

ПОНЕДЕЛЬНИК

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Сыр п/ твердый	15	3.480	4.430	3.980	54.0	№15 с6 2017г
Плов из птицы / филе/ 50/150	200	12	13.94	36.45	298.6	№291 с6 2017г
Овощи свежие	100	1.1	0.2	3.9	24.0	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0.05	0.015	13.5	54.0	№375/376 с6 2017г
Итого	550	21.13	19.74	81.330	547.5	
Комплекс: обед						
Прием пищи, наименование блюда						
Масса порции						
Пищевые вещества						
Энергети- ческая ценность (ккал)						
№ рецептуры						
Б Ж У						
Суп картофельный с горохом	250	5.49	5.26	16.54	148.25	№102 с6 2017г
Гуляш / говядина/ 50/50	100	10.550	16.8	2.890	221	№260 с6 2017г
Каша гречневая	180	10.3	7.3	46.37	292.6	№302 с6 2017г
Овощи свежие	100	0.8	0.1	2.6	13.2	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	1.5	0.5	21	103.1	№342 с6 2017г
Фрукты свежие	100	0.9	0.2	8.1	43.0	Таб. 24 с6.1994г.
Итого:	961	34.040	31.350	121.000	938.01	

ВТОРНИК

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Бутерброд с маслом сливочным	10/30	2.360	7.490	14.890	136.0	№1 с6 2017г
Каша молочная«Дружба» с сах.	200/10	6.08	11.18	33.48	260.0	№175с6 2017г.
Котлеты рублен. из птицы	100	15.36	9.5	16.15	262.0	№294 с6 2017г
Овощи свежие	100	1.1	0.2	3.8	24.0	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (какао с молоком или чай с сах)	180	3.88	3.2	20.18	118.6	№693 с6 2004г
Итого	655	33.28	32.72	112.00	917.5	
Комплекс: обед						
Борщ с капустой и картофелем	250	1.800	4.93	10.93	103.75	№82 с6 2017г.
Птица жаренная	100	20.2	19.97	0.6	280.0	№293 с6 2017г.
Макароны отварные	180	6.610	5.41	31.720	202.14	№202 с6. 2017 г.
Овощи свежие	100	0.8	0.1	2.6	13.2	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0.12	0.043	39.4	105.3	№631 с6.2004г.
Фрукты свежие	100	0.9	0.2	10.1	43.0	Таб. 24 с6.1994г.
Итого	960	34.930	31.803	118.850	864.29	

СРЕДА

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Сыр п/ твердый	15	3.480	4.430	3.980	54.0	№15 с6 2017г
Биточки / гов./	100	11.52	16.95	24.19	278.0	№268 с6 2017г.
Картофельное пюре	180	3.68	5.76	24.52	164.8	№312 с6 2017г.
Овощи свежие	100	0.8	0.1	2.6	13.2	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0.05	0.015	13.5	54.0	№375/376 с6 2017г.
Итого	625	24.03	23.98	88.31	626.9	

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Суп картофельный с лапшой	250	2.68	2.840	17.46	118.3	№112 с6 2017г.
Котлета панированная (филе)	100	20.6	22.4	10	327.00	№496 с6.2004г.
Рис отварной	180	3.65	5.37	36.68	251.6	№304 с6 2017г.
Овощи свежие	100	0.55	0.1	0.95	12.0	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	1.5	0.5	21	103.1	№342 с6 2017г.
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	Таб. 24 с6.1994г.
Итого	961	33.88	32.760	119.390	975.9	

ЧЕТВЕРГ

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Б-д с маслом слив.	10/30	2.360	7.49	14.890	136.0	№1 сб. 2017г.
Каша молочная гречневая с сах	200/10	9.01	5.74	45.03	269.0	№173 сб 2017г
Запеканка из творога с морковью.с соусом молочным	130/20	18.95	17.97	49.54	475.8	№224, сб.2017г.
Чай с сахаром	180	0.05	0.015	13.5	54.0	№375/376 сб 2017г
Итого	580	30.37	31.215	122.96	934.8	
Прием пищи,						
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Суп крестьянский с пшеном	250	1.48	4.91	6.09	76.25	№98 сб 2017г
Жаркое по - домашнему/ гов./	200	18.05	20.67	18.9	337.1	№259 сб 2017 г
Овощи свежие	100	0.8	0.1	2.6	13.2	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	3.95	0.5	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0.14		35.1	92.0	№707 сб.2004г.
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	Таб. 24 сб.1994г.
Итого	881	24.82	26.58	95.99	682.49	

ПЯТНИЦА

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Биточки рублен. из птицы	100	9.36	9.5	16.15	262.0	№294 с6 2017г.
Макароны отварные	180	6.610	5.41	31.720	202.14	№202 с6. 2017 г.
Овощи свежие	100	0.8	0.1	2.6	13.2	табл с6.1994г.
Хлебный батон	40	3.6	0.92	18.8	93.5	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0.05	0.015	13.5	54.0	№375/376 с6 2017г.
Итого	600	20.42	19.40	82.77	624.9	
Прием пищи, наименование блюда						
Масса порции		Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Борщ с капустой и картофелем	250	1.800	4.93	10.93	103.75	№82 с6 2017г.
Гуляш / свин/ 50/50	100	10.640	15.19	2.890	309	№260 с62017г.
Каша пшеничная	180	7.56	5.45	26.62	265.5	№302 с6 2017г.
Овощи свежие или тушеные.	100	1.1	0.2	3.8	24.0	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0.14	0.14	25.1	103.1	№342 с6 2017г.
Фрукты свежие	100	1.5	0.5	16	47.0	Таб. 24 с6.1994г.
Итого	961	27.25	27.560	108.840	969.3	

ПОНЕДЕЛЬНИК

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Котлета рублен. из птицы	100	9.36	9.5	16.15	262.0	№294 с6 2017г.
Каша гречневая	180	10.300	7.30	46.370	292.6	№302 с6. 2017 г.
Овощи свежие	100	0.8	0.1	2.6	13.2	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0.05	0.015	13.5	54.0	№375/376 с6 2017г
Итого	710	25.01	25.00	102.120	738.7	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс:обед						
Суп картофельный с горохом	250	5.49	5.26	16.54	148.25	№102 с6 2017г.
Мясо тушеное/ говядина/ 50/50	100	10.2	17.38	2.56	225.0	№256 с6 2017г.
Макароны отварные	180	6.8	5.4	31.72	202.1	№202 с6 2017г.
Овощи свежие	100	1.1	0.2	3.8	24.0	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	1.5	0.5	21	103.1	№342 с6 2017г
Фрукты свежие	100	0.9	0.2	8.1	43.0	Таб. 24 с6.1994г.

Итого:	961	30.480	30.100	107.220	862.39	
--------	-----	--------	--------	---------	--------	--

ВТОРНИК

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Б-д с маслом слив.	10/30	2.360	7.49	14.890	136.0	№1 с6.2017г.
Каша рисовая молочная с сахаром	200/10	5.92	3.6	52.8	268.0	№174 с6 2017г
Шницель / гов./	100	14	16.95	14.19	278.0	№268 с6 2017г.
Овощи свежие	100	0.8	0.1	2.6	13.2	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0.05	0.015	13.5	54.0	№375/376 с6 2017г
Итого	680	27.63	29.31	121.48	866.1	
Комплекс: обед						
Борщ с капустой и картофелем	250	1.800	4.93	10.93	103.75	№82 с6 2017г.
Котлета панированная (филе)	100	20.6	22.4	10	327.0	№496с62004г
Картофельное пюре	180	3.68	5.76	24.52	164.8	№312 с6 2017г.
Овощи свежие	100	0.35	0.5	0.95	5.5	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0.43	0.12	38.62	157.6	№631 с6.2004г.
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	Таб. 24 с6.1994г.
Итого	961	31.760	35.260	118.320	922.5	

СРЕДА

960

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Тефтели гов. соус том. 60/40	100	8.81	14.79	11.16	167.8	№279 с6 2017г.
Каша гречневая	180	10.300	7.34	46.370	292.6	№302 с6 2017г.
Овощи свежие	100	0.8	0.1	2.6	13.2	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0.05	0.015	13.5	54.0	№375/376 с6 2017г.
Итого	640	24.46	23.40	97.13	644.5	

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.69	2.840	17.46	118.3	№112,с6 2017г.
Плов из свинины 50/150	200	11.68	19.8	17.2	408.0	№265 с6 2017 г
Овощи свежие	100	1.1	0.2	3.8	24.0	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0.14	0	25.1	92.0	№707 с6.2004г.
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	Таб. 24 с6.1994г.
Итого	881	20.51	24.390	96.860	806.2	

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Каша молоч. из овсян . крупы «Геркулес» с/сах	200/10	9.04	13.44	50.14	358.0	№173 с6 2017г
Котлеты рублен. из птицы	100	9.36	9.5	16.15	202.1	№294 с6 2017г
Овощи свежие	100	1.1	0.2	3.8	24.0	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (чай с сах или какао с молоком)	180	0.05	0.015	13.5	54.0	№693 с6 2004г
Итого	650	24.05	24.305	107.09		
Прием пищи,						
	0.08					
Комплекс: обед						
Суп картофельный с рисом	250	1.97	2.71	12.11	85.75	№101 с6 2017г.
Птица отварная	100	18.4	18.57	0.4	262.00	№288 с6 2017г.
Макароны отварные	180	2.61	5.41	31.72	202.1	№202 с6 2017г.
Овощи свежие	100	1.1	0.1	2.6	13.2	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0.14	0.14	25.1	103.1	№342 с6 2017г
Фрукты свежие	100	0.9	0.2	8.1	63.0	Таб. 24 с6.1994г.
Итого	961	29.62	28.28	103.53	846.09	

ПЯТНИЦА

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Рыба жареная	100	15.2	17.55	11.3	196.0	№230 с6 2017г.
Картофельное пюре	180	3.68	5.76	24.52	164.8	№312 с6 2017г.
Овощи свежие	100	0.8	1.15	23.5	13.2	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0.05	0.015	13.5	54.0	375/376 с6 2017г.
Итого	610	24.23	25.63	96.32	544.9	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 610	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Борщ с капустой и картофелем	250	1.800	4.93	10.93	103.75	№82 с6 2017г.
Птица тушеная в сметанном соусе 50/50	100	11.78	10.32	2.93	150.00	№290/330 с6 2017г.
Рис отварной	180	3.650	5.37	36.600	251.7	№304 с6. 2017 г.
Овощи свежие или тушеные.	100	0.8	0.1	2.6	13.2	табл с6.1994г.
Хлебный батон	50	4.5	1.15	23.5	116.9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0.14		25.1	92.0	№707 с6.2004г.
Фрукты свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.0	Таб. 24 с6.1994г.
Итого	961	23.07	22.270	111.460	774.6	

