14**	**531,43**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**137,51**	**120,79**	**478,27**	**3 607,80**
Химический состав в суточном наборе ТО				**131,54**	**110,10**	**455,68**	**3 339,76**
Пятница 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Колбаса докторская отварная для завтрака	02.39	50	6,40	11,10	0,75	128,50
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая с сахаром	06С.11.Б	200	4,42	4,98	21,88	150,16
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**12,37**	**32,12**	**45,11**	**519,46**
Завтрак второй	Груша свежая	10Д.02.Б	200	0,72	0,54	18,54	86,40
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00

			Завтрак второй	**1,72**	**0,74**	**38,74**	**178,40**
Обед	Суп рисовый с овощами вегетарианский со сметаной	01Д.13	250/5 /	1,78	2,70	13,80	87,32
Обед	Куры отварные	02С.14.2	130	29,92	25,76	-	352,00
Обед	Свекла отварная	07.14	150	2,30	0,15	13,46	64,26
Обед	Картофельное пюре с морковью	000.181	255	5,28	9,08	34,40	241,65
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**49,72**	**39,88**	**147,20**	**1 154,73**
Полдник	Молоко кипячёное	05.12.А	180	5,22	5,76	8,46	105,84
Полдник	Ватрушка с творогом и изюмом	09.08	130	16,53	13,07	51,50	388,23
			Полдник	**21,75**	**18,83**	**59,96**	**494,07**
Ужин	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	08.07	115/5	1,10	5,17	3,68	67,36
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Д.02	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,16	17,16	26,03	335,82
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Ужин	**25,46**	**37,81**	**50,15**	**644,94**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**135,44**	**136,34**	**469,70**	**3 685,35**
Химический состав в суточном наборе ТО				**129,52**	**124,78**	**446,41**	**3 426,73**
Суббота 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Омлет натуральный запеченный	04С.02.Б	125	11,08	14,52	2,05	183,26
Завтрак	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Завтрак	**18,20**	**37,87**	**22,27**	**504,47**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17
Обед	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	01С.12.1	350/8 /	2,17	4,13	11,77	93,60
Обед	Плов из риса с отварным мясом	02С.10	255	21,60	22,07	49,81	484,17
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	9,90	1,80	50,10	268,00
			Обед	**34,75**	**32,52**	**142,92**	**1 017,94**
Полдник	Фрукты свежие (виноград)	000.91	200/ /	1,12	1,12	28,80	134,64
Полдник	Отвар шиповника с сахаром	11Г.14.Б	200	0,68	0,28	19,64	96,70
Полдник	Булочка печеная	09С.04	100	6,85	6,47	44,39	263,58
			Полдник	**8,65**	**7,87**	**92,83**	**494,92**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Огурцы соленые с растительным маслом	000.119	80 /5 /	0,64	5,08	1,36	55,35
Ужин	Рыба (треска) запеченная в молочном соусе с яйцом	000.216	140/100/	22,80	7,17	6,02	179,63
Ужин	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25

Ужин	Кисель из сухофруктов	000.75	200	0,56	0,03	35,98	148,14
			Ужин	**29,70**	**32,51**	**81,34**	**740,57**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.3А.1	190	14,44	1,52	93,48	446,50
			На весь день	**14,44**	**1,52**	**93,48**	**446,50**
Химический состав в суточном наборе				**113,39**	**125,04**	**477,23**	**3 549,39**
Химический состав в суточном наборе ТО				**108,99**	**117,23**	**452,14**	**3 299,53**
Воскресенье 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,25**	**30,35**	**38,16**	**538,95**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**
Обед	Морковь свежая тертая	001.00	100	1,30	0,10	6,90	35,00
Обед	Суп картофельный с горохом	01Д.16	250	5,59	4,30	21,26	146,30
Обед	Котлеты мясные паровые	02.12.А	110/5 /	17,73	17,99	7,45	262,32
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11С.06	200	0,75	-	31,30	127,80
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	9,90	1,80	50,10	261,00
			Обед	**40,81**	**29,92**	**154,73**	**1 057,67**
Полдник	Фрукты свежие (мандарин)	10.16	180/ /	1,67	0,42	15,68	79,42
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Пирожки с капустой печеные	09С.03	100	6,70	12,23	35,70	280,48
			Полдник	**13,88**	**18,73**	**60,31**	**473,90**
Ужин	кукуруза консервированая	08.17	70 / /	1,74	2,96	12,48	75,13
Ужин	Печень по-строгановски	02.32С	90	13,77	12,78	7,37	200,58
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	06Д.05.Б	200	11,55	10,25	52,09	346,38
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**27,19**	**26,11**	**101,10**	**741,03**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	245/ /	18,62	1,96	120,54	575,75
			На весь день	**18,62**	**1,96**	**120,54**	**575,75**
Химический состав в суточном наборе				**135,99**	**113,11**	**526,36**	**3 703,87**
Химический состав в суточном наборе ТО				**130,50**	**103,22**	**500,02**	**3 451,05**
Среднесуточный набор за неделю				**133,45**	**125,82**	**490,72**	**3 673,76**
Среднесуточный набор за неделю с учетом ТО				**128,10**	**115,85**	**466,70**	**3 421,85**

Врач-диетолог Данилова _____ Данилова Т.О.
(подпись) (расшифровка подписи)

Зав. производством _____ -
(подпись) (расшифровка подписи)

Бухгалтер _____ Чеканова В.В.
(подпись) (расшифровка подписи)

ЛОГБУ "ЛО МРЦ"

УТВЕРЖДАЮ
Директор Грищенко И.В.
"____" _____ 20__г.

"Ленинградский областной многопрофильный реабилитационный центр для детей-инвалидов"

ЧЕТЫРНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ОВД (7-11лет) (ОВД (7-11лет))

День недели \ Прием пищи	Наименование блюда	№ карточки - раскладки	Вес, г	Белки	Жиры	Углев.	Калории
Понедельник							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая	06.35.1	150/ /	6,10	7,03	31,63	214,70
Завтрак	Какао с молоком (с сахаром)	11.08.А	200/20 /	2,67	2,35	22,82	124,25
			Завтрак	**8,85**	**16,63**	**54,58**	**405,05**
Завтрак второй	Вафли	12Г.07	30 / /	0,84	0,99	23,19	106,20
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,84**	**1,19**	**43,39**	**198,20**
Обед	Винегрет овощной с растительным маслом	08С.12	65 /5 /	1,18	5,16	6,67	78,20
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	01Д.15	250	2,82	2,63	20,42	116,93
Обед	Кнели мясные паровые без соли	02С.17.А	100	19,52	20,91	6,04	290,32
Обед	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста тушеная)	07С.06	110/110/	5,00	7,59	26,41	196,13
Обед	Компот из свежих яблок	11С.05.Б	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**35,56**	**37,83**	**125,18**	**990,58**
Полдник	Пудинг творожный запеченный с сахаром	05.06.1	170/ /	23,84	14,35	21,78	315,14
Полдник	Яблоко свежее	10С.01	200	0,70	0,70	17,25	82,72
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
			Полдник	**30,06**	**21,13**	**66,84**	**587,36**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Фрикадели рыбные (треска)	03Ч.04.А	90	13,08	1,56	6,95	93,95
Ужин	Рис отварной рассыпчатый со сливочным маслом	06Д.06А	150	3,80	4,88	39,70	217,98
Ужин	Кабачки припущенные с овощами	07.27	140	1,40	5,44	9,39	93,37
Ужин	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Ужин	**18,44**	**26,38**	**76,26**	**617,31**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.1	185	14,06	1,48	91,02	434,75
			На весь день	**14,06**	**1,48**	**91,02**	**434,75**
Химический состав в суточном наборе				**118,81**	**111,04**	**464,27**	**3 369,25**
Химический состав в суточном наборе ТО				**113,64**	**101,63**	**438,56**	**3 123,47**
Вторник							
Завтрак	Колбаса докторская отварная на бутерброд	02.28.1	35	4,48	7,77	0,53	89,95
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая	06Ч.17	150	4,92	5,46	18,97	145,24
Завтрак	Кофе с молоком (с сахаром)	11.04.А	200/10 /	3,60	3,92	19,88	129,88
			Завтрак	**13,00**	**17,15**	**39,38**	**365,07**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00

Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**
Обед	Салат из свежих помидор с ратительным маслом	000.58К	100/ /	1,10	5,20	3,80	68,95
Обед	Суп картофельный с фасолью со сметаной на мясном бульоне	000.29	300/10 /	7,04	5,77	23,70	177,54
Обед	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,16	17,16	26,03	335,82
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Д.14Б	180/ /	0,61	0,25	18,67	91,02
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**34,71**	**29,68**	**112,00**	**874,33**
Полдник	Груша свежая	10Г.02.А	220	0,79	0,59	20,39	95,04
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Ватрушка	000.69	70	6,62	5,64	25,85	181,09
			Полдник	**12,92**	**12,31**	**55,17**	**390,13**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Салат из свеклы и яблок с растительным маслом	08Д.08	60	0,81	5,09	5,37	70,60
Ужин	Азу	632	115	17,62	24,03	7,41	317,26
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	06Д.05.А	150	8,65	9,49	38,96	275,54
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**27,24**	**53,11**	**61,98**	**835,51**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.А	200/ /	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**115,51**	**121,28**	**417,44**	**3 269,62**
Химический состав в суточном наборе ТО				**111,04**	**111,11**	**398,05**	**3 036,34**
Среда							
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	11Д.13	200/15 /	4,12	3,95	21,44	134,30
			Завтрак	**38,17**	**28,65**	**49,36**	**610,34**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,25**	**3,14**	**42,52**	**217,10**
Обед	Свекла отварная	07.31.1	50	0,77	0,05	4,49	21,42
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	01Ч.03	200/5 /	1,47	0,95	9,82	54,13
Обед	Суфле из отварной печени паровое	269	90 /5 /	17,22	9,69	9,07	193,13
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Компот из свежих яблок	11С.05В	200/ /	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**30,93**	**18,22**	**119,31**	**771,03**
Полдник	Груша свежая	10Г.02.А	220	0,79	0,59	20,39	95,04
Полдник	Компот из кураги и изюма	11Д.07.А	180/ /	0,75	0,08	31,64	131,10
Полдник	Булочка печеная	09Д.04	75	5,06	7,58	32,89	220,32
			Полдник	**6,60**	**8,25**	**84,92**	**446,46**
Ужин	Салат из моркови, яблок с маслом растительным	08.13	115/5 /	1,40	5,20	9,65	90,95
Ужин	Суфле из отварной рыбы (минтай) паровое	03Д.03	80	17,00	4,46	3,42	122,29
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)	07.36.1	200	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**20,90**	**15,98**	**39,57**	**387,13**

На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.А	200/ /	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**125,05**	**82,24**	**441,09**	**3 038,06**
Химический состав в суточном наборе ТО				**120,15**	**75,59**	**419,17**	**2 837,62**
Четверг							
Завтрак	Сосиски молочные отварные	02.42	100	11,44	24,86	0,42	271,44
Завтрак	Омлет натуральный запеченный	04С.02.Б	125	11,08	14,52	2,05	183,26
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**23,91**	**40,92**	**24,69**	**563,30**
Завтрак второй	Банан свежий	10Г.04.А	160/ /	1,80	0,60	25,20	115,20
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**2,80**	**0,80**	**45,40**	**207,20**
Обед	Салат из моркови, яблок с маслом растительным	08.13	115/5 /	1,40	10,19	9,65	135,90
Обед	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	01Д.01.А	250/5 /	2,22	4,80	13,70	107,94
Обед	Куры отварные	02Ч.14.А	90	23,38	20,13	-	275,00
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11Д.06.Б	180	0,39	0,02	25,30	104,13
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**38,62**	**42,43**	**118,74**	**1 017,32**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09Д.02	75	4,57	7,32	45,65	263,92
			Полдник	**10,08**	**13,40**	**54,58**	**377,92**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Д.02	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Салат из свеклы с растительным маслом	08Д.07	56 /5 /	0,86	5,06	5,02	68,89
Ужин	Тефтели мясные с рисом паровые с растительным маслом	02.14.А	110/5 /	15,21	17,57	7,40	248,34
Ужин	Макаронные изделия отварные	06С.08	145/5 /	5,76	4,31	36,73	208,81
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**22,08**	**37,94**	**78,51**	**744,13**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.А	200/ /	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**122,69**	**143,49**	**427,31**	**3 515,87**
Химический состав в суточном наборе ТО				**117,78**	**130,72**	**405,88**	**3 271,10**
Пятница							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	06Г.04.Б	150	4,83	3,98	20,87	138,76
Завтрак	Какао с молоком (с сахаром)	11.08.А	200/20 /	2,67	2,35	22,82	124,25
			Завтрак	**7,66**	**20,83**	**43,95**	**395,21**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**
Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17

Обед	Щи из свежей капусты на мясном бульоне с мелкошинкованными овощами со сметаной	01.02.А	200/10 /	1,49	1,74	6,38	47,94
Обед	Плов из риса с отварным мясом	02С.10.А	250	20,11	22,79	49,81	484,71
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**29,48**	**30,35**	**127,23**	**905,82**
Полдник	Запеканка творожная с сахаром	05.02	100	15,64	9,57	14,61	209,48
Полдник	Фрукты свежие (мандарин)	10.16	180/ /	1,41	0,35	13,20	66,88
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**17,05**	**9,92**	**37,79**	**316,27**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Д.02	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Салат из белокочанной капусты, моркови	08Д.10.А	65	1,47	8,08	4,15	96,07
Ужин	Фрикадели рыбные (треска)	03Д.04	85	12,17	1,40	5,96	84,92
Ужин	Картофель запеченный в сметанном соусе	07Ч.05.А	180	3,76	11,38	25,50	220,35
Ужин	Компот из кураги и изюма	11Г.07.А	150	0,38	0,05	15,82	65,55
			Ужин	**17,90**	**31,79**	**51,63**	**566,04**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.1	185	14,06	1,48	91,02	434,75
			На весь день	**14,06**	**1,48**	**91,02**	**434,75**
Химический состав в суточном наборе				**98,59**	**101,81**	**402,14**	**2 952,67**
Химический состав в суточном наборе ТО				**94,80**	**94,85**	**382,06**	**2 761,10**
Суббота							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Завтрак	Чай с сахаром и лимоном	11.24.А	200/15 /10	0,09	0,01	15,27	63,25
			Завтрак	**11,71**	**27,73**	**36,35**	**445,90**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Фрукты (бананы)	000.62	200	3,00	1,00	42,00	192,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**6,25**	**4,14**	**84,52**	**409,10**
Обед	Салат "здоровье" (из отварных овощей)	000.40	100	1,72	0,12	7,81	39,56
Обед	Суп картофельный рыбный	000.89Д	200	12,26	4,41	14,22	145,30
Обед	Суфле из отварного мяса паровое	02С.02	100	18,84	21,88	4,99	292,25
Обед	Картофельное пюре	000.33	200	4,35	6,72	29,37	195,94
Обед	Компот из свежих яблок (сахар 10)	11С.05.1	200	0,24	0,24	15,86	68,10
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**44,21**	**34,66**	**112,05**	**942,15**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Ватрушка с творогом и изюмом	09.08	130	15,72	12,66	50,58	377,08
			Полдник	**21,23**	**18,74**	**59,51**	**491,08**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Куры отварные	02Ч.14.А	90	23,38	20,13	-	275,00
Ужин	Макаронные изделия отварные	06Д.08	126/4 /	4,98	3,49	31,78	178,54

Ужин	Кабачки припущенные с овощами	07.27	140	1,40	5,44	9,39	93,37
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**29,84**	**36,31**	**51,28**	**652,92**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.А	200/ /	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**138,43**	**129,59**	**449,12**	**3 547,15**
Химический состав в суточном наборе ТО				**133,12**	**120,03**	**428,39**	**3 326,30**
Воскресенье							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сосиски молочные отварные	02.42	100	11,44	24,86	0,42	271,44
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая	06.35.1	150/ /	6,10	7,03	31,63	214,70
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**19,09**	**47,93**	**54,53**	**726,94**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Салат из белокочанной капусты, моркови и яблок с растительным маслом	08Д.11	56 /5 /	1,26	5,11	5,27	73,00
Обед	Свекольник вегетарианский со сметаной	01Д.12А	250/10 /	2,27	4,17	17,45	116,83
Обед	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,17	18,52	26,15	348,79
Обед	Компот из свежих яблок (сахар 10)	11С.05.1	200	0,24	0,24	15,86	68,10
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**29,74**	**29,34**	**104,53**	**807,72**
Полдник	Апельсин свежий	10Д.03.В	230/ /	2,11	0,47	18,95	100,62
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
Полдник	Булочка печеная	09С.04	100	7,00	6,50	44,50	264,88
			Полдник	**9,11**	**6,97**	**73,43**	**405,41**
Ужин	Масло сливочное крестьянское	12.08.А	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	080.7	105	0,98	5,15	3,26	64,72
Ужин	Фрикадели рыбные (минтай)	03.04Д	90 / /	13,01	1,76	6,95	95,99
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)	07.36.1	200	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Компот из кураги и изюма	11Д.07.А	180/ /	0,75	0,08	26,65	111,15
			Ужин	**22,44**	**28,79**	**53,86**	**567,79**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.1	185	14,06	1,48	91,02	434,75
			На весь день	**14,06**	**1,48**	**91,02**	**434,75**
Химический состав в суточном наборе				**106,29**	**128,66**	**420,74**	**3 305,61**
Химический состав в суточном наборе ТО				**102,10**	**119,56**	**399,25**	**3 081,44**
Понедельник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	000.49	200	4,12	3,95	26,43	154,25

			Завтрак	**15,66**	**24,42**	**47,38**	**470,80**
Завтрак второй	Банан свежий	10Г.04.А	160/ /	1,80	0,60	25,20	115,20
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**2,80**	**0,80**	**45,40**	**207,20**
Обед	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	08.07	115/5	1,10	5,17	3,68	67,36
Обед	Суп из сборных мелко шинкованных овощей вегетарианский со сметаной	01Д.06	250/5 /	1,59	3,34	7,17	65,65
Обед	Котлеты мясные паровые	02.12.А	110/5 /	17,73	17,99	7,45	262,32
Обед	Макаронные изделия отварные	06С.08	145/5 /	5,76	4,31	36,73	208,81
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11Д.06.В	180	0,39	0,02	10,33	44,28
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**33,37**	**32,13**	**105,16**	**849,42**
Полдник	Запеканка творожная с сахаром со сметаной II вариант	05.02.С	110/10 /	15,64	9,57	14,61	209,48
Полдник	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Полдник	**15,64**	**9,57**	**34,57**	**289,29**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Суфле из отварной рыбы (минтай) паровое	03Д.03	80	17,00	4,46	3,42	122,29
Ужин	Капуста цветная запеченная	07Д.24	200	7,39	6,49	13,27	142,34
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**24,60**	**18,32**	**45,98**	**449,67**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.1	185	14,06	1,48	91,02	434,75
			На весь день	**14,06**	**1,48**	**91,02**	**434,75**
Химический состав в суточном наборе				**111,93**	**91,72**	**377,51**	**2 819,13**
Химический состав в суточном наборе ТО				**107,42**	**85,14**	**358,65**	**2 630,56**
Вторник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Колбаса докторская отварная для завтрака	02.39	50	6,40	11,10	0,75	128,50
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	06Г.04.Б	150	4,83	3,98	20,87	138,76
Завтрак	Чай с сахаром	11Ч.09	200/15 /	-	-	14,97	59,86
			Завтрак	**11,31**	**22,33**	**36,72**	**393,22**
Завтрак второй	Яблоко свежее	10С.01	200	0,70	0,70	17,25	82,72
Завтрак второй	Пряники	12.17	35	1,68	0,98	27,20	124,34
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,38**	**1,88**	**64,65**	**299,06**
Обед	Зеленый горошек (консервированный) с растительным маслом	08Ч.16	46 /4 /	1,43	4,09	2,99	54,36
Обед	Суп картофельный рыбный	000.89Д	200	12,26	4,41	14,22	145,30
Обед	Суфле из отварного мяса паровое	02С.02	100	18,83	23,15	4,97	303,62
Обед	Пюре картофельное с морковью	07С.15	200	4,14	7,21	27,12	190,87
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Д.14Б	180/ /	0,61	0,25	18,67	91,02
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**44,06**	**40,41**	**107,77**	**986,17**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09Д.02	75	4,57	7,32	45,65	263,92
			Полдник	**10,08**	**13,40**	**54,58**	**377,92**

Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Салат из белокочанной капусты и свеклы с растительным маслом	08.04.А	130/5 /	3,39	5,20	12,55	112,15
Ужин	Рулет мясной,фаршированный омлетом, паровой	02С.09	105	15,76	15,14	6,38	224,53
Ужин	Кабачки тушеные	07С.26	200	0,90	0,45	6,90	36,00
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**20,13**	**28,04**	**35,94**	**478,69**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.1	185	14,06	1,48	91,02	434,75
			На весь день	**14,06**	**1,48**	**91,02**	**434,75**
Химический состав в суточном наборе				**108,83**	**112,54**	**398,68**	**3 087,81**
Химический состав в суточном наборе ТО				**104,58**	**103,26**	**381,25**	**2 872,68**
Среда 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	06Г.03	150	3,88	4,23	22,07	142,46
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	000.49	200	4,12	3,95	26,43	154,25
			Завтрак	**15,12**	**31,53**	**48,76**	**538,11**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	080.7	105	0,98	5,15	3,26	64,72
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	01Д.15	250	2,82	2,63	20,42	116,93
Обед	Куры отварные	02Ч.14.А	90	23,38	20,13	-	275,00
Обед	Овощи в молочном соусе	07Д.04	170	4,42	5,04	16,17	129,09
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**38,64**	**34,49**	**105,49**	**894,74**
Полдник	Груша свежая	10С.02.А	240/ /	0,96	0,72	24,72	115,20
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
Полдник	Оладьи с повидлом	000.55	150/30 /	11,78	14,01	85,10	511,15
			Полдник	**12,74**	**14,73**	**119,80**	**666,26**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Морковь свежая тертая	001.00	100	1,30	0,10	6,90	35,00
Ужин	Рыба (горбуша)отварная с овощами	03.03.В	75 /65 /	21,32	16,45	9,31	270,98
Ужин	Картофельное пюре	000.33	200	4,35	6,72	29,37	195,94
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Д.14Б	180/ /	0,61	0,25	18,67	91,02
			Ужин	**27,66**	**30,77**	**64,38**	**659,04**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.А	200/ /	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**117,01**	**125,87**	**481,20**	**3 573,15**
Химический состав в суточном наборе ТО				**112,33**	**117,01**	**455,68**	**3 325,15**
Четверг 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20

Завтрак	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,25**	**30,35**	**38,16**	**538,95**
Завтрак второй	Фрукты свежие (бананы)	10.02	180/ /	2,70	0,90	37,80	172,80
			Завтрак второй	**2,70**	**0,90**	**37,80**	**172,80**
Обед	Зеленый горошек (консервированный) с растительным маслом	08Ч.16	46 /4 /	1,43	4,09	2,99	54,36
Обед	Борщ с картофелем с капустой вегетарианский со сметаной	01Д.01	250/5 /	2,20	6,18	13,71	120,23
Обед	Котлеты мясные паровые	02.12.А	110/5 /	17,73	17,99	7,45	262,32
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**33,59**	**35,75**	**114,44**	**923,26**
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09С.02	100	6,12	7,84	59,56	329,70
			Полдник	**11,64**	**13,92**	**87,37**	**519,20**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Голубцы ленивые	54.3М	200/ /	17,96	17,39	14,10	285,88
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Д.14Б	180/ /	0,61	0,25	18,67	91,02
			Ужин	**23,73**	**29,49**	**33,18**	**505,80**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.1	185	14,06	1,48	91,02	434,75
			На весь день	**14,06**	**1,48**	**91,02**	**434,75**
Химический состав в суточном наборе				**118,77**	**116,90**	**409,97**	**3 212,76**
Химический состав в суточном наборе ТО				**113,42**	**106,52**	**389,00**	**2 968,37**
Пятница 2							
Завтрак	Колбаса докторская отварная для завтрака	02.39	50	6,40	11,10	0,75	128,50
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая	06Г.17	150	4,92	5,46	18,97	145,24
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**12,71**	**18,10**	**41,94**	**382,34**
Завтрак второй	Груша свежая	10С.02.А	240/ /	0,96	0,72	24,72	115,20
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,96**	**0,92**	**44,92**	**207,20**
Обед	Свекла отварная	07.31.1	50	0,77	0,05	4,49	21,42
Обед	Суп рисовый с овощами вегетарианский со сметаной	01Д.13	250/5 /	1,78	2,70	13,80	87,32
Обед	Куры отварные	02С.14	120/ /	28,99	24,96	-	341,00
Обед	Пюре картофельное с морковью	07С.15	200	4,14	7,21	27,12	190,87
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**42,72**	**36,46**	**111,05**	**949,61**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Ватрушка с творогом и изюмом	09.08	130	15,72	12,66	50,58	377,08
			Полдник	**21,23**	**18,74**	**59,51**	**491,08**
Ужин	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	08.07	115/5	1,10	5,17	3,68	67,36
Ужин	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,16	17,16	26,03	335,82
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80

Ужин	Чай с сахаром	11.19.А	200/ 15/	-	-	14,97	59,85
			Ужин	**25,34**	**26,93**	**44,96**	**525,83**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.А	200/ /	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**124,96**	**107,75**	**408,78**	**3 144,06**
Химический состав в суточном наборе ТО				**119,58**	**97,21**	**388,51**	**2 907,24**
Суббота 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Омлет натуральный запеченный	04С.02.Б	125	11,08	14,52	2,05	183,26
Завтрак	Чай с сахаром	11.19.А	200/ 15/	-	-	14,97	59,85
			Завтрак	**18,12**	**30,62**	**17,15**	**418,41**
Завтрак второй	Вафли	12Г.07	30 / /	0,84	0,99	23,19	106,20
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,84**	**1,19**	**43,39**	**198,20**
Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17
Обед	Свекольник вегетарианский со сметаной	01Д.12	250/5 /	2,34	5,26	17,67	127,98
Обед	Плов из риса с отварным мясом	02Д.10	205/ /	17,84	19,54	39,90	406,72
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**28,06**	**30,62**	**128,61**	**907,87**
Полдник	Фрукты свежие (виноград)	000.91	200/ /	1,12	1,12	28,80	134,64
Полдник	Отвар шиповника с сахаром	11Д.14Б	180/ /	0,61	0,25	18,67	91,02
Полдник	Булочка печеная	09С.04	100	6,85	6,47	44,39	263,58
			Полдник	**8,58**	**7,84**	**91,86**	**489,24**
Ужин	Огурцы соленые с растительным маслом	000.119	80 /5 /	0,64	5,08	1,36	55,35
Ужин	Рыба (треска) запеченная в молочном соусе с яйцом	000.216	140/100/	22,80	7,17	6,02	179,63
Ужин	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**28,00**	**18,36**	**66,83**	**547,27**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.А	200/ /	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**105,60**	**95,23**	**454,24**	**3 148,99**
Химический состав в суточном наборе ТО				**101,51**	**87,55**	**431,33**	**2 919,29**
Воскресенье 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,25**	**30,35**	**38,16**	**538,95**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**
Обед	Морковь свежая тертая	001.00	100	1,30	0,10	6,90	35,00
Обед	Суп картофельный с горохом	01Ч.16	200	4,46	3,45	17,00	117,00
Обед	Котлеты мясные паровые	02.12.А	110/5 /	17,73	17,99	7,45	262,32
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35

Обед	Компот из смеси сухофруктов (сахар 10)	11С.06.1	200	0,75	-	21,32	87,90
Обед	Хлеб ржаной	12С.04	100/ /	6,80	1,30	39,80	201,00
			Обед	**35,47**	**28,83**	**122,76**	**896,57**
Полдник	Фрукты свежие (мандарин)	10.16	180/ /	1,41	0,35	13,20	66,88
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Пирожки с капустой печеные	09Д.03	75	5,12	10,57	26,82	223,45
			Полдник	**12,04**	**17,00**	**48,95**	**404,33**
Ужин	кукуруза консервированая	08.17	70 / /	1,74	2,96	12,48	75,13
Ужин	Печень по-строгановски	02.32С	90	13,77	12,78	7,37	200,58
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	06Д.05	150	8,65	9,49	38,96	275,54
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**24,29**	**25,35**	**87,97**	**670,19**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.1	185	14,06	1,48	91,02	434,75
			На весь день	**14,06**	**1,48**	**91,02**	**434,75**
Химический состав в суточном наборе				**121,36**	**109,05**	**440,38**	**3 261,37**
Химический состав в суточном наборе ТО				**116,26**	**99,52**	**417,97**	**3 032,67**
Среднесуточный набор за неделю				**116,70**	**112,65**	**428,06**	**3 231,82**
Среднесуточный набор за неделю с учетом ТО				**111,98**	**103,55**	**406,70**	**3 006,67**

Диетсестра _____ (подпись) Гулякина Т.Ю. (расшифровка подписи)

Зав. производством _____ (подпись) - (расшифровка подписи)

Бухгалтер _____ (подпись) Чеканова В.В. (расшифровка подписи)

ЛОГБУ "ЛО МРЦ"

УТВЕРЖДАЮ
Директор Грищенко И.В.
"19" 12 2022 г.

ЧЕТЫРНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
фкн (ФКН протертое)

День недели \ Прием пищи	Наименование блюда	№ карточки - раскладки	Вес, г	Белки	Жиры	Углев.	Калории
Понедельник							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Каша рисовая на воде вязкая со сл маслом	06.24.А	200/5	2,14	3,93	27,26	152,90
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	11Д.13	200/15 /	4,12	3,95	21,44	134,30
			Завтрак	**6,42**	**22,38**	**48,96**	**419,40**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,00**	**0,20**	**20,20**	**92,00**
Обед	Икра свекольная	08Ч.09.Б	115/ /	1,70	5,11	9,94	92,41
Обед	Суп (протертый) из сборных овощей с мелкошинкованными овощами вегетарианский (со сметаной)	01С.06П	350/ /	2,17	3,90	10,08	84,84
Обед	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста тушеная)без томата	07С.06П	209/ /	4,34	7,54	23,21	179,62
Обед	Компот из свежих яблок	11С.05В	200/ /	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**8,45**	**16,79**	**69,07**	**464,87**
Полдник	Пюре яблочное	10.09.А	190/ /	0,80	0,80	19,60	94,00
Полдник	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Полдник	**0,93**	**0,92**	**48,76**	**212,94**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Кабачки припущенные с овощами (протертое)	022.7П	130/ /	1,40	5,44	9,39	93,37
Ужин	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Ужин	**1,56**	**19,94**	**29,61**	**305,38**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05Г.08	110/ /	5,75	3,68	4,03	78,20
			На ночь	**5,75**	**3,68**	**4,03**	**78,20**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	-	-	-	-
Химический состав в суточном наборе				**24,11**	**63,91**	**220,63**	**1 572,79**
Химический состав в суточном наборе ТО				**23,03**	**60,16**	**201,18**	**1 438,31**
Вторник							
Завтрак	каша кукурузная безмолочная со сливочным маслом	5.А	200/ 5 /	4,77	4,31	40,54	220,01
Завтрак	Кофейный напиток с сахаром	11.Ч12.Ф	200/20 /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**6,16**	**5,85**	**62,76**	**328,61**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,00**	**0,20**	**20,20**	**92,00**
Обед	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Обед	Суп картофельный с овощамипротертый вегетарианский со сметаной	01С.05П	330	2,21	4,10	14,77	105,74
Обед	Рагу овощное тушеное в сметанном соусе (без соли)	07.34.Б	200	4,15	12,41	19,90	209,37
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Обед	**8,09**	**21,88**	**65,77**	**508,62**
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00

Полдник	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Полдник	**0,80**	**0,60**	**40,56**	**175,81**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Икра свекольная	08Ч.09.Б	115/ /	1,70	5,11	9,94	92,41
Ужин	Каша рисовая на воде вязкая со сл маслом	06.24.А	200/5	2,14	3,93	27,26	152,90
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**4,00**	**23,54**	**47,44**	**417,42**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**20,05**	**52,07**	**236,73**	**1 522,46**
Химический состав в суточном наборе ТО				**18,86**	**47,56**	**215,45**	**1 365,30**
Среда							
Завтрак	Каша рисовая на воде вязкая со сл маслом	06.24.А	200/5	2,14	3,93	27,26	152,90
Завтрак	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Завтрак	**2,14**	**3,93**	**47,22**	**232,71**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,00**	**0,20**	**20,20**	**92,00**
Обед	Икра свекольная	08Ч.09.Б	115/ /	1,70	5,11	9,94	92,41
Обед	Рассольник вегетарианский со сметаной протертый	01.31.2	330/ /	3,24	7,54	23,97	177,64
Обед	Картофельное пюре с морковью(б.м)	000.181	255/ /	4,32	8,02	32,85	221,85
Обед	Компот из свежих яблок (сахар 10)	11С.05.1	200	0,24	0,24	15,86	68,10
			Обед	**9,50**	**20,91**	**82,62**	**560,00**
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Полдник	**1,84**	**0,66**	**40,78**	**182,30**
Ужин	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)протертое	07.36.П	190/ /	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**4,52**	**9,26**	**35,47**	**245,49**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05Г.08	110/ /	5,75	3,68	4,03	78,20
			На ночь	**5,75**	**3,68**	**4,03**	**78,20**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**24,75**	**38,64**	**230,32**	**1 390,70**
Химический состав в суточном наборе ТО				**23,61**	**34,44**	**209,95**	**1 244,22**
Четверг							
Завтрак	каша кукурузная безмолочная со сливочным маслом	5.А	200/ 5 /	4,77	4,31	40,54	220,01
Завтрак	Кофейный напиток с сахаром	11.Ч12.Ф	200/20 /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**6,16**	**5,85**	**62,76**	**328,61**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,36	0,79	32,97	150,72
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,36**	**0,99**	**53,17**	**242,72**
Обед	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Обед	Борщ(протертый) с картофелем с капустой вегетарианский	01С.01П	330/ /	2,61	8,75	17,51	159,93
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200/ /	3,59	5,06	28,93	175,95
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11С.06С	200/ /	0,75	-	31,30	127,80
			Обед	**8,00**	**18,90**	**84,21**	**540,54**
Полдник	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Полдник	**-**	**-**	**19,96**	**79,81**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20

Ужин	Икра свекольная	08С.09.Б	135/ /	2,07	5,14	12,14	102,91
Ужин	Каша рисовая на воде вязкая со сл маслом	06.24.А	200/5	2,14	3,93	27,26	152,90
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**4,50**	**23,69**	**68,82**	**506,95**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**22,02**	**49,43**	**288,92**	**1 698,63**
Химический состав в суточном наборе ТО				**20,85**	**45,33**	**265,91**	**1 555,05**
Пятница							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	каша кукурузная безмолочная со сливочным маслом	5.А	200/ 5 /	4,77	4,31	40,54	220,01
Завтрак	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Завтрак	**4,93**	**18,81**	**60,76**	**432,02**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,00**	**0,20**	**20,20**	**92,00**
Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17
Обед	Щи(протертые) из свежей капусты вегетарианские со сметаной	01С.02.А	350	2,52	6,43	11,40	114,85
Обед	Рис отварной (протертое) с овощами и сливочным маслом	06.20П	150/ /	3,08	9,02	27,45	204,05
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**6,68**	**19,97**	**70,09**	**491,07**
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**0,80**	**0,60**	**30,58**	**135,91**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Ужин	Пюре картофельное	07Д.03	200/ /	3,59	5,06	28,93	175,95
Ужин	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Ужин	**6,81**	**22,56**	**58,34**	**466,05**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**20,22**	**62,14**	**239,97**	**1 617,04**
Химический состав в суточном наборе ТО				**19,02**	**58,16**	**218,42**	**1 473,21**
Суббота							
Завтрак	Каша рисовая на воде вязкая со сл маслом	06.24.А	200/5	2,14	3,93	27,26	152,90
Завтрак	Чай с сахаром и лимоном	11.24.А	200/15 /10	0,09	0,01	15,27	63,25
			Завтрак	**2,23**	**3,94**	**42,53**	**216,15**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,36	0,79	32,97	150,72
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,36**	**0,99**	**53,17**	**242,72**
Обед	Салат "здоровье" (из отварных овощей)протертый	000.40.П	95 / /	1,72	0,12	7,81	39,56
Обед	Суп рисовый с овощами вегетарианский со сметаной	01С.13	350/8 /	2,44	4,12	19,00	123,87
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200/ /	3,59	5,06	28,93	175,95
Обед	Компот из свежих яблок (сахар10)	11Д.051	200/ /	0,24	0,24	15,86	68,10
			Обед	**7,99**	**9,54**	**71,60**	**407,48**
Полдник	Пюре яблочное	10.09.А	190/ /	0,80	0,80	19,60	94,00
			Полдник	**0,80**	**0,80**	**19,60**	**94,00**
Ужин	Кабачки припущенные с овощами (протертое)	022.7П	130/ /	1,40	5,44	9,39	93,37
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**1,40**	**5,44**	**19,37**	**133,28**

На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05Г.08	110/ /	5,75	3,68	4,03	78,20
			На ночь	**5,75**	**3,68**	**4,03**	**78,20**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**21,53**	**24,39**	**210,29**	**1 171,83**
Химический состав в суточном наборе ТО				**20,72**	**22,00**	**194,70**	**1 059,70**
Воскресенье							
Завтрак	каша кукурузная безмолочная со сливочным маслом	5.А	200/ 5 /	4,77	4,31	40,54	220,01
Завтрак	Кофейный напиток с сахаром	11.Ч12.Ф	200/20 /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**6,16**	**5,85**	**62,76**	**328,61**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,00**	**0,20**	**20,20**	**92,00**
Обед	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Обед	Свекольник (протертый)вегетарианский со сметаной	01С.12А.П	350/ /	3,01	6,86	23,63	168,65
Обед	Рагу овощное тушеное в сметанном соусе (без соли)	07.34.Б	200	4,15	12,41	19,90	209,37
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**8,45**	**24,60**	**75,84**	**562,88**
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**0,80**	**0,60**	**30,58**	**135,91**
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)протертое	07.36.П	190/ /	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Ужин	**3,54**	**6,38**	**36,70**	**220,28**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**19,95**	**37,63**	**226,08**	**1 339,68**
Химический состав в суточном наборе ТО				**18,75**	**33,11**	**205,73**	**1 195,98**
Понедельник 2							
Завтрак	Каша рисовая на воде вязкая со сл маслом	06.24.А	200/5	2,14	3,93	27,26	152,90
Завтрак	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Завтрак	**2,14**	**3,93**	**47,22**	**232,71**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,85	0,95	39,90	182,40
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,85**	**1,15**	**60,10**	**274,40**
Обед	Салат из свеклы, яблок, чернослива с растительным маслом (протертый)	08С.06А.П	65	1,09	5,16	10,99	95,74
Обед	Суп (протертый) из сборных мелко шинкованных овощей вегетарианский	01С.06П	350	2,14	7,71	10,04	118,91
Обед	Овощи в соусе	07С.04А	209/ /	3,14	3,52	15,62	107,90
Обед	Компот из смеси сухофруктов (сахар 10)	11С.06.1	200	0,75	-	21,32	87,90
			Обед	**7,12**	**16,39**	**57,97**	**410,45**
Полдник	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Полдник	**-**	**-**	**19,96**	**79,81**
Ужин	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Ужин	Пюре из цветной капусты	07С.21	200	3,33	6,39	5,59	93,84
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**4,51**	**11,60**	**41,22**	**289,64**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**17,62**	**33,07**	**226,47**	**1 287,00**
Химический состав в суточном наборе ТО				**16,74**	**29,22**	**209,68**	**1 168,64**
Вторник 2							

Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	каша кукурузная безмолочная со сливочным маслом	5.А	200/ 5 /	4,77	4,31	40,54	220,01
Завтрак	Чай с сахаром	11Ч.09	200/15 /	-	-	14,97	59,86
			Завтрак	**4,85**	**11,56**	**55,64**	**345,97**
Завтрак второй	Пюре яблочное	10.09.А	190/ /	0,80	0,80	19,60	94,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,80**	**1,00**	**39,80**	**186,00**
Обед	Зеленый горошек(консервированный) с растительным маслом (протертый)	08С.16П	64	1,98	6,12	4,16	79,54
Обед	Суп картофельный с овощамипротертый вегетарианский со сметаной	01С.05П	330	2,21	4,10	14,77	105,74
Обед	Пюре из моркови и яблок	07С.22	200	1,07	0,35	11,29	55,31
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Обед	**5,95**	**10,85**	**54,85**	**357,24**
Полдник	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Полдник	**-**	**-**	**19,96**	**79,81**
Ужин	Икра свекольная	08Г.09.Б	105	1,53	5,10	8,98	87,79
Ужин	Пюре из кабачков	07С.27	200	1,50	5,82	11,01	103,27
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**3,03**	**10,92**	**29,97**	**230,97**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**15,63**	**34,33**	**200,23**	**1 199,98**
Химический состав в суточном наборе ТО				**14,69**	**31,08**	**182,22**	**1 067,35**
Среда 2							
Завтрак	Каша рисовая на воде вязкая со сл маслом	06.24.А	200/5	2,14	3,93	27,26	152,90
Завтрак	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Завтрак	**2,14**	**3,93**	**47,22**	**232,71**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,00**	**0,20**	**20,20**	**92,00**
Обед	Суп (протертый) из сборных мелко шинкованных овощей вегетарианский	01С.06П	350	2,14	7,71	10,04	118,91
Обед	Овощи в соусе	07С.04А	209/ /	3,14	3,52	15,62	107,90
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**5,52**	**11,47**	**51,50**	**334,81**
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**0,80**	**0,60**	**30,58**	**135,91**
Ужин	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Ужин	Пюре картофельное	07Д.03	200/ /	3,59	5,06	28,93	175,95
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Ужин	**5,32**	**10,43**	**60,03**	**369,46**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**14,78**	**26,63**	**209,53**	**1 164,88**
Химический состав в суточном наборе ТО				**13,90**	**23,44**	**190,68**	**1 029,22**
Четверг 2							
Завтрак	каша кукурузная безмолочная со сливочным маслом	5.А	200/ 5 /	4,77	4,31	40,54	220,01
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**4,77**	**4,31**	**50,52**	**259,92**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,85	0,95	39,90	182,40
			Завтрак второй	**2,85**	**0,95**	**39,90**	**182,40**
Обед	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60

Обед	Борщ(протертый)с картофелем с капустой вегетарианский со сметаной	01С.01П	350	2,61	8,75	17,51	159,93
Обед	Сложный овощной гарнир (картофельное пюре, зеленый горошек)	07.38.А	100/50 /5	3,83	6,07	18,04	142,45
Обед	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Обед	**9,46**	**17,96**	**64,72**	**465,98**
Полдник	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Полдник	**0,13**	**0,12**	**29,16**	**118,94**
Ужин	Капуста белокочанная тушеная	07Д.07П	190/ /	4,90	8,27	13,95	153,02
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Ужин	**5,58**	**8,55**	**38,58**	**269,67**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	-	-	-	-
Химический состав в суточном наборе				**22,80**	**31,89**	**222,88**	**1 296,91**
Химический состав в суточном наборе ТО				**21,60**	**28,18**	**206,41**	**1 165,65**
Пятница 2							
Завтрак	Каша рисовая на воде вязкая со сл маслом	06.24.А	200/5	2,14	3,93	27,26	152,90
Завтрак	Кофейный напиток с сахаром	11.Ч12.Ф	200/20 /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**3,53**	**5,47**	**49,48**	**261,50**
Завтрак второй	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,80**	**0,80**	**40,80**	**188,00**
Обед	Суп рисовый с овощами вегетарианский со сметаной	01С.13	350/8 /	2,44	4,12	19,00	123,87
Обед	Свекольное пюре тушеное в сметанном соусе	07.19	155	3,02	7,19	16,99	144,93
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**5,70**	**11,55**	**61,83**	**376,80**
Полдник	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Полдник	**-**	**-**	**19,96**	**79,81**
Ужин	Икра свекольная	08Г.09.Б	105	1,53	5,10	8,98	87,79
Ужин	Рагу из овощей с отварным мясом (растительное масло)	02.37	240/ /	19,10	18,55	25,77	347,29
Ужин	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Ужин	**20,63**	**23,65**	**54,71**	**514,89**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**31,66**	**41,47**	**226,78**	**1 420,99**
Химический состав в суточном наборе ТО				**29,76**	**36,49**	**206,37**	**1 272,96**
Суббота 2							
Завтрак	каша кукурузная безмолочная со сливочным маслом	5.А	200/ 5 /	4,77	4,31	40,54	220,01
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**4,77**	**4,31**	**50,52**	**259,92**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,00**	**0,20**	**20,20**	**92,00**
Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17
Обед	Свекольник (протертый)вегетарианский со сметаной	01С.12А.П	350/ /	3,01	6,86	23,63	168,65
Обед	Рис отварной (протертое) с овощами и сливочным маслом	06.20П	150/ /	3,08	9,02	27,45	204,05
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**7,17**	**20,40**	**82,32**	**544,87**
Полдник	Отвар шиповника с сахаром	11Г.14.Б	200	0,68	0,28	19,64	96,70
			Полдник	**0,68**	**0,28**	**19,64**	**96,70**
Ужин	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86

Ужин	Картофельное пюре с морковью(б.м)	000.181	255/ /	4,32	8,02	32,85	221,85
Ужин	Кисель из сухофруктов	000.75	200	0,56	0,03	35,98	148,14
			Ужин	**5,93**	**13,14**	**75,30**	**446,85**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**19,55**	**38,33**	**247,98**	**1 440,34**
Химический состав в суточном наборе ТО				**18,38**	**33,73**	**225,66**	**1 279,74**
Воскресенье 2							
Завтрак	Каша рисовая на воде вязкая со сл маслом	06.24.А	200/5	2,14	3,93	27,26	152,90
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**2,14**	**3,93**	**37,24**	**192,81**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,00**	**0,20**	**20,20**	**92,00**
Обед	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Обед	Суп картофельный с горохом(протертый)	01Ч.16П	200/ /	4,46	3,45	17,00	117,00
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200/ /	3,59	5,06	28,93	175,95
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11С.06	200	0,75	-	31,30	127,80
			Обед	**9,85**	**13,60**	**83,70**	**497,61**
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Полдник	**0,80**	**0,60**	**40,56**	**175,81**
Ужин	кукуруза консервированая	08.17.П	/ 70/	1,74	2,96	12,48	75,13
Ужин	Рис отварной (протертое) с овощами и сливочным маслом	06.20П	150/ /	3,08	9,02	27,45	204,05
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**4,95**	**12,10**	**69,09**	**398,12**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
			На весь день	**-**	**-**	**-**	**-**
Химический состав в суточном наборе				**18,74**	**30,43**	**250,79**	**1 356,34**
Химический состав в суточном наборе ТО				**17,62**	**26,78**	**228,22**	**1 224,36**
Среднесуточный набор за неделю				**20,96**	**40,31**	**231,26**	**1 391,40**
Среднесуточный набор за неделю с учетом ТО				**19,82**	**36,41**	**211,47**	**1 252,85**

Врач-диетолог _____ (подпись) Гришина Т.Ю. (расшифровка подписи)

Зав. производством _____ (подпись) - (расшифровка подписи)

Бухгалтер _____ (подпись) Чеканова В.В. (расшифровка подписи)

ЛОГБУ "ЛО МРЦ"

УТВЕРЖДАЮ
Директор Грищенко И.В.
"__" _____ 20__ г.

ЧЕТЫРНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
основной вариант диеты протертое дети 12-17лет

День недели \ Прием пищи	Наименование блюда	№ карточки - раскладки	Вес, г	Белки	Жиры	Углев.	Калории
Понедельник							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр	000.47	20	4,64	5,90	-	72,80
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая с сахаром	06.14.А	200	6,39	7,82	29,71	214,40
Завтрак	Какао с молоком (с сахаром)	11.08.А	200/20 /	2,67	2,35	22,82	124,25
			Завтрак	**13,86**	**30,57**	**52,79**	**543,65**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**
Обед	Икра свекольная	08Ч.09.Б	115/ /	1,70	5,11	9,94	92,41
Обед	Суп (протертый)картофельный с макаронными изделиями	01.С15	350/ /	3,94	3,53	28,50	161,95
Обед	Пюре из отварного мяса в бульоне	02Д.01	70 /35 /	21,02	18,08	-	246,34
Обед	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста тушеная)без томата	07С.06П	209/ /	4,34	7,54	23,21	179,62
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**31,24**	**34,50**	**87,49**	**788,32**
Полдник	Пюре яблочное	10.09.А	190/ /	0,80	0,80	19,60	94,00
Полдник	Пудинг творожный запеченный с сахаром (протертый)	05.06.1	160/ /	23,84	14,35	21,78	315,14
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
			Полдник	**30,16**	**21,23**	**69,19**	**598,64**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Рыба (треска) припущенная (протертая)	03С.01П	115/ /	24,00	0,90	-	103,50
Ужин	Каша рисовая жидкая протертая на воде со сливочным маслом (без сахара)	06.05.Г	150/5	1,79	3,88	18,57	116,30
Ужин	Кабачки припущенные с овощами (протертое)	022.7П	130/ /	1,40	5,44	9,39	93,37
Ужин	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Ужин	**27,35**	**24,72**	**48,18**	**525,18**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**134,87**	**122,56**	**430,17**	**3 397,29**
Химический состав в суточном наборе ТО				**128,67**	**112,70**	**405,21**	**3 149,80**
Вторник							
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая с сахаром	06С.11.Б	200	4,42	4,98	21,88	150,16

Завтрак	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Завтрак	**4,42**	**4,98**	**41,84**	**229,97**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**
Обед	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Обед	Суп картофельный с фасолью со сметаной на мясном бульоне	000.81	300	6,89	3,78	23,57	158,26
Обед	Рагу (протертое) из овощей с отварным мясом	02С.11П	50 /180/	18,66	19,26	22,66	339,17
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Обед	**28,25**	**26,26**	**79,83**	**685,68**
Полдник	Суфле(протертое) творожное паровое	05Д.04	80	12,05	7,46	10,24	155,16
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Молоко кипячёное	05.12.А	180	5,22	5,76	8,46	105,84
			Полдник	**18,07**	**13,82**	**39,30**	**357,00**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Икра свекольная	08Ч.09.Б	115/ /	1,70	5,11	9,94	92,41
Ужин	Пюре из отварного мяса в бульоне	02Г.01	55 /25 /	16,74	14,40	-	196,20
Ужин	Каша гречневая жидкая протертая на воде со сливочным маслом	06.10.Д	150/5	4,07	4,69	18,34	131,61
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**27,75**	**43,30**	**38,80**	**655,13**
На ночь	Йогурт 3,2% жирности	05.14	150/ /	7,50	4,80	5,25	102,00
			На ночь	**7,50**	**4,80**	**5,25**	**102,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	18,24	1,92	118,08	564,00
			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе				**107,49**	**98,22**	**365,62**	**2 811,78**
Химический состав в суточном наборе ТО				**102,73**	**89,33**	**345,85**	**2 598,29**
Среда							
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Запеканка (протертое) творожная с сахаром (1 вариант)	050.1	180/ /	27,17	23,10	28,05	432,94
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	11Д.13	200/15 /	4,12	3,95	21,44	134,30
			Завтрак	**38,25**	**35,90**	**49,49**	**676,44**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,25**	**3,14**	**42,52**	**217,10**
Обед	Икра свекольная	08Ч.09.Б	115/ /	1,70	5,11	9,94	92,41
Обед	Рассольник(протертое) ленинградский со сметаной	01С.03	355/ /	2,61	1,85	17,37	97,28
Обед	Суфле из отварной печени паровое(протертое)	269.П	90 / /	17,22	9,69	9,07	193,13
Обед	Картофельное пюре с морковью	000.181	255	5,28	9,08	34,40	241,65
Обед	Компот из свежих яблок (сахар 10)	11С.05.1	200	0,24	0,24	15,86	68,10
			Обед	**27,05**	**25,97**	**86,64**	**692,57**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06С.10.Б	200	3,86	3,52	24,35	144,84
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Полдник	**5,70**	**4,18**	**65,13**	**327,14**
Ужин	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60

Ужин	Суфле из отварной рыбы (минтай) паровое	03С.03П	90 / /	19,15	5,25	3,88	139,78
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)протертое	07.36.П	190/ /	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**23,67**	**14,51**	**39,35**	**385,27**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	18,24	1,92	118,08	564,00
			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе				**126,16**	**92,02**	**408,21**	**2 998,52**
Химический состав в суточном наборе ТО				**120,84**	**83,39**	**384,74**	**2 772,83**
Четверг							
Завтрак	Сосиски	000.24	95 / /	11,00	23,90	0,40	261,00
Завтрак	Яичная кашка	49	105/ /	11,08	14,52	2,05	183,26
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**23,47**	**39,96**	**24,67**	**552,86**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,85	0,95	39,90	182,40
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,85**	**1,15**	**60,10**	**274,40**
Обед	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Обед	Борщ(протеотый) с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	01С.01А	350/ /	2,91	9,34	17,54	166,79
Обед	Пюре куриное в бульоне со сливочным маслом	02Д.24	70 /35 /	30,89	29,47	0,05	389,44
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11С.06С	200/ /	0,75	-	31,30	127,80
			Обед	**41,14**	**49,63**	**93,08**	**986,14**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Джем абрикосовый (порционно)	12Ч.10	20	0,08	-	13,00	50,00
Полдник	Молоко кипяченое	05Г.05	150	4,15	4,58	6,72	85,80
			Полдник	**8,73**	**8,95**	**40,54**	**277,05**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Икра свекольная	08С.09.Б	135/ /	2,07	5,14	12,14	102,91
Ужин	Фрикадельки мясные паровые (протертое)	02Д.05П	85	15,13	12,26	6,40	196,23
Ужин	Вермишель отварная	06.15.А	160	6,05	5,71	38,78	230,90
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**23,54**	**37,73**	**86,74**	**781,18**
На ночь	Йогурт 3,2% жирности	05.14	150/ /	7,50	4,80	5,25	102,00
			На ночь	**7,50**	**4,80**	**5,25**	**102,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	18,24	1,92	118,08	564,00
			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе				**126,47**	**144,14**	**428,46**	**3 537,63**
Химический состав в суточном наборе ТО				**120,61**	**129,50**	**405,78**	**3 271,11**
Пятница							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Каша гречневая (протертая)молочная жидкая	06Д.04	192/4 /4	7,60	7,22	31,25	221,03
Завтрак	Какао с молоком (с сахаром)	11.08.А	200/20 /	2,67	2,35	22,82	124,25
			Завтрак	**10,43**	**24,07**	**54,33**	**477,48**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**

Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17
Обед	Щи(протертое) из свежей капусты на мясном бульоне с мелкошинкованными овощами со сметаной	01.С2	330/ /	2,55	3,74	11,49	91,09
Обед	Плов из риса с отварным мясом (протертое)	02С.10А	240/ /	20,12	22,79	49,83	484,81
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**23,75**	**31,05**	**92,56**	**748,07**
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Запеканка (протертое) творожная с сахаром (1 вариант)	050.1	180/ /	27,17	23,10	28,05	432,94
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**27,97**	**23,70**	**58,63**	**568,85**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Ужин	Рыба (треска) припущенная (протертая)	03С.01П	115/ /	24,00	0,90	-	103,50
Ужин	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Ужин	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Ужин	**31,65**	**24,39**	**59,70**	**586,95**
На ночь	Йогурт 3,2% жирности	05.14	150/ /	7,50	4,80	5,25	102,00
			На ночь	**7,50**	**4,80**	**5,25**	**102,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	18,24	1,92	118,08	564,00
			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе				**122,80**	**113,07**	**431,07**	**3 265,35**
Химический состав в суточном наборе ТО				**117,13**	**104,14**	**405,43**	**3 027,51**
Суббота							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06С.10.Б	200	3,86	3,52	24,35	144,84
Завтрак	Чай с сахаром и лимоном	11.24.А	200/15 /10	0,09	0,01	15,27	63,25
			Завтрак	**11,07**	**26,88**	**39,88**	**449,49**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,85	0,95	39,90	182,40
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**6,10**	**4,09**	**82,42**	**399,50**
Обед	Салат "здоровье" (из отварных овощей)протертый	000.40.П	95 / /	1,72	0,12	7,81	39,56
Обед	Суп картофельный рыбный (протертый)	000.89П	300	18,28	7,65	21,32	227,08
Обед	Суфле из отварного мяса паровое (протертое)	02С.02П	95 / /	18,84	21,88	4,99	292,25
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Компот из свежих яблок (сахар10)	11Д.051	200/ /	0,24	0,24	15,86	68,10
			Обед	**44,62**	**35,62**	**87,70**	**852,24**
Полдник	Суфле творожное паровое	05Ч.04.Е	80	12,05	7,61	10,11	158,99
Полдник	Молоко кипячёное	05.12.А	180	5,22	5,76	8,46	105,84
			Полдник	**17,27**	**13,37**	**18,57**	**264,83**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Пюре куриное в бульоне со сливочным маслом	02С.24	65 /35 /	29,02	27,86	0,05	367,44
Ужин	Кабачки тушеные	07С.26	200	0,90	0,45	6,90	36,00
Ужин	Вермишель отварная	06.15.А	160	6,05	5,71	38,78	230,90
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91

На ночь	Йогурт 3,2% жирности	05.14	150/ /	36,13	48,52	55,97	806,45
			Ужин	7,50	4,80	5,25	102,00
На весь день	соль	01.05	8 / /	**7,50**	**4,80**	**5,25**	**102,00**
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	-	-	-	-
			На ночь	18,24	1,92	118,08	564,00
Химический состав в суточном наборе			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе ТО				**140,93**	**135,20**	**407,87**	**3 438,51**
Воскресенье				**134,76**	**124,79**	**387,91**	**3 213,77**
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сосиски	000.24	95 / /	11,00	23,90	0,40	261,00
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая с сахаром	06.14.А	200	6,39	7,82	29,71	214,40
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**18,94**	**47,76**	**52,59**	**716,20**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**
Обед	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Обед	Свекольник на мясном бульоне со сметаной	01С.121.П	350	2,26	5,15	11,84	103,26
Обед	Рагу (протертое) из овощей с отварным мясом	02С.11П	50 /180/	18,66	19,26	22,66	339,17
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**23,18**	**27,58**	**69,31**	**622,03**
Полдник	Пюре из кураги	11.14А	50 / /	1,30	0,08	17,74	77,95
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**6,60**	**5,05**	**69,14**	**355,11**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Суфле из отварной рыбы (минтай) паровое	03С.03П	90 / /	19,15	5,25	3,88	139,78
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)протертое	07.36.П	190/ /	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Ужин	**27,93**	**30,73**	**41,12**	**555,06**
На ночь	Йогурт 3,2% жирности	05.14	150/ /	7,50	4,80	5,25	102,00
			На ночь	**7,50**	**4,80**	**5,25**	**102,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	18,24	1,92	118,08	564,00
			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе				**105,65**	**120,98**	**398,01**	**3 132,40**
Химический состав в суточном наборе ТО				**101,01**	**111,10**	**375,35**	**2 905,36**
Понедельник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06С.10.Б	200	3,86	3,52	24,35	144,84
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	000.49	200	4,12	3,95	26,43	154,25
			Завтрак	**15,10**	**30,82**	**51,04**	**540,49**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,85	0,95	39,90	182,40
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**6,10**	**4,09**	**82,42**	**399,50**

Обед	Салат из свеклы, яблок, чернослива с растительным маслом (протертый)	08С.06А.П	65	1,09	5,16	10,99	95,74
Обед	Суп (протертый) из сборных мелко шинкованных овощей вегетарианский	01С.06П	350	2,14	7,71	10,04	118,91
Обед	Пюре из отварного мяса в бульоне	02Д.01	70 /35 /	21,02	18,08	-	246,34
Обед	Вермишель отварная	06.15.А	160	6,05	5,71	38,78	230,90
Обед	Компот из смеси сухофруктов (сахар 10)	11С.06.1	200	0,75	-	21,32	87,90
			Обед	**31,05**	**36,66**	**81,13**	**779,79**
Полдник	Запеканка (протертое) творожная с сахаром (1 вариант)	050.1	180/ /	27,17	23,10	28,05	432,94
Полдник	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Полдник	**27,17**	**23,10**	**48,01**	**512,75**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Ужин	Суфле из отварной рыбы (минтай) паровое	03С.03П	90 / /	19,15	5,25	3,88	139,78
Ужин	Пюре из цветной капусты	07С.21	200	3,33	6,39	5,59	93,84
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**23,74**	**24,10**	**45,23**	**495,52**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	18,24	1,92	118,08	564,00
			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе				**127,20**	**125,69**	**433,91**	**3 410,05**
Химический состав в суточном наборе ТО				**121,75**	**115,58**	**411,84**	**3 174,55**
Вторник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	06С.04	192/4 /4	7,60	7,22	30,25	217,04
Завтрак	Чай с сахаром	11Ч.09	200/15 /	-	-	14,97	59,86
			Завтрак	**7,68**	**14,47**	**45,35**	**343,00**
Завтрак второй	Пюре яблочное	10.09.А	190/ /	0,80	0,80	19,60	94,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**4,06**	**3,94**	**62,12**	**312,00**
Обед	Зеленый горошек(консервированный) с растительным маслом (протертый)	08С.16П	64	1,98	6,12	4,16	79,54
Обед	Суп картофельный рыбный (протертый)	000.89П	300	18,28	7,65	21,32	227,08
Обед	Суфле из отварного мяса паровое (протертое)	02С.02П	95 / /	18,84	21,88	4,99	292,25
Обед	Картофельное пюре с морковью	000.181	255	5,28	9,08	34,40	241,65
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Обед	**45,06**	**45,01**	**89,50**	**957,17**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Джем абрикосовый (порционно)	12Ч.10	20	0,08	-	13,00	50,00
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
			Полдник	**10,09**	**10,45**	**42,75**	**305,25**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10

Ужин	Икра свекольная	08Ч.09.Б	115/ /	1,70	5,11	9,94	92,41
Ужин	Пюре из отварного мяса в бульоне	02Ч.01	60 /25 /	18,04	15,52	-	211,46
Ужин	Пюре из кабачков	07С.27	200	1,50	5,82	11,01	103,27
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**26,40**	**38,30**	**31,34**	**575,95**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	18,24	1,92	118,08	564,00
			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе				**117,33**	**119,09**	**397,14**	**3 175,37**
Химический состав в суточном наборе ТО				**112,22**	**108,45**	**376,75**	**2 931,92**
Среда 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша рисовая молочная вязкая с сахаром со сл маслом	06.24.Г	200/5 /	5,04	7,13	31,96	211,70
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	000.49	200	4,12	3,95	26,43	154,25
			Завтрак	**16,28**	**34,43**	**58,65**	**607,35**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,25**	**3,14**	**42,52**	**217,10**
Обед	Суп (протертый) на курином бульоне с вермишелью(протертый)	01С.07П	350/ /	4,08	0,52	27,16	130,17
Обед	Пюре куриное в бульоне со сливочным маслом	02Д.24	70 /35 /	30,89	29,47	0,05	389,44
Обед	Овощи(протертые)в молочном соусе	07С.04В	240/ /	6,79	7,63	29,45	215,62
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**42,00**	**37,86**	**82,50**	**843,23**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**5,30**	**4,97**	**51,40**	**277,16**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Ужин	Рыба (протертая),тушеная в томате с овощами	519.П	140/ /	26,06	15,27	8,10	274,26
Ужин	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Ужин	**34,38**	**31,47**	**79,55**	**753,86**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	18,24	1,92	118,08	564,00
			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе				**125,25**	**118,79**	**440,70**	**3 380,70**
Химический состав в суточном наборе ТО				**119,74**	**109,39**	**414,43**	**3 121,17**
Четверг 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Запеканка (протертое) творожная с сахаром (1 вариант)	050.1	180/ /	27,17	23,10	28,05	432,94

Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,33**	**37,60**	**38,29**	**605,05**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,85	0,95	39,90	182,40
			Завтрак второй	**2,85**	**0,95**	**39,90**	**182,40**
Обед	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Обед	Борщ(протертый)с картофелем с капустой вегетарианский со сметаной	01С.01П	350	2,61	8,75	17,51	159,93
Обед	Пудинг из говядины с овощами (протертое)	02Г.19	100	13,43	13,92	9,68	218,13
Обед	Сложный овощной гарнир (картофельное пюре, зеленый горошек)	07.38.А	100/50 /5	3,83	6,07	18,04	142,45
Обед	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Обед	**22,89**	**31,88**	**74,40**	**684,11**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06С.10.Б	200	3,86	3,52	24,35	144,84
Полдник	Джем абрикосовый (порционно)	12Ч.10	20	0,08	-	13,00	50,00
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
			Полдник	**9,46**	**9,60**	**65,16**	**384,34**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Голубцы с мясом , рисом.(протертое)	282.П	230/ /	20,08	24,57	20,91	387,37
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Ужин	**25,92**	**36,70**	**45,95**	**632,92**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Д.03.Б	215/ /	15,58	1,64	100,86	481,75
			На весь день	**15,58**	**1,64**	**100,86**	**481,75**
Химический состав в суточном наборе				**109,83**	**123,37**	**372,56**	**3 088,57**
Химический состав в суточном наборе ТО				**104,71**	**112,08**	**353,62**	**2 842,11**
Пятница 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая с сахаром	06С.11.Б	200	4,42	4,98	21,88	150,16
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**5,97**	**21,02**	**44,36**	**390,96**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**4,05**	**3,74**	**63,12**	**313,10**
Обед	Суп рисовый с овощами вегетарианский со сметаной	01С.13	350/8 /	2,44	4,12	19,00	123,87
Обед	Пюре куриное в бульоне со сливочным маслом	02Д.24	70 /35 /	30,89	29,47	0,05	389,44
Обед	Свекольное пюре	07.17.А	165	2,59	5,17	14,93	116,54
Обед	Картофельное пюре с морковью	000.181	255	5,28	9,08	34,40	241,65
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**41,44**	**48,08**	**94,22**	**979,50**
Полдник	Суфле творожное паровое (со сметаной)	05.01.А	70 /10	11,84	8,36	8,32	155,04
Полдник	Молоко кипячёное	05.12.А	180	5,22	5,76	8,46	105,84
			Полдник	**17,06**	**14,12**	**16,78**	**260,88**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20

Ужин	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Ужин	Рагу из овощей с отварным мясом (растительное масло)	02.37	240/ /	19,10	18,55	25,77	347,29
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Ужин	**26,36**	**40,59**	**55,24**	**693,70**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	18,24	1,92	118,08	564,00
			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе				**118,92**	**134,47**	**399,80**	**3 320,14**
Химический состав в суточном наборе ТО				**113,38**	**123,00**	**377,22**	**3 069,37**
Суббота 2							
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Д.02	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Завтрак	Сосиски	000.24	95 / /	11,00	23,90	0,40	261,00
Завтрак	Яичная кашка	49	105/ /	11,08	14,52	2,05	183,26
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**29,16**	**58,15**	**12,63**	**692,52**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**
Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17
Обед	Свекольник (протертый)вегетарианский со сметаной	01С.12А.П	350/ /	3,01	6,86	23,63	168,65
Обед	Плов из риса с отварным мясом (протертое)	02С.10А	240/ /	20,12	22,79	49,83	484,81
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**24,21**	**34,17**	**104,70**	**825,63**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Фрукты свежие (виноград)протертое	000.91П	200/ /	1,23	1,23	31,57	147,60
Полдник	Отвар шиповника с сахаром	11Г.14.Б	200	0,68	0,28	19,64	96,70
			Полдник	**6,41**	**5,88**	**72,03**	**385,55**
Ужин	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Ужин	Рыба (треска)протертое запеченная в молочном соусе с яйцом	000.216.П	130/ /	22,80	7,17	6,02	179,63
Ужин	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Ужин	Кисель из сухофруктов	000.75	200	0,56	0,03	35,98	148,14
			Ужин	**30,92**	**15,87**	**88,69**	**624,62**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	18,24	1,92	118,08	564,00
			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе				**118,00**	**124,13**	**446,65**	**3 428,32**
Химический состав в суточном наборе ТО				**113,00**	**112,93**	**422,67**	**3 159,06**
Воскресенье 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Запеканка (протертое) творожная с сахаром (1 вариант)	050.1	180/ /	27,17	23,10	28,05	432,94
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,33**	**37,60**	**38,29**	**605,05**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00

Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**
Обед	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Обед	Суп картофельный с горохом(протертый)	01Ч.16П	200/ /	4,46	3,45	17,00	117,00
Обед	Котлеты мясные паровые (протертое)	02С.08П	100/ /	15,16	14,88	8,91	230,06
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11С.06	200	0,75	-	31,30	127,80
			Обед	**27,93**	**27,00**	**103,90**	**771,71**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06С.10.Б	200	3,86	3,52	24,35	144,84
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
			Полдник	**10,17**	**10,20**	**53,88**	**354,84**
Ужин	кукуруза консервированая	08.17.П	/ 70/	1,74	2,96	12,48	75,13
Ужин	Печень по-строгановски (протертое)	02.32	90 / /	13,77	12,78	7,37	200,58
Ужин	Каша гречневая жидкая протертая на воде со сливочным маслом	06.10.Д	150/5	4,07	4,69	18,34	131,61
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**19,71**	**20,55**	**67,35**	**526,26**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	18,24	1,92	118,08	564,00
			На весь день	**18,24**	**1,92**	**118,08**	**564,00**
Химический состав в суточном наборе				**112,44**	**105,41**	**432,02**	**3 157,86**
Химический состав в суточном наборе ТО				**107,61**	**96,41**	**407,32**	**2 927,46**
Среднесуточный набор за неделю				**120,95**	**119,80**	**413,73**	**3 253,03**
Среднесуточный набор за неделю с учетом ТО				**115,58**	**109,49**	**391,01**	**3 011,77**

Диетсестра _____ (подпись) _____ (расшифровка подписи)

Зав. производством _____ (подпись) - (расшифровка подписи)

Бухгалтер _____ (подпись) Чеканова В.В. (расшифровка подписи)

ЛОГБУ "ЛО МРЦ"

УТВЕРЖДАЮ
Директор Грищенко И.В.
"___" _____ 2022 г.

ЧЕТЫРНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
Основной вариант диеты протертое дети 7-11лет

День недели \ Прием пищи	Наименование блюда	№ карточки - раскладки	Вес, г	Белки	Жиры	Углев.	Калории
Понедельник							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр	000.47	20	4,64	5,90	-	72,80
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая с сахаром	06.14.А	200	6,39	7,82	29,71	214,40
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	11Д.13	200/15 /	4,12	3,95	21,44	134,30
			Завтрак	**15,31**	**32,17**	**51,41**	**553,70**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**
Обед	Икра свекольная	08Ч.09.Б	115/ /	1,70	5,11	9,94	92,41
Обед	Суп(протертый) картофельный с макаронными изделиями	01Ч.15	200/ /	2,24	1,81	16,26	90,53
Обед	Пюре из отварного мяса в бульоне	02Д.01	70 /35 /	21,02	18,08	-	246,34
Обед	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста тушеная)без томата	07С.06П	209/ /	4,34	7,54	23,21	179,62
Обед	Компот из свежих яблок	11С.05В	200/ /	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**29,54**	**32,78**	**75,25**	**716,90**
Полдник	Пюре яблочное	10.09.А	190/ /	0,80	0,80	19,60	94,00
Полдник	Пудинг (протертый)творожный запеченный со сметаной	05.16А	150/ /	20,79	16,53	21,14	320,40
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
			Полдник	**27,11**	**23,41**	**68,55**	**603,90**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Рыба (треска) отварная(протертая) (с маслом)	03.01.А	100/ /	20,80	5,77	-	134,70
Ужин	Каша рисовая жидкая протертая на воде со сливочным маслом (без сахара)	06.05.Г	150/5	1,79	3,88	18,57	116,30
Ужин	Кабачки припущенные с овощами (протертое)	022.7П	130/ /	1,40	5,44	9,39	93,37
Ужин	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Ужин	**24,15**	**29,59**	**48,18**	**556,38**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**128,37**	**129,49**	**415,91**	**3 372,38**
Химический состав в суточном наборе ТО				**122,56**	**118,79**	**392,24**	**3 128,34**
Вторник							
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая с сахаром	06С.11.Б	200	4,42	4,98	21,88	150,16

Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**5,81**	**6,52**	**44,10**	**258,76**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**
Обед	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Обед	Суп картофельный (протертый)с фасолью со сметаной на мясном бульоне	00.29Д.П	190	4,42	2,10	15,37	99,44
Обед	Рагу (протертое) из овощей с отварным мясом	02С.11П	50 /180/	18,66	19,26	22,66	339,17
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Обед	**24,81**	**26,73**	**69,13**	**632,12**
Полдник	Суфле(протертое) творожное паровое	05Д.04	80	12,05	7,46	10,24	155,16
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Молоко кипячёное	05.12.А	180	5,22	5,76	8,46	105,84
			Полдник	**18,07**	**13,82**	**39,30**	**357,00**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Икра свекольная	08С.09	70	1,54	5,17	8,47	87,98
Ужин	Пюре из отварного мяса в бульоне	02Г.01	55 /25 /	16,74	14,40	-	196,20
Ужин	Каша гречневая жидкая протертая на воде со сливочным маслом	06.10.Д	150/5	4,07	4,69	18,34	131,61
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**27,59**	**43,36**	**37,33**	**650,70**
На ночь	Йогурт 3,2% жирности	05.14	150/ /	7,50	4,80	5,25	102,00
			На ночь	**7,50**	**4,80**	**5,25**	**102,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.А	200/ /	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**102,24**	**99,97**	**336,03**	**2 688,58**
Химический состав в суточном наборе ТО				**97,61**	**90,83**	**317,15**	**2 476,53**
Среда							
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Запеканка (протертое) творожная с сахаром (1 вариант)	050.1	180/ /	27,17	23,10	28,05	432,94
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	11Д.13	200/15 /	4,12	3,95	21,44	134,30
			Завтрак	**38,25**	**35,90**	**49,49**	**676,44**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,25**	**3,14**	**42,52**	**217,10**
Обед	Икра свекольная	08С.09	70	1,54	5,17	8,47	87,98
Обед	Рассольник(протертое) ленинградский со сметаной	01Ч.03П	200/ /	1,51	1,00	9,88	55,07
Обед	Суфле из отварной печени паровое(протертое)	269.П	90 / /	17,22	9,69	9,07	193,13
Обед	Пюре картофельное с морковью	07С.15	200	4,14	7,21	27,12	190,87
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05В	200/ /	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**24,65**	**23,31**	**80,38**	**635,05**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Полдник	**6,34**	**5,03**	**61,60**	**323,55**
Ужин	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60

Ужин	Суфле из отварной рыбы (минтай) паровое(протертое)	03Ч.03П	60	13,08	3,29	2,58	92,63
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)протертое	07.36.П	190/ /	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**17,60**	**12,55**	**38,05**	**338,12**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.А	200/ /	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**115,29**	**87,93**	**377,44**	**2 796,26**
Химический состав в суточном наборе ТО				**110,44**	**79,75**	**354,97**	**2 579,40**
Четверг							
Завтрак	Сосиски	000.24	95 / /	11,00	23,90	0,40	261,00
Завтрак	Яичная кашка	49	105/ /	11,08	14,52	2,05	183,26
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**23,47**	**39,96**	**24,67**	**552,86**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,36	0,79	32,97	150,72
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,36**	**0,99**	**53,17**	**242,72**
Обед	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Обед	Борщ(протертый) с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	01Ч.01А	200/ /	1,45	4,90	9,91	88,41
Обед	Пюре куриное в бульоне со сливочным маслом	02Г.24	50 /25 /	24,14	22,95	0,04	303,63
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11С.06С	200/ /	0,75	-	31,30	127,80
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	9,90	1,80	50,10	261,00
			Обед	**41,72**	**40,73**	**128,11**	**1 051,05**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Джем абрикосовый (порционно)	12Ч.10	20	0,08	-	13,00	50,00
Полдник	Молоко кипяченое	05Г.05	150	4,15	4,58	6,72	85,80
			Полдник	**8,73**	**8,95**	**40,54**	**277,05**
Ужин	Икра свекольная	08Г.09.Б	105	1,53	5,10	8,98	87,79
Ужин	Фрикадельки мясные паровые (протертое)	02Д.05П	85	15,13	12,26	6,40	196,23
Ужин	Вермишель отварная с тертым сыром	06Д.09	100	3,32	2,57	21,19	121,23
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**20,11**	**20,05**	**65,73**	**524,19**
На ночь	Йогурт 3,2% жирности	05.14	150/ /	7,50	4,80	5,25	102,00
			На ночь	**7,50**	**4,80**	**5,25**	**102,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.03	200	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**120,09**	**117,08**	**415,87**	**3 219,87**
Химический состав в суточном наборе ТО				**114,99**	**104,11**	**396,42**	**2 982,60**
Пятница							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Каша гречневая (протертая)молочная жидкая	06Д.04	192/4 /4	7,60	7,22	31,25	221,03
Завтрак	Какао с молоком (с сахаром)	11.08.А	200/20 /	2,67	2,35	22,82	124,25
			Завтрак	**10,43**	**24,07**	**54,33**	**477,48**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**

Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17
Обед	Щи(протертые) из свежей капусты на мясном бульоне с мелкошинкованными овощами со сметаной	01.02.П	200/ /	1,39	1,34	6,25	43,18
Обед	Плов из риса с отварным мясом (протертое)	02С.10А	240/ /	20,12	22,79	49,83	484,81
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**22,59**	**28,65**	**87,32**	**700,16**
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Пудинг (протертый)творожный запеченный со сметаной	05.16А	150/ /	20,79	16,53	21,14	320,40
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**21,59**	**17,13**	**51,72**	**456,31**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Ужин	Рыба (треска) отварная с овощами протертое	03.03А.П	100	16,27	10,64	9,31	198,64
Ужин	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Ужин	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Ужин	**23,92**	**34,13**	**69,01**	**682,09**
На ночь	Йогурт 3,2% жирности	05.14	150/ /	7,50	4,80	5,25	102,00
			На ночь	**7,50**	**4,80**	**5,25**	**102,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.03	200	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**104,49**	**113,53**	**408,55**	**3 106,04**
Химический состав в суточном наборе ТО				**99,74**	**104,50**	**383,17**	**2 872,14**
Суббота							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06Ч.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Завтрак	Чай с сахаром и лимоном	11.24.А	200/15 /10	0,09	0,01	15,27	63,25
			Завтрак	**11,71**	**27,73**	**36,35**	**445,90**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,36	0,79	32,97	150,72
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**5,61**	**3,93**	**75,49**	**367,82**
Обед	Салат "здоровье" (из отварных овощей)протертый	000.40.П	95 / /	1,72	0,12	7,81	39,56
Обед	Суп картофельный рыбный (протертый)	000.89П	250	12,38	2,62	17,88	144,69
Обед	Суфле из отварного мяса паровое (протертое)	02С.02П	95 / /	18,84	21,88	4,99	292,25
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Компот из свежих яблок (сахар10)	11Д.051	200/ /	0,24	0,24	15,86	68,10
			Обед	**37,61**	**30,85**	**76,83**	**737,95**
Полдник	Суфле творожное паровое	05Ч.04.Е	80	12,05	7,61	10,11	158,99
Полдник	Молоко кипячёное	05.12.А	180	5,22	5,76	8,46	105,84
			Полдник	**17,27**	**13,37**	**18,57**	**264,83**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Пюре куриное в бульоне со сливочным маслом	02Г.24	50 /25 /	24,14	22,95	0,04	303,63
Ужин	Вермишель отварная с тертым сыром	06Д.09	100	3,32	2,57	21,19	121,23
Ужин	Кабачки припущенные с овощами (протертое)	022.7П	130/ /	1,40	5,44	9,39	93,37

Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**29,02**	**45,46**	**40,86**	**690,34**
На ночь	Йогурт 3,2% жирности	05.14	150/ /	7,50	4,80	5,25	102,00
			На ночь	**7,50**	**4,80**	**5,25**	**102,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.03	200	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**123,92**	**127,74**	**351,75**	**3 078,84**
Химический состав в суточном наборе ТО				**118,56**	**118,17**	**334,44**	**2 875,49**
Воскресенье							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сосиски	000.24	95 / /	11,00	23,90	0,40	261,00
Завтрак	Каша пшенная молочная жидкая	06Ч.01	144/3 /3	5,39	5,38	25,61	172,98
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**17,94**	**45,32**	**48,49**	**674,78**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**
Обед	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Обед	Свекольник (протертый) вегетарианский со сметаной	01Ч.12А.П	200	1,79	4,03	13,49	97,53
Обед	Рагу (протертое) из овощей с отварным мясом	02С.11П	50 /180/	18,66	19,26	22,66	339,17
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	9,90	1,80	50,10	268,00
			Обед	**31,64**	**30,42**	**118,56**	**889,56**
Полдник	Пюре из кураги	11.14А	50 / /	1,30	0,08	17,74	77,95
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**6,60**	**5,05**	**69,14**	**355,11**
Ужин	Суфле из отварной рыбы (минтай) паровое(протертое)	03Ч.03П	60	13,08	3,29	2,58	92,63
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)протертое	07.36.П	190/ /	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Ужин	**21,70**	**14,27**	**39,56**	**375,71**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.03	200	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**106,34**	**106,20**	**423,67**	**3 119,16**
Химический состав в суточном наборе ТО				**102,21**	**96,72**	**401,57**	**2 885,62**
Понедельник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	000.49	200	4,12	3,95	26,43	154,25
			Завтрак	**15,74**	**31,67**	**47,51**	**536,90**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,85	0,95	39,90	182,40
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**6,10**	**4,09**	**82,42**	**399,50**

Обед	Салат из свеклы, яблок, чернослива с растительным маслом (протертый)	08С.06А.П	65	1,09	5,16	10,99	95,74
Обед	Суп из сборных овощей (протертый)с мелкошинкованными овощами вегетарианский (со сметаной)	01Ч.06П	200/ /	1,27	2,39	5,73	49,86
Обед	Пюре из отварного мяса в бульоне	02Д.01	70 /35 /	21,02	18,08	-	246,34
Обед	Вермишель отварная с тертым сыром	06Д.09	100	3,32	2,57	21,19	121,23
Обед	Компот из смеси сухофруктов (сахар 10)	11С.06.1	200	0,75	-	21,32	87,90
			Обед	**27,45**	**28,20**	**59,23**	**601,07**
Полдник	Суфле(протертое) творожное паровое	05Д.04	80	12,05	7,46	10,24	155,16
Полдник	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Полдник	**12,05**	**7,46**	**30,20**	**234,97**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Ужин	Суфле из отварной рыбы (минтай) паровое(протертое)	03Ч.03П	60	13,08	3,29	2,58	92,63
Ужин	Пюре из цветной капусты	07С.21	200	3,33	6,39	5,59	93,84
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**17,67**	**22,14**	**43,93**	**448,37**
На ночь	Кефир 3,2% жирности	05С.06	170/ /	4,93	4,25	6,80	100,30
			На ночь	**4,93**	**4,25**	**6,80**	**100,30**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.03	200	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**99,14**	**99,41**	**368,49**	**2 791,11**
Химический состав в суточном наборе ТО				**95,14**	**92,32**	**350,43**	**2 613,13**
Вторник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Каша гречневая (протертая)молочная жидкая	06Д.04	192/4 /4	7,60	7,22	31,25	221,03
Завтрак	Чай с сахаром	11Ч.09	200/15 /	-	-	14,97	59,86
			Завтрак	**7,68**	**14,47**	**46,35**	**346,99**
Завтрак второй	Пюре яблочное	10.09.А	190/ /	0,80	0,80	19,60	94,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**4,06**	**3,94**	**62,12**	**312,00**
Обед	Зеленый горошек(консервированный) с растительным маслом (протертый)	08С.16П	64	1,98	6,12	4,16	79,54
Обед	Суп картофельный рыбный (протертый)	000.89П	250	12,38	2,62	17,88	144,69
Обед	Суфле из отварного мяса паровое (протертое)	02С.02П	95 / /	18,84	21,88	4,99	292,25
Обед	Пюре картофельное с морковью	07С.15	200	4,14	7,21	27,12	190,87
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Обед	**38,02**	**38,10**	**78,78**	**824,00**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Джем абрикосовый (порционно)	12Ч.10	20	0,08	-	13,00	50,00
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
			Полдник	**10,09**	**10,45**	**42,75**	**305,25**

Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Икра свекольная	08Г.09.Б	105	1,53	5,10	8,98	87,79
Ужин	Пюре из отварного мяса в бульоне	02Ч.01	60 /25 /	18,04	15,52	-	211,46
Ужин	Пюре из кабачков	07С.27	200	1,50	5,82	11,01	103,27
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**26,23**	**38,29**	**30,38**	**571,33**
На ночь	Кефир 3,2% жирности	05С.06	170/ /	4,93	4,25	6,80	100,30
			На ночь	**4,93**	**4,25**	**6,80**	**100,30**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.03	200	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**106,21**	**111,10**	**365,58**	**2 929,87**
Химический состав в суточном наборе ТО				**101,53**	**101,30**	**346,16**	**2 702,41**
Среда 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша рисовая молочная жидкая	06Г.03	150	3,88	4,23	22,07	142,46
Завтрак	Какао с молоком и сахаром	000.49	200	4,12	3,95	26,43	154,25
			Завтрак	**15,12**	**31,53**	**48,76**	**538,11**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,25**	**3,14**	**42,52**	**217,10**
Обед	Суп (протертый) на курином бульоне с вермишелью	01Ч.07П	200	2,32	0,31	15,43	73,96
Обед	Пюре куриное в бульоне со сливочным маслом	02Г.24	50 /25 /	24,14	22,95	0,04	303,63
Обед	Овощи в молочном соусе(протертое)	07С.04В.П	240/ /	6,17	7,56	25,21	195,58
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**32,87**	**31,06**	**66,52**	**681,17**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**5,30**	**4,97**	**51,40**	**277,16**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Ужин	Рыба (треска) отварная(протертая) (с маслом)	03.01.А	100/ /	20,80	5,77	-	134,70
Ужин	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Ужин	**27,04**	**24,38**	**61,52**	**587,66**
На ночь	Кефир 3,2% жирности	05С.06	170/ /	4,93	4,25	6,80	100,30
			На ночь	**4,93**	**4,25**	**6,80**	**100,30**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.03	200	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**103,71**	**100,93**	**375,92**	**2 871,50**
Химический состав в суточном наборе ТО				**99,26**	**93,55**	**353,60**	**2 653,36**
Четверг 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20

Завтрак	Запеканка (протертое) творожная с сахаром (1 вариант)	050.1	180/ /	27,17	23,10	28,05	432,94
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,33**	**37,60**	**38,29**	**605,05**
Завтрак второй	Банан свежий	10Д.04	190/ /	2,85	0,95	39,90	182,40
			Завтрак второй	**2,85**	**0,95**	**39,90**	**182,40**
Обед	Пюре из моркови	08Д.19	100	2,02	2,94	8,97	71,60
Обед	Борщ (протертый)с картофелем с капустой вегетарианский со сметаной	01Ч.01П	200/ /	1,44	4,95	9,75	89,56
Обед	Пудинг из говядины с овощами (протертое)	02Г.19	100	13,43	13,92	9,68	218,13
Обед	Сложный овощной гарнир (картофельное пюре, зеленый горошек)	07.38.А	100/50 /5	3,83	6,07	18,04	142,45
Обед	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Обед	**21,72**	**28,08**	**66,64**	**613,74**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Ч.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Джем абрикосовый (порционно)	12Ч.10	20	0,08	-	13,00	50,00
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
			Полдник	**10,10**	**10,45**	**61,63**	**380,75**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Голубцы с мясом , рисом.(протертое)	282.П	230/ /	20,08	24,57	20,91	387,37
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Ужин	**25,92**	**36,70**	**45,95**	**632,92**
На ночь	Кефир 3,2% жирности	05С.06	170/ /	4,93	4,25	6,80	100,30
			На ночь	**4,93**	**4,25**	**6,80**	**100,30**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.03	200	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**108,05**	**119,63**	**357,61**	**2 985,16**
Химический состав в суточном наборе ТО				**102,96**	**108,70**	**339,69**	**2 748,89**
Пятница 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая	06Ч.17	150	4,92	5,46	18,97	145,24
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**6,47**	**21,50**	**41,45**	**386,04**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**4,05**	**3,74**	**63,12**	**313,10**
Обед	Икра свекольная	08Г.09.Б	105	1,53	5,10	8,98	87,79
Обед	Суп рисовый с овощами вегетарианский со сметаной	01Д.13П	240/ /	1,78	2,70	13,80	87,32
Обед	Пюре куриное в бульоне со сливочным маслом	02Г.24	50 /25 /	24,14	22,95	0,04	303,63
Обед	Пюре картофельное с морковью	07С.15	200	4,14	7,21	27,12	190,87
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**42,03**	**40,15**	**135,48**	**1 079,11**
Полдник	Суфле творожное паровое (со сметаной)	05.01.А	70 /10	11,84	8,36	8,32	155,04
Полдник	Молоко кипячёное	05.12.А	180	5,22	5,76	8,46	105,84

			Полдник	**17,06**	**14,12**	**16,78**	**260,88**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Икра свекольная	08С.09	70	1,54	5,17	8,47	87,98
Ужин	Рагу из овощей с отварным мясом (растительное масло)	02.37	240/ /	19,10	18,55	25,77	347,29
Ужин	Яйцо куриное вареное	04.01	40	5,08	4,60	0,28	62,80
Ужин	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Ужин	**25,88**	**42,82**	**54,74**	**710,08**
На ночь	Кефир 3,2% жирности	05С.06	170/ /	4,93	4,25	6,80	100,30
			На ночь	**4,93**	**4,25**	**6,80**	**100,30**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.03	200	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**115,62**	**128,18**	**416,77**	**3 319,51**
Химический состав в суточном наборе ТО				**110,65**	**117,57**	**396,16**	**3 085,35**
Суббота 2							
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Д.02	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Завтрак	Сосиски	000.24	95 / /	11,00	23,90	0,40	261,00
Завтрак	Яичная кашка	49	105/ /	11,08	14,52	2,05	183,26
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**29,16**	**58,15**	**12,63**	**692,52**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**
Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17
Обед	Свекольник (протертый) вегетарианский со сметаной	01Ч.12А.П	200	1,79	4,03	13,49	97,53
Обед	Плов из риса с отварным мясом (протертое)	02С.10А	240/ /	20,12	22,79	49,83	484,81
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
			Обед	**22,99**	**31,34**	**94,56**	**754,51**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Г.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Отвар шиповника с сахаром	11Г.14.Б	200	0,68	0,28	19,64	96,70
			Полдник	**5,18**	**4,65**	**40,46**	**237,95**
Ужин	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Ужин	Рыба (треска)протертое запеченная в молочном соусе с яйцом	000.216.П	130/ /	22,80	7,17	6,02	179,63
Ужин	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Ужин	Кисель из сухофруктов	000.75	200	0,56	0,03	35,98	148,14
			Ужин	**28,84**	**18,28**	**78,76**	**597,98**
На ночь	Кефир 3,2% жирности	05С.06	170/ /	4,93	4,25	6,80	100,30
			На ночь	**4,93**	**4,25**	**6,80**	**100,30**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.03	200	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**109,56**	**121,41**	**374,13**	**3 071,26**
Химический состав в суточном наборе ТО				**104,75**	**110,26**	**351,95**	**2 819,21**
Воскресенье 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Запеканка (протертое) творожная с сахаром (1 вариант)	050.1	180/ /	27,17	23,10	28,05	432,94
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,33**	**37,60**	**38,29**	**605,05**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00

Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,26	2,94	22,32	126,00
			Завтрак второй	**3,26**	**3,14**	**42,52**	**218,00**
Обед	Икра морковная (протертая)	08С.04А	70 / /	1,05	5,09	6,47	76,86
Обед	Суп картофельный с горохом(протертый)	01Ч.16П	200/ /	4,46	3,45	17,00	117,00
Обед	Котлеты мясные паровые (протертое)	02С.08П	100/ /	15,16	14,88	8,91	230,06
Обед	Пюре картофельное	07Д.03	200	4,43	5,99	30,29	193,35
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11С.06	200	0,75	-	31,30	127,80
			Обед	**25,85**	**29,41**	**93,97**	**745,07**
Полдник	Каша манная молочная жидкая	06Ч.16	150	4,50	4,37	20,82	141,25
Полдник	Пюре грушевое	10.09.Б	200/ /	0,80	0,60	20,60	96,00
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
			Полдник	**10,81**	**11,05**	**50,35**	**351,25**
Ужин	кукуруза консервированая	08.17.П	/ 70/	1,74	2,96	12,48	75,13
Ужин	Печень по-строгановски (протертое)	02.32	90 / /	13,77	12,78	7,37	200,58
Ужин	Каша гречневая жидкая протертая на воде со сливочным маслом	06.10.Д	150/5	4,07	4,69	18,34	131,61
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**19,71**	**20,55**	**67,35**	**526,26**
На ночь	Кефир 3,2% жирности	05С.06	170/ /	4,93	4,25	6,80	100,30
			На ночь	**4,93**	**4,25**	**6,80**	**100,30**
На весь день	соль	11.05С	6 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12С.03	200	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**107,09**	**107,60**	**397,68**	**3 015,93**
Химический состав в суточном наборе ТО				**102,35**	**98,21**	**374,19**	**2 790,08**
Среднесуточный набор за неделю				**110,72**	**112,16**	**384,67**	**3 026,10**
Среднесуточный набор за неделю с учетом ТО				**105,91**	**102,48**	**363,72**	**2 800,84**

Диетсестра _____ (подпись) Гуляева Т.Ю. (расшифровка подписи)

Зав. производством _____ (подпись) - (расшифровка подписи)

Бухгалтер _____ (подпись) Чеканова В.В. (расшифровка подписи)

ЛОГБУ "ЛО МРЦ"

УТВЕРЖДАЮ
Директор Грищенко И.В.
"20" 12 2022 г.

ЧЕТЫРНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
основной вариант диеты гипоаллергенная дети 11-17 лет

День недели \ Прием пищи	Наименование блюда	№ карточки - раскладки	Вес, г	Белки	Жиры	Углев.	Калории
Понедельник							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая с сахаром	06.14.А	200	6,39	7,82	29,71	214,40
Завтрак	Чай с сахаром	11Ч.09	200/15 /	-	-	14,97	59,86
			Завтрак	**6,55**	**22,32**	**44,94**	**406,46**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Винегрет(с соленым огурцом)	000.123.А	130/ /	1,76	8,23	10,95	125,80
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	01Д.15	250	2,82	2,63	20,42	116,93
Обед	Кнели мясные паровые	02С.17	100	20,03	23,03	5,96	311,14
Обед	Сложный овощной гарнир (картофель, капуста тушеная)	07С.06	110/110/	5,00	7,59	26,41	196,13
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**40,05**	**43,68**	**149,28**	**1 159,50**
Полдник	Пудинг творожный запеченный с сахаром	05.06.1	170/ /	23,84	14,35	21,78	315,14
Полдник	Яблоко свежее	10С.01	200	0,70	0,70	17,25	82,72
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
			Полдник	**30,06**	**21,13**	**66,84**	**587,36**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Фрикадельки мясные паровые	02Ч.05	70	11,73	9,52	4,92	152,12
Ужин	Рис отварной рассыпчатый со сливочным маслом	06Д.06А	150	3,80	4,88	39,70	217,98
Ужин	Кабачки припущенные с овощами	07.27	140	1,40	5,44	9,39	93,37
Ужин	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Ужин	**17,09**	**34,34**	**74,23**	**675,48**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Д.03.Б	215/ /	16,26	1,71	105,29	502,90
			На весь день	**16,26**	**1,71**	**105,29**	**502,90**
Химический состав в суточном наборе				**121,86**	**137,33**	**483,96**	**3 694,69**
Химический состав в суточном наборе ТО				**116,85**	**126,53**	**458,94**	**3 441,90**
Вторник							
Завтрак	Колбаса докторская отварная на бутерброд	02.28.1	35	4,48	7,77	0,53	89,95
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая с сахаром	06С.11.Б	200	4,42	4,98	21,88	150,16
Завтрак	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Завтрак	**8,90**	**12,75**	**42,37**	**319,92**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00

Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**
Обед	Салат из свежих помидор с ратительным маслом	000.58К	100/ /	1,10	5,20	3,80	68,95
Обед	Суп картофельный с фасолью со сметаной на мясном бульоне	000.29	300/10 /	7,04	5,77	23,70	177,54
Обед	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,16	17,16	26,03	335,82
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**38,18**	**30,36**	**137,86**	**1 000,46**
Полдник	Груша свежая	10Г.02.А	220	0,79	0,59	20,39	95,04
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Ватрушка с творогом и изюмом	09.08	130	15,87	12,70	50,69	378,38
			Полдник	**22,17**	**19,37**	**80,01**	**587,42**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Салат из свеклы и яблок с растительным маслом	08Д.08.А	60 /7 /	0,81	7,08	5,37	88,58
Ужин	Азу	632	115	17,62	24,03	7,41	317,26
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	06Д.05.Б	200	11,55	10,25	52,09	346,38
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**30,14**	**55,86**	**75,11**	**924,33**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**130,83**	**127,77**	**508,87**	**3 754,21**
Химический состав в суточном наборе ТО				**125,87**	**116,95**	**485,24**	**3 497,00**
Среда							
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Завтрак	Чай с сахаром	11Ч.09	200/15 /	-	-	14,97	59,86
			Завтрак	**34,05**	**24,70**	**42,89**	**535,90**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,25**	**3,14**	**42,52**	**217,10**
Обед	Салат из свеклы с растительным маслом	08С.07	70	0,99	5,07	5,81	72,67
Обед	Рассольник ленинградский со сметаной	000.66	300/10 /	3,67	4,73	25,28	159,33
Обед	Суфле из отварной печени паровое	269	90 /5 /	17,22	9,69	9,07	193,13
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**37,86**	**27,41**	**163,42**	**1 059,88**
Полдник	Груша свежая	10Г.02.А	220	0,79	0,59	20,39	95,04
Полдник	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
Полдник	Булочка печеная	09С.04	100	7,00	6,50	44,50	264,88
			Полдник	**8,83**	**7,15**	**85,07**	**446,22**
Ужин	Салат из моркови, яблок с маслом растительным	08.13	115/5 /	1,40	5,20	9,65	90,95
Ужин	Тефтели мясные паровые	02Д.07	90 / /	13,07	12,42	8,40	197,67
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)	07.36.1	200	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91

			Ужин	**16,97**	**23,94**	**44,55**	**462,51**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Д.03.Б	215/ /	16,26	1,71	105,29	502,90
			На весь день	**16,26**	**1,71**	**105,29**	**502,90**
Химический состав в суточном наборе				**127,22**	**94,45**	**490,74**	**3 360,51**
Химический состав в суточном наборе ТО				**122,46**	**86,43**	**466,77**	**3 134,78**
Четверг							
Завтрак	Сосиски молочные отварные	02.42	100	11,44	24,86	0,42	271,44
Завтрак	Омлет натуральный запеченный	04С.02.Б	120/ /	11,08	14,52	2,05	183,26
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**23,91**	**40,92**	**24,69**	**563,30**
Завтрак второй	Банан свежий	10С.04	160/ /	1,44	0,48	20,16	92,16
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**2,44**	**0,68**	**40,36**	**184,16**
Обед	Салат из моркови, яблок с маслом растительным	08.13	115/5 /	1,40	10,19	9,65	135,90
Обед	Щи из свежей капусты на курином бульоне	000.97	300/10 /	2,37	3,94	11,43	91,54
Обед	Куры отварные	02С.14.2	130	29,92	25,76	-	352,00
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11С.06С	200/ /	0,75	-	31,30	127,80
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**50,18**	**47,57**	**149,80**	**1 233,99**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09Д.02	75	4,57	7,32	45,65	263,92
			Полдник	**10,08**	**13,40**	**54,58**	**377,92**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Д.02	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Тефтели мясные с рисом паровые с растительным маслом	02.14.А	110/5 /	15,21	17,57	7,40	248,34
Ужин	Макаронные изделия отварные	06Ч.08.Б	200/ /	7,64	5,25	48,73	272,88
Ужин	Свекла отварная с растительным маслом	07.15	150/10 /	2,30	10,14	13,46	154,16
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**25,40**	**43,96**	**98,95**	**893,47**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**141,01**	**154,93**	**498,37**	**3 976,34**
Химический состав в суточном наборе ТО				**135,41**	**140,90**	**474,10**	**3 706,10**
Пятница							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	06С.04	192/4 /4	7,60	7,22	30,25	217,04
Завтрак	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Завтрак	**7,76**	**21,72**	**50,47**	**429,05**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**
Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17

Обед	Щи из свежей капусты на мясном бульоне с мелкошинкованными овощами со сметаной	01С.02	350/8 /	2,52	1,76	11,26	72,49
Обед	Плов из риса с отварным мясом	02С.10.А	250	20,11	22,79	49,81	484,71
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**33,91**	**31,02**	**152,01**	**1 030,87**
Полдник	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Полдник	Фрукты свежие (мандарин)	10.03	150/ /	1,18	0,30	11,10	56,24
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Полдник	**28,27**	**16,15**	**49,00**	**462,99**
Ужин	Салат из белокочанной капусты и свеклы с растительным маслом	08.04.А	130/5 /	3,39	5,20	12,55	112,15
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Д.02	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Фрикадельки мясные паровые	02Ч.05	70	11,73	9,52	4,92	152,12
Ужин	Картофель запеченный в сметанном соусе	07Ч.05.А	180	3,76	11,38	25,50	220,35
Ужин	Компот из кураги (сахар 10гр)	11Д.07А	200/ /	1,04	0,06	20,18	86,30
			Ужин	**20,04**	**37,04**	**63,35**	**670,07**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**121,42**	**115,37**	**488,35**	**3 515,06**
Химический состав в суточном наборе ТО				**116,86**	**106,57**	**465,74**	**3 289,56**
Суббота							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06С.10.Б	200	3,86	3,52	24,35	144,84
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**10,98**	**26,87**	**34,59**	**426,15**
Завтрак второй	Печенье сахарное	12С.06.Б	30	2,25	2,94	22,32	125,10
Завтрак второй	Фрукты (бананы)	000.62	200	3,00	1,00	42,00	192,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**6,25**	**4,14**	**84,52**	**409,10**
Обед	Салат "здоровье" (из отварных овощей)	000.40	100	1,72	0,12	7,81	39,56
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	01С.15	350	3,94	3,53	28,50	161,95
Обед	Суфле из отварного мяса паровое	02С.02	100	18,84	21,88	4,99	292,25
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Компот из свежих яблок (сахар10)	11Д.051	200/ /	0,24	0,24	15,86	68,10
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**40,48**	**33,45**	**154,58**	**1 088,61**
Полдник	Молоко кипячёное	05.12.А	180	5,22	5,76	8,46	105,84
Полдник	Ватрушка с творогом и изюмом	09.08	130	15,72	12,66	50,58	377,08
			Полдник	**20,94**	**18,42**	**59,04**	**482,92**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Куры отварные	02С.14.2	130	29,92	25,76	-	352,00

Ужин	Макаронные изделия отварные	06Д.08.А	160	6,09	4,35	38,85	218,95
Ужин	Кабачки припущенные с овощами	07.27	140	1,40	5,44	9,39	93,37
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**37,49**	**42,80**	**58,35**	**770,33**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**145,14**	**134,08**	**521,09**	**3 900,61**
Химический состав в суточном наборе ТО				**139,53**	**123,38**	**497,09**	**3 656,87**
Воскресенье							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сосиски молочные отварные	02.42	100	11,44	24,86	0,42	271,44
Завтрак	Каша пшенная молочная вязкая с сахаром	06.14.А	200	6,39	7,82	29,71	214,40
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**19,38**	**48,72**	**52,61**	**726,64**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Салат из белокочанной капусты, моркови и яблок с растительным маслом (без соли)	08.03.Б	130/10	2,91	10,23	12,06	154,32
Обед	Щи из свежей капусты вегетарианские со сметаной	01С.02	350/8 /	2,60	6,84	11,46	119,22
Обед	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,17	18,52	26,15	348,79
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный II вариант	12.07.А	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**35,12**	**37,78**	**135,21**	**1 031,83**
Полдник	Апельсин свежий	10Д.03.В	230/ /	2,11	0,47	18,95	100,62
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
Полдник	Булочка с изюмом печеная	09.01	100	7,38	7,51	48,18	289,98
			Полдник	**9,49**	**7,98**	**77,11**	**430,50**
Ужин	Масло сливочное крестьянское	12.08.А	15	0,12	10,88	0,20	99,15
Ужин	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	080.7	105	0,98	5,15	3,26	64,72
Ужин	Фрикадельки мясные паровые	02Ч.05	70	11,73	9,52	4,92	152,12
Ужин	Рагу овощное тушеное (с кабачками)	07.36.1	200	2,50	6,32	16,52	133,98
Ужин	Компот из кураги	11Д.07С	200/ /	1,04	0,06	30,16	126,20
			Ужин	**16,37**	**31,93**	**55,06**	**576,17**
На ночь	Йогурт 2,5% жирности	05.16	200/ /	10,00	6,40	7,00	136,00
			На ночь	**10,00**	**6,40**	**7,00**	**136,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**111,22**	**142,55**	**486,37**	**3 715,64**
Химический состав в суточном наборе ТО				**107,32**	**132,54**	**464,25**	**3 479,15**
Понедельник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20

Завтрак	Каша манная молочная жидкая	06С.10.Б	200	3,86	3,52	24,35	144,84
Завтрак	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Завтрак	**10,90**	**19,62**	**44,44**	**399,95**
Завтрак второй	Фрукты (бананы)	000.62	200	3,00	1,00	42,00	192,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**4,00**	**1,20**	**62,20**	**284,00**
Обед	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	08.07	115/5	1,10	5,17	3,68	67,36
Обед	Суп из сборных мелко шинкованных овощей вегетарианский со сметаной	01Д.06	250/5 /	1,59	3,34	7,17	65,65
Обед	Котлеты мясные паровые	02.12.А	110/5 /	17,73	17,99	7,45	262,32
Обед	Макаронные изделия отварные	06Ч.08.Б	200/ /	7,64	5,25	48,73	272,88
Обед	Компот из смеси сухофруктов (сахар 10)	11С.06.1	200	0,75	-	21,32	87,90
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**39,01**	**33,70**	**148,05**	**1 057,61**
Полдник	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Полдник	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Полдник	**27,09**	**15,85**	**47,88**	**446,65**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Салат из белокочанной капусты, моркови и яблок с растительным маслом (без соли)	08.03.Б	130/10	2,91	10,23	12,06	154,32
Ужин	Суфле из отварного мяса паровое (с растительным маслом)	02.05.А	90 /5 /	19,00	21,26	5,00	287,31
Ужин	Капуста цветная запеченная	07Д.24	200	7,39	6,49	13,27	142,34
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**29,51**	**45,35**	**59,62**	**769,01**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**135,31**	**122,72**	**493,19**	**3 662,71**
Химический состав в суточном наборе ТО				**130,14**	**113,84**	**471,19**	**3 429,85**
Вторник 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Завтрак	Колбаса докторская отварная для завтрака	02.39	50	6,40	11,10	0,75	128,50
Завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	06С.04	192/4 /4	7,60	7,22	30,25	217,04
Завтрак	Чай с сахаром	11Ч.09	200/15 /	-	-	14,97	59,86
			Завтрак	**14,08**	**25,57**	**46,10**	**471,50**
Завтрак второй	Яблоко свежее	10С.01	200	0,70	0,70	17,25	82,72
Завтрак второй	Пряники	12.17	35	1,68	0,98	27,20	124,34
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**3,38**	**1,88**	**64,65**	**299,06**
Обед	Зеленый горошек(консервированный) с растительным маслом	08С.16	64 /6 /	1,98	6,12	4,16	79,54
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	01Д.15	250	2,82	2,63	20,42	116,93
Обед	Суфле из отварного мяса паровое	02С.02	100	18,83	23,15	4,97	303,62

Обед	Пюре картофельное с морковью	07С.15	200	4,14	7,21	27,12	190,87
Обед	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**38,65**	**41,34**	**141,00**	**1 109,11**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09С.02	100	6,12	7,84	59,56	329,70
			Полдник	**11,63**	**13,92**	**68,49**	**443,70**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Салат из белокочанной капусты и свеклы с растительным маслом (без соли)	08.04.Б	130/10 /	3,39	10,19	12,55	157,10
Ужин	Рулет мясной,фаршированный омлетом, паровой	02С.09	105	15,76	15,14	6,38	224,53
Ужин	Кабачки тушеные	07С.26	200	0,90	0,45	6,90	36,00
Ужин	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Ужин	**20,13**	**33,03**	**35,94**	**523,64**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**112,68**	**122,74**	**487,18**	**3 552,51**
Химический состав в суточном наборе ТО				**108,70**	**112,98**	**466,46**	**3 317,46**
Среда 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша рисовая молочная вязкая с сахаром со сл маслом	06.24.Г	200/5 /	5,04	7,13	31,96	211,70
Завтрак	Чай с сахаром	11Д.09.А	200/20 /	-	-	19,96	79,81
			Завтрак	**12,16**	**30,48**	**52,18**	**532,91**
Завтрак второй	Вафли (II вариант)	12С.07.А	25	0,85	7,55	16,18	135,00
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,85**	**7,75**	**36,38**	**227,00**
Обед	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	080.7	105	0,98	5,15	3,26	64,72
Обед	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	000.14	300	3,47	2,73	24,98	138,81
Обед	Куры отварные	02С.14.2	130	29,92	25,76	-	352,00
Обед	Овощи в молочном соусе	07С.04.В	250	6,80	7,53	25,69	199,58
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**51,61**	**43,36**	**139,47**	**1 164,61**
Полдник	Груша свежая	10Д.02.А	215/ /	0,86	0,65	22,25	103,68
Полдник	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
Полдник	Оладьи с повидлом	000.55	150/30 /	11,78	14,01	85,10	511,15
			Полдник	**12,64**	**14,66**	**117,33**	**654,74**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12Ч.02	10	0,08	7,25	0,13	66,10
Ужин	Салат из моркови с растительным маслом (без сахара)	09.44	125/10 /	1,63	10,12	8,63	133,65
Ужин	Мясо отварное (гов 1 кат)	02Ч.26	60 /25 /	18,06	17,70	0,04	231,29
Ужин	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Ужин	**25,99**	**41,08**	**71,15**	**772,94**

На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**129,05**	**144,33**	**547,51**	**4 057,69**
Химический состав в суточном наборе ТО				**124,10**	**134,57**	**519,96**	**3 787,34**
Четверг 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,25**	**30,35**	**38,16**	**538,95**
Завтрак второй	Фрукты (бананы)	000.62	200	3,00	1,00	42,00	192,00
			Завтрак второй	**3,00**	**1,00**	**42,00**	**192,00**
Обед	Зеленый горошек (консервированный) с растительным маслом	08Ч.16	46 /4 /	1,43	4,09	2,99	54,36
Обед	Суп из сборных мелко шинкованных овощей вегетарианский	01С.06.А	350	2,15	7,71	10,04	118,95
Обед	Котлеты мясные паровые	02.12.А	110/5 /	17,73	17,99	7,45	262,32
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**38,05**	**37,67**	**138,10**	**1 054,38**
Полдник	Кисель молочный	11Д.32	200/ /	5,52	6,08	27,81	189,50
Полдник	Пирожки с повидлом печеные	09С.02	100	6,12	7,84	59,56	329,70
			Полдник	**11,64**	**13,92**	**87,37**	**519,20**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Голубцы ленивые	54.3М	200/ /	17,96	17,39	14,10	285,88
Ужин	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
			Ужин	**18,80**	**32,17**	**38,99**	**534,73**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**123,55**	**122,11**	**475,62**	**3 544,76**
Химический состав в суточном наборе ТО				**118,43**	**112,13**	**453,80**	**3 298,14**
Пятница 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Колбаса докторская отварная для завтрака	02.39	50	6,40	11,10	0,75	128,50
Завтрак	Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» молочная жидкая с сахаром	06С.11.Б	200	4,42	4,98	21,88	150,16
Завтрак	Кофейный напиток с молоком	11.Ч12	200/ /	1,39	1,54	22,22	108,60
			Завтрак	**12,37**	**32,12**	**45,11**	**519,46**
Завтрак второй	Груша свежая	10Д.02.Б	200	0,72	0,54	18,54	86,40
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,72**	**0,74**	**38,74**	**178,40**
Обед	Суп рисовый с овощами вегетарианский со сметаной	01Д.13	250/5 /	1,78	2,70	13,80	87,32
Обед	Куры отварные	02С.14.2	130	29,92	25,76	-	352,00
Обед	Свекла отварная	07.14	150	2,30	0,15	13,46	64,26
Обед	Картофельное пюре с морковью	000.181	255	5,28	9,08	34,40	241,65

Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**49,72**	**39,88**	**147,20**	**1 154,73**
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Ватрушка с творогом и изюмом	09.08	130	15,72	12,66	50,58	377,08
			Полдник	**21,23**	**18,74**	**59,51**	**491,08**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Салат из помидоров и огурцов с растительным маслом	08.07	115/5	1,10	5,17	3,68	67,36
Ужин	Рагу из овощей с отварным мясом	02.35	200/50 /	19,16	17,16	26,03	335,82
Ужин	Чай с сахаром	11.19.А	200/ 15/	-	-	14,97	59,85
			Ужин	**20,42**	**36,83**	**44,94**	**595,23**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03	250/ /	19,00	2,00	123,00	587,50
			На весь день	**19,00**	**2,00**	**123,00**	**587,50**
Химический состав в суточном наборе				**130,26**	**135,31**	**466,50**	**3 644,40**
Химический состав в суточном наборе ТО				**125,00**	**125,04**	**444,53**	**3 403,54**
Суббота 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Сыр порциями	05.18.А	30	6,96	8,85	-	109,20
Завтрак	Каша из крупы «Геркулес» молочная вязкая со сл маслом	06.07	200/5	6,63	8,69	28,30	218,60
Завтрак	Чай с сахаром	11.19.А	200/ 15/	-	-	14,97	59,85
			Завтрак	**13,75**	**32,04**	**43,53**	**519,85**
Завтрак второй	Вафли	12Г.07	30 / /	0,84	0,99	23,19	106,20
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
			Завтрак второй	**1,84**	**1,19**	**43,39**	**198,20**
Обед	Икра из кабачков	08Ч.20	100/ /	0,84	4,28	5,40	64,17
Обед	Щи из свежей капусты вегетарианские (со сметаной)	01.18.А	250/5	2,60	4,25	11,79	97,10
Обед	Плов из риса с отварным мясом	02С.10	255	21,60	22,07	49,81	484,17
Обед	Компот из свежих яблок	11Д.05	200	0,24	0,24	25,84	108,00
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**35,48**	**32,79**	**152,54**	**1 054,94**
Полдник	Фрукты свежие (виноград)	000.91	220/ /	1,32	1,32	33,88	158,40
Полдник	Отвар шиповника с сахаром	11Ч.14.Б	200	0,68	0,28	24,63	116,65
Полдник	Булочка печеная	09С.04	100	6,85	6,47	44,39	263,58
			Полдник	**8,85**	**8,07**	**102,90**	**538,63**
Ужин	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Ужин	Огурцы соленые с растительным маслом	000.119	80 /5 /	0,64	5,08	1,36	55,35
Ужин	Суфле из отварного мяса паровое (с растительным маслом)	02.05.А	90 /5 /	19,00	21,26	5,00	287,31
Ужин	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Ужин	Кисель из сухофруктов	000.75	200	0,56	0,03	35,98	148,14
			Ужин	**25,90**	**46,60**	**80,32**	**848,25**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный (III вариант)	12Д.03.Б	215/ /	16,26	1,71	105,29	502,90
			На весь день	**16,26**	**1,71**	**105,29**	**502,90**
Химический состав в суточном наборе				**107,88**	**127,40**	**535,97**	**3 780,77**

Химический состав в суточном наборе ТО				**103,94**	**118,58**	**508,61**	**3 517,45**
Воскресенье 2							
Завтрак	Масло сливочное крестьянское (порциями)	12С.02	20	0,16	14,50	0,26	132,20
Завтрак	Запеканка творожная с сахаром (1 вариант)	05.01	180	27,09	15,85	27,92	366,84
Завтрак	Чай с сахаром	11.02.А	200/10	-	-	9,98	39,91
			Завтрак	**27,25**	**30,35**	**38,16**	**538,95**
Завтрак второй	Сок фруктовый	11С.01	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Завтрак второй	Пряник заварной	000.25	30	1,44	0,84	23,32	106,58
			Завтрак второй	**2,44**	**1,04**	**43,52**	**198,58**
Обед	Морковь свежая тертая	001.00	100	1,30	0,10	6,90	35,00
Обед	Суп картофельный с горохом	01Д.16	250	5,59	4,30	21,26	146,30
Обед	Котлеты мясные паровые	02.12.А	110/5 /	17,73	17,99	7,45	262,32
Обед	Картофельное пюре	07.04.Б	250	5,54	5,73	37,72	225,25
Обед	Компот из смеси сухофруктов	11С.06	200	0,75	-	31,30	127,80
Обед	Хлеб ржано пшеничный	12.06	150/ /	10,20	1,95	59,70	301,50
			Обед	**41,11**	**30,07**	**164,33**	**1 098,17**
Полдник	Груша свежая	10Г.02.Б	210/ /	0,83	0,62	21,42	99,84
Полдник	Молоко кипячёное	05С.05	200	5,51	6,08	8,93	114,00
Полдник	Пирожки с капустой печеные	09С.03	100	6,70	12,23	35,70	280,48
			Полдник	**13,04**	**18,93**	**66,05**	**494,32**
Ужин	кукуруза консервированая	08.17	70 / /	1,74	2,96	12,48	75,13
Ужин	Печень по-строгановски	02.32С	90	13,77	12,78	7,37	200,58
Ужин	Каша гречневая рассыпчатая	06Д.05	150	8,65	9,49	38,96	275,54
Ужин	Кисель из яблок	642	200/ /	0,13	0,12	29,16	118,94
			Ужин	**24,29**	**25,35**	**87,97**	**670,19**
На ночь	Кефир 2,5 % жирности	05Г.06.А	200/ /	5,80	5,00	8,00	118,00
			На ночь	**5,80**	**5,00**	**8,00**	**118,00**
На весь день	соль	01.05	8 / /	-	-	-	-
На весь день	Хлеб пшеничный	12.03.А	200/ /	15,20	1,60	98,40	470,00
			На весь день	**15,20**	**1,60**	**98,40**	**470,00**
Химический состав в суточном наборе				**129,13**	**112,34**	**506,43**	**3 588,21**
Химический состав в суточном наборе ТО				**123,81**	**102,54**	**481,28**	**3 343,21**
Среднесуточный набор за неделю				**126,18**	**128,10**	**499,30**	**3 696,29**
Среднесуточный набор за неделю с учетом ТО				**121,32**	**118,07**	**475,57**	**3 450,19**

Диетсестра _____ (подпись) Гулякина Т.Ю. (расшифровка подписи)

Зав. производством _____ (подпись) - (расшифровка подписи)

Бухгалтер _____ (подпись) Соколова Г.А. (расшифровка подписи)