

## Первая неделя

## Первый день (1)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>8,55</b>	<b>11,73</b>	<b>53,52</b>	<b>339,14</b>
418	<b>Каша ячневая молочная жидкая</b>	<b>150</b>		<b>3,97</b>	<b>5,55</b>	<b>25,29</b>	<b>149,85</b>
	крупка ячневая	15,00	15,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	112,10	112,10				
	сахар	0,80	0,80				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
1	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>35</b>		<b>1,52</b>	<b>4,13</b>	<b>12,79</b>	<b>103,00</b>
	батон нарезной из муки высшего сорта	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
395	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150</b>		<b>2,33</b>	<b>1,99</b>	<b>10,58</b>	<b>69,99</b>
	кофейный напиток	2,00	2,00				
	сахар	5,00	5,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	80,00	80,00				
	Хлеб пшеничный	10		0,73	0,06	4,86	16,30
<b>2 завтрак</b>				<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
	<b>Фрукт свежий</b>	<b>100</b>		<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
<b>Обед</b>				<b>14,41</b>	<b>12,20</b>	<b>62,83</b>	<b>415,59</b>
41	<b>Салат из моркови</b>	<b>50</b>		<b>0,60</b>	<b>0,05</b>	<b>5,80</b>	<b>26,15</b>
	морковь свежая	60,00	50,00				
	сахар	0,40	0,40				
67	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>	<b>150</b>		<b>1,04</b>	<b>2,93</b>	<b>5,09</b>	<b>50,85</b>
	капуста белокачанная свежая	67,50	60,00				
	картофель	32,00	24,00				
	морковь свежая	10,00	8,00				
	лук репчатый	7,00	6,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	говядина	22,00	20,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
305	<b>Котлета рубленая из птицы</b>	<b>70</b>		<b>8,4</b>	<b>5,54</b>	<b>8,87</b>	<b>107,5</b>
	птица (филе)	53,00	51,00				
	хлеб пшеничный	11,00	11,00				
	сухари панировочные	6,00	6,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
163	<b>Подлив</b>	<b>30</b>		<b>0,24</b>	<b>1,1</b>	<b>1,35</b>	<b>16,5</b>
	вода или бульон	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,50	1,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	морковь свежая	3,00	2,50				
	лук репчатый	1,20	1,00				
	соль йодированная	0,10	0,10				
204	<b>Макаронные изделия отварные</b>	<b>90</b>		<b>3,28</b>	<b>2,52</b>	<b>22,36</b>	<b>126,36</b>
	макаронные изделия высшего сорта	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
375	<b>Компот из сухофруктов</b>	<b>150</b>		<b>0,12</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>71,90</b>
	сухофрукты	9,00	9,00				
	сахар	7,00	7,00				
	Хлеб пшеничный	10		0,73	0,06	4,86	16,30
	Хлеб ржаной	10		1,16	0,12	3,34	17,40
<b>Подник</b>				<b>4,86</b>	<b>5,83</b>	<b>27</b>	<b>201,98</b>
240	<b>Пудинг из творога с яблоком</b>	<b>80</b>		<b>3,44</b>	<b>3,36</b>	<b>6,24</b>	<b>77,04</b>
	творог 5% - 9%	63,00	62,00				
	яблоки свежие	32,00	19,00				
	яйцо	8,00	8,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	сметана 10% - 15%	3,00	3,00				
351	<b>Соус молочный сладкий</b>	<b>30</b>		<b>1,02</b>	<b>2,28</b>	<b>2,43</b>	<b>47,45</b>
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,00	1,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	сахар	1,00	1,00				
398	<b>Напиток из плодов шиповника</b>	<b>150</b>		<b>0,4</b>	<b>0,19</b>	<b>18,33</b>	<b>77,49</b>
	плоды шиповника сухие	15,00	15,00				
	сахар	5,00	5,00				
<b>Итого за день</b>				<b>28,42</b>	<b>30,02</b>	<b>152,75</b>	<b>999,37</b>

Итого	1 день	завтрак	2 завтрак	обед	подник
77,00	Хлеб	40,00		37,00	
4,00	Мука			2,00	2,00
15,00	Крупы, бобовые	15,00			
30,00	Макаронные изделия			30,00	
24,00	Картофель			24,00	
127,50	Овощи, зелень (нетто)			127,50	
119,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00		19,00
24,00	Фрукты сухие			9,00	15,00
0,00	Соли				
20,00	Мясо 1 категории (нетто)			20,00	
51,00	Цыплята 1 категории (нетто)			51,00	
0,00	Рыба-филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
192,10	Молоко, кисломолочные прод	192,10			
62,00	Творог				62,00
0,00	Сыр				
8,00	Сметана			5,00	3,00
16,50	Масло сливочное	10,00		3,50	3,00
5,00	Масло растительное			5,00	
8,00	Яйца				8,00
19,20	Сахар	5,80		7,40	6,00
0,00	Кондитерские изделия				
0,00	Чай				
0,00	Какао				
2,00	кофейный напиток	2,00			
0,00	дрожжи				
2,00	Соль йодированная	0,50		1,50	

## Первая неделя

## Второй день (1)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>16,55</b>	<b>14,02</b>	<b>49,68</b>	<b>360,73</b>
215	<b>Омлет натуральный</b>	<b>130</b>		<b>12,05</b>	<b>12,61</b>	<b>5,46</b>	<b>170,30</b>
	яйцо	99,00	99,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	37,70	37,70				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
2	<b>Бутерброд с джемом</b>	<b>40</b>		<b>1,8</b>	<b>0,20</b>	<b>24,40</b>	<b>107,00</b>
	джем (без искусственных красителей, ароматизаторов и консервантов)	11,30	11,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
394	<b>Чай с молоком</b>	<b>150</b>		<b>1,24</b>	<b>1,08</b>	<b>10,09</b>	<b>50,83</b>
	чай	0,30	0,30				
	сахар	7,00	7,00				
	молоко 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>1,46</b>	<b>0,13</b>	<b>9,73</b>	<b>32,60</b>
<b>2 завтрак</b>				<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
<b>Сок фруктовый обогащенный для детского питания</b>		<b>100</b>		<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
<b>Обед</b>				<b>27,19</b>	<b>17,35</b>	<b>59,57</b>	<b>500,67</b>
44	<b>Салат из белокочанной капусты</b>	<b>50</b>		<b>0,77</b>	<b>3,12</b>	<b>5,10</b>	<b>61,45</b>
	капуста белокочанная	53,00	48,00				
	морковь	5,00	4,00				
	сахар	0,30	0,30				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
26	<b>Свекольник</b>	<b>150</b>		<b>1,20</b>	<b>2,50</b>	<b>7,23</b>	<b>103,50</b>
	говядина	22,20	20,00				
	свекла	48,00	38,00				
	картофель	28,00	21,00				
	морковь	8,00	6,00				
	лук репчатый	4,00	3,00				
	томатное пюре	0,00	0,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	бульон	120,00	120,00				
	соль йодированная	0,70	0,70				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
62	<b>Рыба припущенная</b>	<b>80</b>		<b>19,23</b>	<b>6,30</b>	<b>0,50</b>	<b>136,42</b>
	горбуша неразделанная с головой	153,00	101,00				
	или горбуша потрошенная с головой	142,00	101,00				
	или минтай потрошенный без головы	130,00	101,00				
	лук репчатый	4,00	3,00				
	морковь	4,00	3,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
321	<b>Пюре картофельное</b>	<b>110</b>		<b>2,64</b>	<b>5,12</b>	<b>16,5</b>	<b>80,1</b>
	картофель	125,00	94,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	18,00	17,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
179	<b>Компот из свежих яблок</b>	<b>150</b>		<b>0,15</b>	<b>0</b>	<b>15,5</b>	<b>60,50</b>
	яблоки свежие	46,00	40,00				
	сахар	7,00	7,00				
	вода	122,00	122,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>1,46</b>	<b>0,13</b>	<b>9,73</b>	<b>32,60</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>15</b>		<b>1,74</b>	<b>0,18</b>	<b>5,01</b>	<b>26,10</b>
<b>Подник</b>				<b>9,11</b>	<b>11,62</b>	<b>40,29</b>	<b>247,44</b>
193	<b>Булочка Домашняя</b>	<b>50</b>		<b>3,6</b>	<b>5,86</b>	<b>31,65</b>	<b>150,24</b>
	мука пшеничная высшего сорта	38,00	38,00				
	сахар	4,40	4,40				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,90	5,90				
	масло подсолнечное	0,40	0,40				
	яйцо	0,80	0,80				
	дрожжи хлебопекарные сухие	0,50	0,50				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	14,00	14,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	<b>Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%</b>	<b>180</b>		<b>5,51</b>	<b>5,76</b>	<b>8,64</b>	<b>97,2</b>
<b>Итого за день</b>				<b>53,35</b>	<b>43,19</b>	<b>171,34</b>	<b>1199,84</b>

Итого	2 день	завтрак	2 завтрак	обед	подник
79,00	Хлеб	44,00		35,00	
38,00	Мука				38,00
0,00	Крупы, бобовые				
0,00	Макаронные изделия				
115,00	Картофель			115,00	
105,00	Овощи, зелень (нетто)			105,00	
46,00	Фрукты свежие (брутто)			46,00	
0,00	Фрукты сухие				
100,00	Соки		100,00		
20,00	Мясо 1 категории (нетто)			20,00	
0,00	Цыпленок 1 категории (нетто)				
101,00	Рыба -филе (нетто)			101,00	
0,00	Субпродукты				
338,70	Молоко, кисломолочные продукты	127,70		17,00	194,00
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
5,00	Сметана			5,00	
19,90	Масло сливочное	10,00		4,00	5,90
3,40	Масло растительное			3,00	0,40
99,80	Яйца	99,00			0,80
18,70	Сахар	7,00		7,30	4,40
11,00	Кондитерские изделия	11,00			
0,30	Чай	0,30			
0,00	Какао				
0,80	дрожжи				0,80
0,00	кофейный напиток				
2,50	Соль йодированная	0,60		1,70	0,20

## Первая неделя

## Третий день (1)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>11,44</b>	<b>11,66</b>	<b>58,53</b>	<b>335,13</b>
275	<b>Каша Янтарная (из пшена с яблоками)</b>	<b>150</b>		<b>4,87</b>	<b>5,50</b>	<b>26,59</b>	<b>141,00</b>
	крупа пшеничная	25,00	25,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	150,00	150,00				
	сахар	1,00	1,00				
	яблоки свежие	17,00	15,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	6,00	6,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
3	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>30</b>		<b>1,95</b>	<b>3,37</b>	<b>9,22</b>	<b>72,37</b>
	сыр твердых сортов	7,80	7,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	20,00	20,00				
397	<b>Какао с молоком</b>	<b>150</b>		<b>3,16</b>	<b>2,66</b>	<b>12,99</b>	<b>89,16</b>
	какао-порошок	1,50	1,50				
	сахар	5,00	5,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	100,00	100,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>1,46</b>	<b>0,13</b>	<b>9,73</b>	<b>32,60</b>
<b>2 завтрак</b>				<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
	<b>Фрукт свежий</b>	<b>100</b>		<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
<b>Обед</b>				<b>22,16</b>	<b>18,35</b>	<b>60,11</b>	<b>554,60</b>
51	<b>Винегрет овощной</b>	<b>50</b>		<b>0,91</b>	<b>2,08</b>	<b>3,90</b>	<b>47,30</b>
	свёкла	20,00	17,00				
	картофель	29,00	21,00				
	морковь	13,00	10,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
81	<b>Суп картофельный с бобовыми</b>	<b>150</b>		<b>3,29</b>	<b>3,16</b>	<b>9,79</b>	<b>80,85</b>
	говядина	22,00	20,00				
	картофель	60,00	50,00				
	горох	12,00	12,00				
	лук репчатый	7,00	6,00				
	морковь	10,00	7,50				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
298	<b>Голубцы ленивые</b>	<b>160</b>		<b>14,10</b>	<b>9,08</b>	<b>15,62</b>	<b>253,25</b>
	говядина	98,00	80,00				
	капуста белокочанная	121,00	96,00				
	рис	8,00	8,00				
	лук репчатый	20,00	18,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
354	<b>Соус сметанный</b>	<b>30</b>		<b>0,54</b>	<b>3,72</b>	<b>1,56</b>	<b>42,60</b>
	сметана 10% - 15%	10,00	10,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
375	<b>Компот из сухофруктов</b>	<b>150</b>		<b>0,12</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>71,90</b>
	сухофрукты	9,00	9,00				
	сахар	7,00	7,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>1,46</b>	<b>0,13</b>	<b>9,73</b>	<b>32,60</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>15</b>		<b>1,74</b>	<b>0,18</b>	<b>5,01</b>	<b>26,10</b>
<b>Подник</b>				<b>6,06</b>	<b>5,22</b>	<b>25,40</b>	<b>187,84</b>
238	<b>Запеканка морковная с творогом</b>	<b>70</b>		<b>5,04</b>	<b>2,94</b>	<b>12,67</b>	<b>99,89</b>
	морковь	35,20	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	15,00	15,00				
	крупа манная	3,00	3,00				
	яйцо	6,00	6,00				
	творог 9%	38,50	38,00				
	сухари панировочные	3,00	3,00				
351	<b>Соус молочный сладкий</b>	<b>30</b>		<b>1,02</b>	<b>2,28</b>	<b>2,43</b>	<b>47,45</b>
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,00	1,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	сахар	1,00	1,00				
393	<b>Чай с лимоном</b>	<b>150</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,30</b>	<b>40,50</b>
	чай	0,30	0,30				
	сахар	7,00	7,00				
	лимон свежий	5,00	7,00				
<b>Итого за день</b>				<b>40,26</b>	<b>35,49</b>	<b>153,44</b>	<b>1120,23</b>

Итого	3 день	завтрак	2 завтрак	обед	подник
75,00	Хлеб	40,00		35,00	
4,00	Мука			2,00	2,00
48,00	Крупы, бобовые	25,00		20,00	3,00
0,00	Макаронные изделия				
50,00	Картофель			50,00	
184,50	Овощи, зелень (нетто)			154,50	30,00
122,00	Фрукты свежие (брутто)	15,00	100,00		7,00
9,00	Фрукты сухие			9,00	
0,00	Соки				
100,00	Мясо 1 категории (нетто)			100,00	
0,00	Пыльца 1 категории (нетто)				
0,00	Рыба -филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
295,00	Молоко, кисломолочные про-д.	250,00			45,00
38,00	Творог				38,00
7,50	Сыр	7,50			
10,00	Сметана			10,00	
13,00	Масло сливочное	9,00			4,00
9,00	Масло растительное			9,00	
6,00	Яйца				6,00
21,00	Сахар	6,00		7,00	8,00
0,00	Кондитерские изделия				
0,30	Чай				0,30
1,50	Какао	1,50			
0,00	кофейный напиток				
0,00	Дрожжи				
2,10	Соль йодированная	0,30		1,80	

## Первая неделя

## Четвертый день (1)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>8,85</b>	<b>8,68</b>	<b>45,36</b>	<b>290,73</b>
93	<b>Суп молочный с макаронами</b>	<b>150</b>		<b>4,27</b>	<b>4,42</b>	<b>19,36</b>	<b>114,00</b>
	молоко 2,5%-3,2%	105,00	105,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,50	1,50				
	сахар	0,80	0,80				
	макаронные изделия высшего сорта	12,00	12,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
2	<b>Бутерброд с повидлом</b>	<b>40</b>		<b>1,6</b>	<b>3,00</b>	<b>10,90</b>	<b>99,80</b>
	повидло фруктовое (без искусственных красителей, ароматизаторов и консервантов)	11,30	11,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
394	<b>Чай с молоком</b>	<b>150</b>		<b>1,24</b>	<b>1,08</b>	<b>10,09</b>	<b>50,83</b>
	чай	0,30	0,30				
	сахар	7,00	7,00				
	молоко 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>15</b>		<b>1,74</b>	<b>0,18</b>	<b>5,01</b>	<b>26,10</b>
<b>2 завтрак</b>				<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
	<b>Сок фруктовый обогащенный для детского питания</b>	<b>100</b>		<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
<b>Обед</b>				<b>17,18</b>	<b>16,72</b>	<b>85,70</b>	<b>487,31</b>
56	<b>Салат Витаминный</b>	<b>50</b>		<b>0,65</b>	<b>3,00</b>	<b>3,17</b>	<b>43,00</b>
	капуста белокачанная свежая	38,00	33,00				
	яблоки свежие	10,00	9,00				
	морковь	9,00	6,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
99	<b>Суп-пюре картофельный с гренками</b>	<b>150</b>		<b>2,92</b>	<b>3,62</b>	<b>17,65</b>	<b>100,80</b>
	картофель	80,00	60,00				
	морковь	4,00	3,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	52,00	52,00				
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,70	0,70				
	<b>Гренки хлебные пшеничные</b>	<b>15</b>		<b>2,07</b>	<b>0,18</b>	<b>10,21</b>	<b>46,45</b>
	хлеб пшеничный	30,40	24,00				
391	<b>Шницель рыбный натуральный</b>	<b>70</b>		<b>7,43</b>	<b>4,63</b>	<b>7,08</b>	<b>99,75</b>
	горбуша потрошенная с головой	110,20	60,00				
	горбуша неразделанная	110,20	60,00				
	минтай потрошенный	69,80	60,00				
	лук репчатый	15,00	12,00				
	яйцо	4,00	4,00				
	сухари панировочные	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
150	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b>	<b>100</b>		<b>3,38</b>	<b>5,23</b>	<b>18,69</b>	<b>91,76</b>
	крупа гречневая	33,00	33,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
163	<b>Подлив</b>	<b>30</b>		<b>0,24</b>	<b>1,1</b>	<b>1,35</b>	<b>16,5</b>
	вода или бульон	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,50	1,50				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	морковь свежая	3,00	3,00				
	лук репчатый	1,20	1,00				
	томатная паста	0,00	0,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
169	<b>Кисель из концентрата</b>	<b>150</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>24,04</b>	<b>89,25</b>
	кисель сухой	18,00	18,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>		<b>0,73</b>	<b>0,06</b>	<b>4,86</b>	<b>16,30</b>
<b>Подник</b>				<b>3,25</b>	<b>5,34</b>	<b>29,95</b>	<b>187,36</b>
139	<b>Пирожок с яблоками</b>	<b>50</b>		<b>3,25</b>	<b>5,34</b>	<b>18,71</b>	<b>144,71</b>
	мука пшеничная высшего сорта	25,00	25,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	12,50	12,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,00	1,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	сахар	1,50	1,50				
	яйцо	3,70	3,70				
	дрожжи	0,3	0,3				
	яблоки свежие	18,00	13,00				
392	<b>Чай с сахаром</b>	<b>150</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,24</b>	<b>42,65</b>
	чай черный	0,3	0,3				
	сахар	7,00	7,00				
<b>Итого за день</b>				<b>29,78</b>	<b>30,94</b>	<b>182,81</b>	<b>1056,40</b>

Итого	4 день	завтрак	2 завтрак	обед	подник
78,00	Хлеб	39,00		39,00	
30,00	Мука			5,00	25,00
33,00	Крупы, бобовые			33,00	
12,00	Макаронные изделия	12,00			
60,00	Картофель			60,00	
58,00	Овощи, зелень (нетто)			58,00	
13,00	Фрукты свежие (брутто)				13,00
0,00	Фрукты сухие				
100,00	Соки		100,00		
0,00	Мясо 1 категории (нетто)				
0,00	Цыпленок 1 категории (нетто)				
60,00	Рыба -филе (нетто)			60,00	
0,00	Субпродукты				
207,50	Молоко, кисломолочные	195,00			12,50
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
0,00	Сметана				
15,00	Масло сливочное	6,50		7,50	1,00
5,00	Масло растительное			4,00	1,00
7,70	Яйца			4,00	3,70
16,30	Сахар	7,80			8,50
11,00	Кондитерские изделия	11,00			
0,60	Чай	0,30			0,30
0,00	Какао				
0,30	Дрожжи				0,30
0,00	кофейный напиток				
2,10	Соль йодированная	0,20		1,90	

## Первая неделя

## Пятый день (1)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>11,46</b>	<b>11,79</b>	<b>46,57</b>	<b>330,08</b>
189	Каша овсяная Геркулес жидкая	150		5,62	5,70	19,50	152,25
	крупа Геркулес	150,00	150,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	150,00	150,00				
	сахар	1,00	1,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,5	0,5				
3	Бутерброд с сыром	30		1,95	3,37	9,22	72,37
	сыр твердых сортов	7,80	7,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	20,00	20,00				
397	Какао с молоком	150		3,16	2,66	12,99	89,16
	какао-порошок	1,50	1,50				
	сахар	5,00	5,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	100,00	100,00				
	Хлеб пшеничный	10		0,73	0,06	4,86	16,30
<b>2 завтрак</b>				<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
	Фрукт свежий	100		0,60	0,26	9,40	42,66
<b>Обед</b>				<b>17,59</b>	<b>13,16</b>	<b>78,69</b>	<b>475,15</b>
33	Салат из свеклы	50		0,71	3,03	4,17	46,95
	свёкла	62,00	48,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
85	Суп картофельный с клецками, говядиной и зеленью	150		3,75	5,77	8,25	134,25
	говядина б/к	22,80	19,30				
	картофель	36,00	23,40				
	морковь	5,90	4,70				
	масло подсолнечное	1,10	1,10				
	соль йодированная	0,40	0,40				
	Клецки	10					
	мука пшеничная высшего сорта	3,10	3,10				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	0,30	0,30				
	яйцо	0,80	0,80				
	соль йодированная	0,10	0,10				
	зелень	1,10	1,00				
72	Рулет (запеканка) картофельный с печенью	150		11,20	7,20	16,27	161,70
	печень говяжья	80,20	67,50				
	картофель	120,00	105,00				
	лук репчатый	9,00	8,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	33,00	33,00				
	масло подсолнечное	1	1				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
350	Соус молочный	30		1	2,2	2,6	35,3
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	30,00	30,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	180		0,90	0,36	39,24	163,80
	Хлеб пшеничный	20		1,46	0,13	9,73	32,60
	Хлеб ржаной	20		2,32	0,24	6,68	34,80
<b>Подник</b>				<b>13,45</b>	<b>13,94</b>	<b>21,30</b>	<b>221,70</b>
	Печенье	30		2,25	2,94	11,32	50,10
119	Яйцо вареное	40		5,08	4,60	0,28	63,60
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%	180		6,12	6,4	9,7	108
<b>Итого за день</b>				<b>43,10</b>	<b>39,15</b>	<b>155,96</b>	<b>1069,59</b>

Итого	5 день	завтрак	2 завтрак	обед	подник
70,00	Хлеб	30,00		40,00	
5,10	Мука			5,10	
15,00	Крупы, бобовые	15,00			
0,00	Макаронные изделия				
128,40	Картофель			128,40	
61,70	Овощи, зелень (нетто)			61,70	
100,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00		
0,00	Фрукты сухие				
180,00	Соки			180,00	
19,30	Мясо 1 категории (нетто)			19,30	
0,00	Цыплята 1 категории (нетто)				
0,00	Рыба-филе (нетто)				
67,50	Субпродукты			67,50	
493,00	Молоко, кисломолочные продукты	250,00		63,00	180,00
0,00	Творог				
7,50	Сыр	7,50			
0,00	Сметана				
13,30	Масло сливочное	8,00		5,30	
7,20	Масло растительное		3,10	4,10	
40,80	Яйца			0,80	40,00
6,00	Сахар	6,00			
30,00	Кондитерские изделия				30,00
0,00	Чай				
1,50	Какао	1,50			
0,00	Дрожжи				
0,00	кофейный напиток				
2,00	Соль йодированная	0,50		1,50	



## Вторая неделя

## Шестой день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>5,34</b>	<b>4,58</b>	<b>51,14</b>	<b>253,83</b>
94	<b>Суп молочный с рисом</b>	<b>150</b>		<b>2,30</b>	<b>3,30</b>	<b>16,65</b>	<b>96,00</b>
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	105,00	105,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	сахар	1,20	1,20				
	рис	9,00	9,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
2	<b>Бутерброд с джемом</b>	<b>40</b>		<b>1,8</b>	<b>0,20</b>	<b>24,40</b>	<b>107,00</b>
	джем (без искусственных красителей, ароматизаторов)	11,30	11,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
394	<b>Чай с молоком</b>	<b>150</b>		<b>1,24</b>	<b>1,08</b>	<b>10,09</b>	<b>50,83</b>
	чай	0,30	0,30				
	сахар	7,00	7,00				
	молоко 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
<b>2 завтрак</b>				<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
	<b>Сок фруктовый обогащенный для детского питания</b>	<b>100</b>		<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
<b>обед</b>				<b>20,19</b>	<b>13,88</b>	<b>83,13</b>	<b>445,40</b>
41	<b>Салат из моркови</b>	<b>50</b>		<b>0,60</b>	<b>0,05</b>	<b>5,80</b>	<b>26,15</b>
	морковь свежая	60,00	50,00				
	сахар	0,40	0,40				
62	<b>Борщ с мясом</b>	<b>150</b>		<b>3,07</b>	<b>4,80</b>	<b>11,40</b>	<b>100,05</b>
	говядина	61,00	52,00				
	свёкла	30,00	24,00				
	капуста белокачанная	45,00	40,00				
	лук репчатый	5,70	4,80				
	морковь	12,18	10,00				
	картофель	69,20	45,00				
	томатная паста	0,00	0,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
64	<b>Биточки рыбные</b>	<b>70</b>		<b>8,92</b>	<b>1,80</b>	<b>4,55</b>	<b>72,94</b>
	горбуша неразделанная с головой	82,00	49,00				
	горбуша потрошенная с головой	77,00	49,00				
	минтай без головы	70,00	49,00				
	хлеб пшеничный	12,00	12,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	16,00	16,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
322	<b>Картофельное пюре с морковью</b>	<b>110</b>		<b>3,3</b>	<b>6,6</b>	<b>24,2</b>	<b>89,69</b>
	картофель	102,00	76,00				
	морковь	31,20	25,10				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	13,00	13,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,6	0,6				
	<b>Компот из апельсинов с яблоками</b>	<b>150</b>		<b>0,52</b>	<b>0,26</b>	<b>20,77</b>	<b>89,17</b>
	яблоки свежие	26,00	20,00				
	апельсины свежие	20,00	20,00				
	сахар	7,00	7,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>1,46</b>	<b>0,13</b>	<b>9,73</b>	<b>32,60</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>		<b>2,32</b>	<b>0,24</b>	<b>6,68</b>	<b>34,80</b>
<b>Полдник</b>				<b>8,04</b>	<b>8,46</b>	<b>22,84</b>	<b>167,13</b>
406	<b>Пирожок с капустой</b>	<b>50</b>		<b>2,53</b>	<b>2,7</b>	<b>14,2</b>	<b>69,93</b>
	мука пшеничная высшего сорта	25,00	25,00				
	сахар	0,30	0,30				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	0,10	0,10				
	соль йодированная	0,10	0,10				
	дрожжи	0,60	0,60				
	<i>фарш капустный</i>	<i>30,00</i>					
	капуста белокачанная	40,00	38,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	0,60	0,60				
	яйцо	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,10	0,10				
	<b>Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%</b>	<b>180</b>		<b>5,51</b>	<b>5,76</b>	<b>8,64</b>	<b>97,2</b>
<b>Итого за день</b>				<b>34,07</b>	<b>27,12</b>	<b>178,91</b>	<b>957,36</b>

Итого	6 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
76,00	Хлеб	24,00		52,00	
25,00	Мука				25,00
9,00	Крупы, бобовые	9,00			
0,00	Макаронные изделия				
121,00	Картофель			121,00	
191,90	Овощи, зелень (нетто)			153,90	38,00
40,00	Фрукты свежие (брутто)			40,00	
0,00	Фрукты сухие				
100,00	Соки		100,00		
52,00	Мясо I категории (нетто)			52,00	
0,00	Цыпленок I категории (нетто)				
49,00	Рыба -филе (нетто)			49,00	
0,00	Субпродукты				
404,00	Молоко, кисломолочные	195,00		29,00	180,00
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
5,00	Сметана			5,00	
12,70	Масло сливочное	7,00		5,00	0,70
5,00	Масло растительное			5,00	
2,00	Яйца				2,00
15,90	Сахар	8,20		7,40	0,30
11,00	Кондитерские изделия	11,00			
0,30	Чай	0,30			
0,00	Какао				
0,70	Дрожжи				0,70
0,00	кофейный напиток				
2,10	Соль йодированная	0,30		1,70	0,10

## Вторая неделя

## Седьмой день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>4,81</b>	<b>12,27</b>	<b>49,77</b>	<b>327,24</b>
<b>189</b>	<b>Каша пшеничная молочная жидкая</b>	<b>150</b>		<b>0,96</b>	<b>6,15</b>	<b>26,40</b>	<b>154,25</b>
	крупа пшеничная	19,00	19,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	112,50	112,50				
	сахар	0,80	0,80				
	соль йодированная	0,30	0,30				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
<b>1</b>	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>35</b>		<b>1,52</b>	<b>4,13</b>	<b>12,79</b>	<b>103,00</b>
	батон нарезной из муки высшего сорта	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
<b>395</b>	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150</b>		<b>2,33</b>	<b>1,99</b>	<b>10,58</b>	<b>69,99</b>
	кофейный напиток	2,00	2,00				
	сахар	5,00	5,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	80,00	80,00				
<b>2 завтрак</b>				<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
	<b>Фрукт свежий</b>	<b>100</b>		<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
<b>Обед</b>				<b>11,50</b>	<b>16,05</b>	<b>53,96</b>	<b>433,10</b>
<b>40</b>	<b>Салат из моркови и яблок</b>	<b>50</b>		<b>0,41</b>	<b>1,75</b>	<b>3,75</b>	<b>40,95</b>
	морковь	33,08	28,00				
	яблоки свежие	24,4	21,5				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
<b>103</b>	<b>Суп куриный с вермишелью</b>	<b>150</b>		<b>3,60</b>	<b>5,40</b>	<b>13,12</b>	<b>135,00</b>
	кура потрошенная 1 кат	29,30	20,40				
	картофель	92,80	60,00				
	морковь	9,10	6,80				
	лук репчатый	7,20	6,80				
	макаронные изделия высшего сорта (вермишель)	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	соль йодированная	0,60	0,60				
<b>386</b>	<b>Котлета мясная</b>	<b>50</b>		<b>3,00</b>	<b>5,06</b>	<b>5,12</b>	<b>69,43</b>
	говядина б/к	51	43				
	хлеб пшеничный	11,40	11,40				
	сухари панировочные	5,50	5,50				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	11,50	11,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
<b>336</b>	<b>Капуста тушеная</b>	<b>110</b>		<b>1,9</b>	<b>3,6</b>	<b>7,6</b>	<b>73,42</b>
	капуста белокачанная	125,00	99,80				
	морковь	14,00	12,00				
	лук репчатый	5,00	4,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	томатная паста	0,00	0,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
<b>375</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>	<b>150</b>		<b>0,12</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>71,90</b>
	сухофрукты	9,00	9,00				
	сахар	7,00	7,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>		<b>0,73</b>	<b>0,06</b>	<b>4,86</b>	<b>16,30</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>15</b>		<b>1,74</b>	<b>0,18</b>	<b>5,01</b>	<b>26,10</b>
<b>Подник</b>				<b>11,08</b>	<b>2,94</b>	<b>21,18</b>	<b>160,25</b>
<b>237</b>	<b>Запеканка из творога</b>	<b>70</b>		<b>11,08</b>	<b>2,94</b>	<b>9,94</b>	<b>117,60</b>
	творог 9%	66,00	65,00				
	мука пшеничная высшего сорта	5,00	5,00				
	яйцо	3,00	3,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
	сухари панировочные	4,00	4,00				
	<b>Повидло фруктовое</b>	<b>15</b>					
	повидло фруктовое	15,10	15,00				
<b>392</b>	<b>Чай с сахаром</b>	<b>150</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,24</b>	<b>42,65</b>
	чай черный	0,3	0,3				
	сахар	7,00	7,00				
<b>Итого за день</b>				<b>27,99</b>	<b>31,52</b>	<b>134,31</b>	<b>963,25</b>

Итого	7 день	завтрак	2 завтрак	обед	подник
75,90	Хлеб	30,00		41,90	4,00
7,00	Мука			2,00	5,00
19,00	Крупы, бобовые	19,00			
5,00	Макаронные изделия			5,00	
60,00	Картофель			60,00	
157,40	Овощи, зелень (нетто)			157,40	
121,50	Фрукты свежие (брутто)		100,00	21,50	
9,00	Фрукты сухие			9,00	
0,00	Соки				
43,00	Мясо 1 категории (нетто)			43,00	
20,40	Щиплята 1 категории (нетто)			20,40	
0,00	Рыба -филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
204,00	Молоко, кисломолочные проз	192,50		11,50	
65,00	Творог				65,00
0,00	Сыр				
5,00	Сметана				5,00
15,00	Масло сливочное	10,00		2,00	3,00
6,50	Масло растительное			6,50	
3,00	Яйца				3,00
19,80	Сахар	5,80		7,00	7,00
15,00	Кондитерские изделия				15,00
0,30	Чай				0,30
0,00	Какао				
0,00	Дрожжи				
2,00	кофейный напиток	2,00			
1,90	Соль йодированная			1,90	

## Вторая неделя

## Восьмой день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>17,89</b>	<b>18,70</b>	<b>32,53</b>	<b>348,13</b>
215	<b>Омлет натуральный</b>	<b>130</b>		<b>12,05</b>	<b>12,61</b>	<b>5,46</b>	<b>170,30</b>
	яйцо	99,00	99,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	37,70	37,70				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
3	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>30</b>		<b>1,95</b>	<b>3,37</b>	<b>9,22</b>	<b>72,37</b>
	сыр твердых сортов	7,80	7,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	20,00	20,00				
397	<b>Какао с молоком</b>	<b>150</b>		<b>3,16</b>	<b>2,66</b>	<b>12,99</b>	<b>89,16</b>
	какао-порошок	1,50	1,50				
	сахар	5,00	5,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	100,00	100,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>		<b>0,73</b>	<b>0,06</b>	<b>4,86</b>	<b>16,30</b>
2	<b>Завтрак</b>			<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
	<b>Сок фруктовый обогащенный для детского питания</b>	<b>100</b>		<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
<b>Обед</b>				<b>17,52</b>	<b>10,69</b>	<b>78,61</b>	<b>470,70</b>
44	<b>Салат из белокачанной капусты</b>	<b>50</b>		<b>0,77</b>	<b>3,12</b>	<b>5,10</b>	<b>61,45</b>
	капуста белокачанная	53,00	48,00				
	морковь	5,00	4,00				
	сахар	0,30	0,30				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
29	<b>Уха рыбацкая</b>	<b>150</b>		<b>4,35</b>	<b>1,35</b>	<b>12,50</b>	<b>78,70</b>
	горбуша потрошенная с головой	47,00	29,00				
	или горбуша неразделанная	45,00	29,00				
	или минтай без головы непотрошенный	41,00	29,00				
	картофель	60,00	45,00				
	лук репчатый	9,00	7,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
375	<b>Плов из отварной говядины</b>	<b>150</b>		<b>8,47</b>	<b>5,85</b>	<b>29,10</b>	<b>202,65</b>
	говядина б/к	57,60	48,60				
	морковь	23,40	19,00				
	лук репчатый	17,10	13,50				
	рис	35,00	35,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
179	<b>Компот из свежих яблок</b>	<b>150</b>		<b>0,15</b>	<b>0</b>	<b>15,5</b>	<b>60,50</b>
	яблоки свежие	46,00	40,00				
	сахар	7,00	7,00				
	вода	122,00	122,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>1,46</b>	<b>0,13</b>	<b>9,73</b>	<b>32,60</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>		<b>2,32</b>	<b>0,24</b>	<b>6,68</b>	<b>34,80</b>
<b>Подник</b>				<b>7,70</b>	<b>8,86</b>	<b>34,89</b>	<b>217,73</b>
296	<b>Шанежка с картофелем</b>	<b>50</b>		<b>2,19</b>	<b>3,10</b>	<b>26,25</b>	<b>120,53</b>
	мука пшеничная высшего сорта	25,00	25,00				
	сахар	0,80	0,80				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	0,80	0,80				
	яйцо	0,80	0,80				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	дрожжи	0,60	0,60				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	7,00	7,00				
	<i>масса теста</i>	<i>26</i>					
	картофель	38,00	28,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	5,00	5,00				
	яйцо	0,60	2,30				
	<i>масса картофельного фарша</i>	<i>51</i>					
	яйцо для смазки	0,60	0,80				
	сметана для смазки	1,60	1,60				
	<b>Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%</b>	<b>180</b>		<b>5,51</b>	<b>5,76</b>	<b>8,64</b>	<b>97,2</b>
<b>Итого за день</b>				<b>43,61</b>	<b>38,45</b>	<b>167,83</b>	<b>1127,56</b>

Итого	8 день	завтрак	2 завтрак	обед	подник
70,00	Хлеб	30,00		40,00	
25,00	Мука				25,00
35,00	Крупы, бобовые			35,00	
0,00	Макаронные изделия				
73,00	Картофель			45,00	28,00
92,00	Овощи, зелень (нетто)			92,00	
40,00	Фрукты свежие (брутто)			40,00	
0,00	Фрукты сухие				
100,00	Соки		100,00		
48,60	Мясо 1 категории (нетто)			48,60	
0,00	Цыпленок 1 категории (нетто)				
29,00	Рыба -филе (нетто)			29,00	
0,00	Субпродукты				
329,70	Молоко, кисломолочные изделия	137,70			192,00
0,00	Творог				
7,50	Сыр	7,50			
1,60	Сметана				1,60
10,80	Масло сливочное	8,00		2,00	0,80
5,00	Масло растительное			5,00	
102,90	Яйца	99,00			3,90
13,10	Сахар	5,00		7,30	0,80
0,00	Кондитерские изделия				
0,00	Чай				
1,50	Какао	1,50			
0,60	Дрожжи				0,60
0,00	кофейный напиток				
1,80	Соль йодированная			1,60	0,20



## Вторая неделя

## Десятый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>8,46</b>	<b>8,72</b>	<b>49,35</b>	<b>306,26</b>
190	<b>Каша из пшена и риса молочная жидкая Дружба</b>	<b>150</b>		<b>3,45</b>	<b>3,30</b>	<b>24,69</b>	<b>147,60</b>
	рис	7,50	7,50				
	пшено	7,50	7,50				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	112,50	112,50				
	сахар	0,80	0,80				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,3	0,3				
3	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>30</b>		<b>1,95</b>	<b>3,37</b>	<b>9,22</b>	<b>72,37</b>
	сыр твердых сортов	7,80	7,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	20,00	20,00				
395	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150</b>		<b>2,33</b>	<b>1,99</b>	<b>10,58</b>	<b>69,99</b>
	кофейный напиток	2,00	2,00				
	сахар	5,00	5,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	80,0	80,0				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>		<b>0,73</b>	<b>0,06</b>	<b>4,86</b>	<b>16,30</b>
2	<b>завтрак</b>			<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
	<b>Сок фруктовый обогащенный для детского питания</b>	<b>100</b>		<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
<b>Обед</b>				<b>13,56</b>	<b>12,96</b>	<b>70,15</b>	<b>435,04</b>
41	<b>Салат из моркови</b>	<b>50</b>		<b>0,60</b>	<b>0,05</b>	<b>5,80</b>	<b>26,15</b>
	морковь свежая	60,00	50,00				
	сахар	0,40	0,40				
26	<b>Свекольник</b>	<b>150</b>		<b>1,20</b>	<b>2,50</b>	<b>7,23</b>	<b>103,50</b>
	говядина	22,20	20,00				
	свекла	48,00	38,00				
	картофель	28,00	21,00				
	морковь	8,00	6,00				
	лук репчатый	4,00	3,00				
	томатное пюре	0,00	0,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	бульон	120,00	120,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
290	<b>Птица тушеная в соусе</b>	<b>60</b>		<b>4,74</b>	<b>4,92</b>	<b>1,80</b>	<b>98,40</b>
	кура потрошенная 1 кат.	63,40	51,00				
	сметана 10% - 15%	7,00	7,00				
	масло подсолнечное	1,20	1,20				
	мука пшеничная	2,00	2,00				
	вода	22,50	22,50				
	соль йодированная	0,60	0,60				
321	<b>Пюре картофельное</b>	<b>110</b>		<b>2,64</b>	<b>5,12</b>	<b>16,5</b>	<b>80,1</b>
	картофель	125,00	94,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	18,00	17,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
375	<b>Компот из кураги</b>	<b>150</b>		<b>0,60</b>	<b>0,00</b>	<b>22,41</b>	<b>59,49</b>
	курага	9,00	9,00				
	сахар	7,00	7,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>1,46</b>	<b>0,13</b>	<b>9,73</b>	<b>32,6</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>		<b>2,32</b>	<b>0,24</b>	<b>6,68</b>	<b>34,8</b>
<b>Полдник</b>				<b>3,80</b>	<b>4,50</b>	<b>28,17</b>	<b>165,11</b>
440	<b>Булочка творожная</b>	<b>50</b>		<b>3,80</b>	<b>4,50</b>	<b>16,93</b>	<b>122,46</b>
	мука пшеничная высшего сорта	29,26	29,26				
	мука пшеничная высшего сорта	1,6	1,6				
	сахар	3,30	3,30				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1	1				
	яйцо	4,4	4,4				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	8,6	8,6				
	творог 9%	13,4	13				
	дрожжи	0,5	0,5				
	яйцо	0,4	0,4				
	соль йодированная	0,5	0,5				
392	<b>Чай с сахаром</b>	<b>150</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,24</b>	<b>42,65</b>
	чай черный	0,3	0,3				
	сахар	7,00	7,00				
<b>Итого за день</b>				<b>26,32</b>	<b>26,38</b>	<b>169,47</b>	<b>997,41</b>

Итого	10 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
70,00	Хлеб	30,00		40,00	
32,86	Мука			2,00	30,86
15,00	Крупы, бобовые	15,00			
0,00	Макаронные изделия				
115,00	Картофель			115,00	
97,00	Овощи, зелень (нетто)			97,00	
9,00	Фрукты свежие (брутто)				9,00
9,00	Фрукты сухие			9,00	
100,00	Соки		100,00		
20,00	Мясо 1 категории (нетто)			20,00	
51,00	Цыпленок 1 категории (нетто)			51,00	
0,00	Рыба-филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
218,10	Молоко, кисломолочные продукты	192,50		17,00	8,60
13,00	Творог				13,00
7,50	Сыр	7,50			
12,00	Сметана			12,00	
13,00	Масло сливочное	8,00		4,00	1,00
2,20	Масло растительное			2,20	
4,80	Яйца				4,80
23,50	Сахар	5,80		7,40	10,30
0,00	Кондитерские изделия				
0,30	Чай				0,30
0,00	Какао				
0,80	Дрожжи				0,80
2,00	кофейный напиток	2,00			
2,30	Соль йодированная	0,30		2,00	

## Вторая неделя

## Одиннадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>9,39</b>	<b>10,84</b>	<b>54,05</b>	<b>340,18</b>
189	Каша овсяная Геркулес жидкая	150		5,62	5,70	19,50	152,25
	крупка Геркулес	15,00	15,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	150,00	150,00				
	сахар	1,00	1,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,5	0,5				
2	Бутерброд с джемом	40		1,8	4,00	19,60	120,80
	джем	11,30	11,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
394	Чай с молоком	150		1,24	1,08	10,09	50,83
	чай	0,30	0,30				
	сахар	7,00	7,00				
	молоко 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
	Хлеб пшеничный	10		0,73	0,06	4,86	16,30
2	завтрак			0,60	0,26	9,40	42,66
	Фрукты свежие	100		0,60	0,26	9,40	42,66
<b>Обед</b>				<b>13,58</b>	<b>12,12</b>	<b>81,45</b>	<b>516,46</b>
56	Салат Витаминный	50		0,65	3,00	3,17	43,00
	капуста белокачанная свежая	38,00	33,00				
	яблоки свежие	10,00	9,00				
	морковь	9,00	6,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
10	Суп из овощей	150		1,13	2,30	7,20	54,90
	говядина	22,20	20,00				
	картофель	60,00	50,00				
	морковь	12,00	9,00				
	лук репчатый	11,00	9,00				
	капуста белокачанная	18,00	14,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,70	0,70				
403	Печень по-Строгановски	80		5,30	3,70	2,80	93,60
	печень говяжья	90,00	75,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	Соус сметанный	30					
	сметана 10% - 15%	13,00	13,00				
	мука пшеничная высшего сорта	3,00	3,00				
	вода	21,00	21,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
204	Макаронные изделия отварные	90		3,28	2,52	22,36	126,36
	макаронные изделия высшего сорта	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	180		0,90	0,36	39,24	163,80
	Хлеб пшеничный	20		1,46	0,13	9,73	32,60
	Хлеб ржаной	20		2,32	0,24	6,68	34,8
<b>Подник</b>				<b>12,63</b>	<b>4,63</b>	<b>31,68</b>	<b>234,74</b>
231	Сырники из творога	60		11,21	2,16	10,92	109,80
	творог 9%	61,20	60,00				
	мука пшеничная высшего сорта	8,00	8,00				
	яйцо	2,00	2,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
351	Соус молочный сладкий	30		1,02	2,28	2,43	47,45
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,00	1,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	сахар	1,00	1,00				
398	Напиток из плодов шиповника	150		0,4	0,19	18,33	77,49
	плоды шиповника сухие	15,00	15,00				
	сахар	5,00	5,00				
<b>Итого за день</b>				<b>36,20</b>	<b>27,85</b>	<b>176,58</b>	<b>1134,04</b>

Итого	11 день	завтрак	2 завтрак	обед	подник
74,00	Хлеб	34,00		40,00	
13,00	Мука			3,00	10,00
105,00	Крупы, бобовые	105,00			
30,00	Макаронные изделия			30,00	
50,00	Картофель			50,00	
71,00	Овощи, зелень (нетто)			71,00	
109,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00	9,00	
15,00	Фрукты сухие				15,00
180,00	Соки			180,00	
20,00	Мясо I категории (нетто)			20,00	
0,00	Цыпленок I категории (нетто)				
0,00	Рыба -филе (нетто)				
75,00	Субпродукты			75,00	
150,00	Молоко, кисломолочные про-дукты	150,00			
60,00	Творог				60,00
0,00	Сыр				
13,00	Сметана			13,00	
13,00	Масло сливочное	10,00		2,00	1,00
11,00	Масло растительное			9,00	2,00
2,00	Яйца				2,00
14,00	Сахар	8,00			6,00
11,00	Кондитерские изделия	11,00			
0,30	Чай	0,30			
0,00	Какао				
0,00	Дрожжи				
0,00	кофейный напиток				
2,20	Соль йодированная	0,50		1,70	

## Третья неделя

## Двенадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
215	<b>Омлет натуральный</b>	<b>130</b>		<b>12,05</b>	<b>12,61</b>	<b>5,46</b>	<b>170,30</b>
	яйцо	99,00	99,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	37,70	37,70				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
1	<b>Бутерброд с маслом</b>	<b>35</b>		<b>1,52</b>	<b>4,13</b>	<b>12,79</b>	<b>103,00</b>
	батон нарезной из муки высшего сорта	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
395	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150</b>		<b>2,33</b>	<b>1,99</b>	<b>10,58</b>	<b>69,99</b>
	кофейный напиток	2,00	2,00				
	сахар	5,00	5,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	80,0	80,0				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>		<b>0,73</b>	<b>0,06</b>	<b>4,86</b>	<b>16,30</b>
2	<b>завтрак</b>			<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
	<b>Сок фруктовый обогащенный для детского питания</b>	<b>100</b>		<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
<b>Обед</b>							
33	<b>Салат из свеклы</b>	<b>50</b>		<b>0,71</b>	<b>3,03</b>	<b>4,17</b>	<b>46,95</b>
	свекла	62,00	48,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
106	<b>Суп картофельный с рыбными фрикадельками</b>	<b>150</b>		<b>2,65</b>	<b>2,02</b>	<b>9,60</b>	<b>97,72</b>
	<i>Фрикадельки рыбные</i>	<i>30</i>					
	минтай потрошенный без головы	40,00	29,00				
	яйцо	1,50	1,50				
	лук репчатый	7,10	6,00				
	картофель	99,90	75,00				
	морковь	7,10	6,00				
	лук репчатый	7,10	6,00				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	соль йодированная	0,60	0,60				
279	<b>Зразы рубленые из говядины</b>	<b>80</b>		<b>7,50</b>	<b>4,10</b>	<b>9,70</b>	<b>64,90</b>
	говядина б/к	60,00	50,70				
	батон нарезной из муки высшего сорта	10,70	10,70				
	яйцо	16,00	16,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	6,70	6,70				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,30	1,30				
	соль йодированная	0,50	0,50				
150	<b>Каша рисовая рассыпчатая</b>	<b>100</b>		<b>3,87</b>	<b>3,02</b>	<b>23,27</b>	<b>136,03</b>
	рис	33,00	33,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,40	0,40				
163	<b>Подлив</b>	<b>30</b>		<b>0,24</b>	<b>1,1</b>	<b>1,35</b>	<b>16,5</b>
	вода или бульон	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,50	1,50				
	мука пшеничная высшего сорта	1,50	1,50				
	морковь свежая	3,00	2,50				
	лук репчатый	1,20	1,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
375	<b>Компот из кураги</b>	<b>150</b>		<b>0,60</b>	<b>0,00</b>	<b>22,41</b>	<b>59,49</b>
	курага	9,00	9,00				
	сахар	7,00	7,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>15</b>		<b>1,10</b>	<b>0,10</b>	<b>7,30</b>	<b>24,45</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>		<b>1,16</b>	<b>0,12</b>	<b>3,34</b>	<b>17,40</b>
<b>Полдник</b>							
591	<b>Слойка с повидлом</b>	<b>50</b>		<b>2,58</b>	<b>3,92</b>	<b>16,73</b>	<b>116,66</b>
	мука пшеничная высшего сорта	31,00	31,00				
	сахар	5,00	5,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,30	5,30				
	яйцо	2,50	2,50				
	соль йодированная	0,30	0,30				
	дрожжи	0,70	0,70				
	повидло	6,60	6,60				
	яйцо	1,30	1,30				
	масло подсолнечное	0,10	0,10				
	<b>Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%</b>	<b>180</b>		<b>5,51</b>	<b>5,76</b>	<b>8,64</b>	<b>97,2</b>
<b>Итого за день</b>				<b>42,81</b>	<b>41,06</b>	<b>160,65</b>	<b>1111,39</b>

Итого	12 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
75,70	Хлеб	40,00		35,70	
32,50	Мука			1,50	31,00
33,00	Крупы, бобовые			33,00	
0,00	Макаронные изделия				
75,00	Картофель			75,00	
69,50	Овощи, зелень (нетто)			69,50	
0,00	Фрукты свежие (брутто)				
9,00	Фрукты сухие			9,00	
100,00	Соки		100,00		
50,70	Мясо 1 категории (нетто)			50,70	
0,00	Пыльца 1 категории (нетто)				
29,00	Рыба -филе (нетто)			29,00	
0,00	Субпродукты				
304,40	Молоко, кисломолочные	117,70		6,70	180,00
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
0,00	Сметана				
19,60	Масло сливочное	10,00		4,30	5,30
3,60	Масло растительное			3,50	0,10
119,00	Яйца	99,00		17,50	2,50
17,00	Сахар	5,00		7,00	5,00
6,60	Кондитерские изделия				6,60
0,00	Чай				
0,00	Какао				
0,70	Дрожжи				0,70
2,00	кофейный напиток	2,00			
2,80	Соль йодированная	0,60		1,90	0,30

### Третья неделя

#### Тринадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
<b>189</b>	<b>Каша пшениная жидкая с маслом сливочным</b>	<b>150</b>		<b>3,45</b>	<b>4,72</b>	<b>35,93</b>	<b>304,03</b>
	крупы пшено	20,00	20,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	112,20	112,50				
	сахар	0,80	0,80				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
<b>3</b>	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>30</b>		<b>1,95</b>	<b>3,37</b>	<b>9,22</b>	<b>72,37</b>
	сыр твердых сортов	7,80	7,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	20,00	20,00				
<b>397</b>	<b>Какао с молоком</b>	<b>150</b>		<b>3,16</b>	<b>2,66</b>	<b>12,99</b>	<b>89,16</b>
	какао-порошок	1,50	1,50				
	сахар	5,00	5,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	100,00	100,00				
<b>2 завтрак</b>							
	<b>Фрукт свежий</b>	<b>100</b>		<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
<b>Обед</b>							
<b>41</b>	<b>Салат из моркови</b>	<b>50</b>		<b>0,60</b>	<b>0,05</b>	<b>5,80</b>	<b>26,15</b>
	морковь свежая	60,00	50,00				
	сахар	0,40	0,40				
<b>57</b>	<b>Борщ с капустой и картофелем</b>	<b>150</b>		<b>1,09</b>	<b>2,95</b>	<b>7,64</b>	<b>97,31</b>
	говядина 1 кат	22,00	20,00				
	свёкла	30,00	24,00				
	капуста белокачанная	15,00	12,00				
	картофель	17,00	12,00				
	морковь свежая	10,00	8,00				
	лук репчатый	7,00	6,00				
	томатная паста	0,00	0,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
<b>54-24</b>	<b>Шницель из птицы</b>	<b>50</b>		<b>8,57</b>	<b>4,85</b>	<b>5,78</b>	<b>101,4</b>
	филе куриное	42,00	40,00				
	или филе индейки	42,00	40,00				
	или грудка куриная	58,00	40,00				
	хлеб пшеничный	8,00	8,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	7,00	7,00				
	яйцо	2,80	2,80				
	сухари панировочные	6,00	6,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
<b>440</b>	<b>Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)</b>	<b>110</b>		<b>2,11</b>	<b>8,03</b>	<b>12,77</b>	<b>141,98</b>
	картофель	88,84	71,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	36,00	36,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,50	2,50				
	капуста белокачанная	78,20	63,00				
	морковь свежая	3,40	2,50				
	лук репчатый	4,40	3,80				
	томатная паста	0,00	0,00				
	мука пшеничная высшего сорта	1,00	1,00				
	масло подсолнечное	2,50	2,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
<b>179</b>	<b>Компот из свежих яблок</b>	<b>150</b>		<b>0,15</b>	<b>0</b>	<b>15,5</b>	<b>60,50</b>
	яблоки свежие	46,00	40,00				
	сахар	7,00	7,00				
	вода	122,00	122,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>15</b>		<b>1,10</b>	<b>0,10</b>	<b>7,30</b>	<b>24,45</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>		<b>1,16</b>	<b>0,12</b>	<b>3,34</b>	<b>17,40</b>
<b>Подник</b>							
<b>33</b>	<b>Салат из свеклы</b>	<b>50</b>		<b>0,71</b>	<b>3,03</b>	<b>4,17</b>	<b>46,95</b>
	свёкла	62,00	48,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	<b>Яйцо вареное</b>	<b>40</b>		<b>5,08</b>	<b>4,60</b>	<b>0,28</b>	<b>63,60</b>
<b>169</b>	<b>Кисель из концентрата</b>	<b>150</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>24,04</b>	<b>89,25</b>
	Кисель сухой	18,00	18,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>		<b>0,73</b>	<b>0,06</b>	<b>4,86</b>	<b>16,30</b>
<b>Итого за день</b>				<b>30,46</b>	<b>34,80</b>	<b>136,81</b>	<b>1032,00</b>

Итого	13 день	завтрак	2 завтрак	обед	подник
69,00	Хлеб	20,00		39,00	10,00
1,00	Мука			1,00	
20,00	Крупы, бобовые	20,00			
0,00	Макаронные изделия				
83,00	Картофель			83,00	
217,30	Овощи, зелень (нетто)			169,30	48,00
140,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00	40,00	
0,00	Фрукты сухие				
0,00	Соки				
20,00	Мясо 1 категории (нетто)			20,00	
40,00	Цыпленок 1 категории (нетто)			40,00	
0,00	Рыба-филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
255,50	Молоко, кисломолочные продукты	212,50		43,00	
0,00	Творог				
7,50	Сыр	7,50			
5,00	Сметана			5,00	
10,50	Масло сливочное	8,00		2,50	
8,50	Масло растительное			6,50	2,00
42,80	Яйца			2,80	40,00
13,20	Сахар	5,80		7,40	
0,00	Кондитерские изделия				
0,00	Чай				
1,50	Какао	1,50			
0,00	Дрожжи				
0,00	кофейный напиток				
2,20	Соль йодированная	0,50		1,50	0,20

### Третья неделя

#### Четырнадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>							
<b>93</b>	<b>Суп молочный с макаронами</b>	<b>150</b>		<b>4,27</b>	<b>4,42</b>	<b>40,47</b>	<b>282,03</b>
	молоко 2,5%-3,2%	105,00	105,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,50	1,50				
	сахар	0,80	0,80				
	макаронные изделия высшего сорта (вермишель)	12,00	12,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
<b>2</b>	<b>Бутерброд с повидлом</b>	<b>40</b>		<b>1,6</b>	<b>3,00</b>	<b>10,90</b>	<b>99,80</b>
	повидло фруктовое	11,30	11,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
<b>394</b>	<b>Чай с молоком</b>	<b>150</b>		<b>1,24</b>	<b>1,08</b>	<b>10,09</b>	<b>50,83</b>
	чай	0,30	0,30				
	сахар	7,00	7,00				
	молоко 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>		<b>1,16</b>	<b>0,16</b>	<b>0,12</b>	<b>17,40</b>
<b>2</b>	<b>завтрак</b>			<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
	<b>Сок фруктовый обогащенный для детского питания</b>	<b>100</b>		<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
<b>Обед</b>							
<b>44</b>	<b>Салат из белокачанной капусты</b>	<b>50</b>		<b>0,93</b>	<b>3,75</b>	<b>6,12</b>	<b>501,65</b>
	капуста белокачанная	53,00	48,00				
	морковь	5,00	4,00				
	сахар	0,30	0,30				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
<b>76</b>	<b>Рассольник Ленинградский</b>	<b>150</b>		<b>2,10</b>	<b>3,24</b>	<b>11,74</b>	<b>83,85</b>
	говядина	21,23	16,00				
	картофель	50,70	38,00				
	крупя перловая	2,50	2,50				
	лук репчатый	3,00	2,47				
	огурцы соленые без уксуса	7,60	7,60				
	морковь	6,80	5,10				
	масло подсолнечное	2,50	2,50				
	соль йодированная	0,60	0,60				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
<b>88</b>	<b>Жаркое по-домашнему</b>	<b>150</b>		<b>14,1</b>	<b>6,35</b>	<b>15,75</b>	<b>204,75</b>
	говядина	81,00	60,00				
	картофель	100,00	75,00				
	томатная паста	0,00	0,00				
	морковь	20,00	15,00				
	лук репчатый	18,00	15,00				
	масло подсолнечное	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
<b>375</b>	<b>Компот из сухофруктов</b>	<b>150</b>		<b>0,12</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>71,90</b>
	сухофрукты	9,00	9,00				
	сахар	7,00	7,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>1,46</b>	<b>0,13</b>	<b>9,73</b>	<b>32,6</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>		<b>2,32</b>	<b>0,24</b>	<b>6,68</b>	<b>34,8</b>
<b>Поддник</b>							
<b>190</b>	<b>Расстегай Московский</b>	<b>50</b>		<b>4,74</b>	<b>5,30</b>	<b>5,60</b>	<b>102,30</b>
	Минтай б/головы непотрошенный	36,00	27,00				
	- горбуша неразделанная	40,00	27,00				
	- горбуша потрошенная с головой	43,00	27,00				
	- сельдь неразделанная	44,00	27,00				
	мука	25,00	25,00				
	сахар	0,30	0,30				
	масло подсолнечное	1,10	1,10				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	13,00	13,00				
	дрожжи	0,60	0,60				
	соль йодированная	0,50	0,50				
	<b>Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%</b>	<b>180</b>		<b>5,51</b>	<b>5,76</b>	<b>8,64</b>	<b>97,2</b>
<b>Итого за день</b>				<b>40,05</b>	<b>33,63</b>	<b>141,03</b>	<b>1074,18</b>

Итого	14 день	завтрак	2 завтрак	обед	поддник
74,00	Хлеб	34,00		40,00	
25,00	Мука				25,00
2,50	Крупы, бобовые			2,50	
12,00	Макаронные изделия	12,00			
113,00	Картофель			113,00	
97,17	Овощи, зелень (нетто)			97,17	
0,00	Фрукты свежие (брутто)				
9,00	Фрукты сухие			9,00	
100,00	Соки		100,00		
76,00	Мясо 1 категории (нетто)			76,00	
0,00	Цыплята 1 категории (нетто)				
27,00	Рыба -филе (нетто)				27,00
0,00	Субпродукты				
388,00	Молоко, кисломолочные продукты	195,00			193,00
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
5,00	Сметана			5,00	
6,50	Масло сливочное	6,50			
9,60	Масло растительное			8,50	1,10
0,00	Яйца				
15,40	Сахар	7,80		7,30	0,30
11,00	Кондитерские изделия	11,00			
0,30	Чай	0,30			
0,00	Какао				
0,60	Дрожжи				0,60
0,00	кофейный напиток				
2,20	Соль йодированная	0,30		1,40	0,50

## Третья неделя

## Пятнадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>11,44</b>	<b>10,02</b>	<b>40,92</b>	<b>308,26</b>
189	<b>Каша гречневая молочная</b>	<b>150</b>		<b>6,00</b>	<b>4,50</b>	<b>21,00</b>	<b>148,50</b>
	крупка гречневая	25,00	25,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	112,50	112,50				
	сахар	0,80	0,80				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
3	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>30</b>		<b>1,95</b>	<b>3,37</b>	<b>9,22</b>	<b>72,37</b>
	сыр твердых сортов	7,80	7,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	20,00	20,00				
395	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150</b>		<b>2,33</b>	<b>1,99</b>	<b>10,58</b>	<b>69,99</b>
	кофейный напиток	2,00	2,00				
	сахар	5,00	5,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	80,00	80,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>		<b>1,16</b>	<b>0,16</b>	<b>0,12</b>	<b>17,40</b>
2	<b>Завтрак</b>			<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
	<b>Фрукты свежие</b>	<b>100</b>		<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
<b>Обед</b>				<b>11,37</b>	<b>13,86</b>	<b>51,16</b>	<b>420,77</b>
51	<b>Винегрет овощной</b>	<b>50</b>		<b>0,91</b>	<b>2,08</b>	<b>3,90</b>	<b>47,30</b>
	свёкла	20,00	17,00				
	картофель	29,00	21,00				
	морковь	13,00	10,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
103	<b>Суп куриный с вермишелью</b>	<b>150</b>		<b>3,60</b>	<b>5,40</b>	<b>13,12</b>	<b>135,00</b>
	кура потрошенная 1 кат	39,10	27,30				
	картофель	92,80	60,00				
	морковь	9,10	6,80				
	лук репчатый	7,20	6,80				
	макаронные изделия высшего сорта (вермишель)	5,00	5,00				
	масло подсолнечное	1,50	1,50				
	соль йодированная	0,60	0,60				
373	<b>Гуляш из говядины</b>	<b>60</b>		<b>2,40</b>	<b>2,32</b>	<b>2,10</b>	<b>72,30</b>
	говядина 1 категории	73,95	65,4				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	лук репчатый	8,32	8,32				
	мука пшеничная высший сорт	1,50	1,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
336	<b>Капуста тушеная</b>	<b>110</b>		<b>1,9</b>	<b>3,6</b>	<b>7,6</b>	<b>73,42</b>
	капуста белокочанная	125,00	99,80				
	морковь	14,00	12,00				
	лук репчатый	5,00	4,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	томатная паста	0,00	0,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
	<b>Компот из яблок с лимоном</b>	<b>150</b>		<b>0,3</b>	<b>0,24</b>	<b>13,8</b>	<b>50,90</b>
	яблоки свежие	36,00	30,00				
	лимон	16,00	10,00				
	сахар	7,00	7,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>15</b>		<b>1,10</b>	<b>0,10</b>	<b>7,30</b>	<b>24,45</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>		<b>1,16</b>	<b>0,12</b>	<b>3,34</b>	<b>17,40</b>
<b>Полдник</b>				<b>12,10</b>	<b>5,22</b>	<b>23,61</b>	<b>207,70</b>
237	<b>Запеканка из творога</b>	<b>70</b>		<b>11,08</b>	<b>2,94</b>	<b>9,94</b>	<b>117,60</b>
	творог 9%	66,00	65,00				
	мука пшеничная высшего сорта	5,00	5,00				
	яйцо	3,00	3,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
	сухари панировочные	4,00	4,00				
351	<b>Соус молочный сладкий</b>	<b>30</b>		<b>1,02</b>	<b>2,28</b>	<b>2,43</b>	<b>47,45</b>
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,00	1,00				
	мука пшеничная высшего сорта	1,00	1,00				
	сахар	1,00	1,00				
392	<b>Чай с сахаром</b>	<b>150</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,24</b>	<b>42,65</b>
	чай черный	0,3	0,3				
	сахар	7,00	7,00				
<b>Итого за день</b>				<b>35,51</b>	<b>29,36</b>	<b>125,09</b>	<b>979,39</b>

Итого	15 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
59,00	Хлеб	30,00		25,00	4,00
7,50	Мука			1,50	6,00
25,00	Крупы, бобовые	25,00			
0,00	Макаронные изделия				
81,00	Картофель			81,00	
164,72	Овощи, зелень (нетто)			164,72	
140,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00	40,00	
0,00	Фрукты сухие				
0,00	Соки				
65,40	Мясо 1 категории (нетто)			65,40	
27,30	Цыплята 1 категории (нетто)			27,30	
0,00	Рыба -филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
222,50	Молоко, кисломолочные prod	192,50			30,00
65,00	Творог				65,00
7,50	Сыр	7,50			
5,00	Сметана				5,00
12,00	Масло сливочное	8,00			4,00
10,50	Масло растительное			10,50	
3,00	Яйца				3,00
20,80	Сахар	5,80		7,00	8,00
0,00	Кондитерские изделия				
0,30	Чай				0,30
0,00	Какао				
0,00	Дрожжи				
2,00	кофейный напиток	2,00			
2,20	Соль йодированная	0,30		1,90	



### Четвертая неделя

Семнадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>15,82</b>	<b>17,75</b>	<b>40,01</b>	<b>358,23</b>
<b>215</b>	<b>Омлет натуральный</b>	<b>130</b>		<b>12,05</b>	<b>12,61</b>	<b>5,46</b>	<b>170,30</b>
	яйцо	99,00	99,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	37,70	37,70				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
<b>2</b>	<b>Бутерброд с джемом</b>	<b>40</b>		<b>1,8</b>	<b>4,00</b>	<b>19,60</b>	<b>120,80</b>
	джем	11,30	11,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	24,00	24,00				
<b>394</b>	<b>Чай с молоком</b>	<b>150</b>		<b>1,24</b>	<b>1,08</b>	<b>10,09</b>	<b>50,83</b>
	чай	0,30	0,30				
	сахар	7,00	7,00				
	молоко 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>		<b>0,73</b>	<b>0,06</b>	<b>4,86</b>	<b>16,30</b>
<b>2</b>	<b>завтрак</b>			<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
	<b>Фрукты свежие</b>	<b>100</b>		<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
<b>Обед</b>				<b>22,99</b>	<b>19,94</b>	<b>61,04</b>	<b>429,18</b>
<b>17</b>	<b>Салат из свеклы</b>	<b>50</b>		<b>0,71</b>	<b>3,03</b>	<b>4,17</b>	<b>46,95</b>
	свёкла	62,00	48,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,10	0,10				
<b>84</b>	<b>Суп картофельный с мясными фрикадельками</b>	<b>150</b>		<b>3,37</b>	<b>1,80</b>	<b>9,37</b>	<b>67,50</b>
	картофель	70,82	49,50				
	морковь	6,20	4,90				
	лук репчатый	5,90	4,90				
	томатная паста	0,00	0,00				
	масло подсолнечное	1,60	1,60				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	<i>Фрикадельки мясные</i>	<i>13,70</i>					
	мясо говядина б/к	19,10	15,90				
	лук репчатый	1,70	1,30				
	яйцо	1,10	1,10				
	соль йодированная	0,60	0,60				
<b>86</b>	<b>Бигус с курой</b>	<b>160</b>		<b>14,61</b>	<b>14,48</b>	<b>10,32</b>	<b>158,16</b>
	птица потрошенная 1 кат	118,00	83,00				
	капуста свежая	172,00	138,00				
	морковь	16,00	14,00				
	лук репчатый	6,00	5,00				
	масло растительное	4,00	4,00				
	мука пшеничная высший сорт	2,00	2,00				
	томатная паста	0,00	0,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
	<b>Компот из апельсинов с яблоками</b>	<b>150</b>		<b>0,52</b>	<b>0,26</b>	<b>20,77</b>	<b>89,17</b>
	яблоки свежие	26,00	20,00				
	апельсины свежие	20,00	20,00				
	сахар	7,00	7,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>1,46</b>	<b>0,13</b>	<b>9,73</b>	<b>32,60</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>		<b>2,32</b>	<b>0,24</b>	<b>6,68</b>	<b>34,80</b>
<b>Полдник</b>				<b>2,34</b>	<b>4,46</b>	<b>33,48</b>	<b>199,33</b>
<b>192</b>	<b>Ватрушка со сметаной</b>	<b>50</b>		<b>2,34</b>	<b>4,46</b>	<b>22,24</b>	<b>156,68</b>
	мука пшеничная высший сорт	27,00	27,00				
	сахар	1,00	1,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,50	1,50				
	яйцо	1,00	1,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
	дрожжи	0,80	0,80				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	17,00	17,00				
	<i>тесто п/ф</i>	<i>45,00</i>					
	сметана 10% - 15%	9,00	9,00				
	мука пшеничная высший сорт	2,00	2,00				
	сахар	1,00	1,00				
	яйцо	1,00	1,00				
<b>392</b>	<b>Чай с сахаром</b>	<b>150</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>11,24</b>	<b>42,65</b>
	чай черный	0,3	0,3				
	сахар	7,00	7,00				
<b>Итого за день</b>				<b>41,75</b>	<b>42,41</b>	<b>143,93</b>	<b>1029,40</b>

Итого	17 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
74,00	Хлеб	34,00		40,00	
31,00	Мука			2,00	29,00
0,00	Крупы, бобовые				
0,00	Макаронные изделия				
49,50	Картофель			49,50	
216,10	Овоши, зелень (нетто)			216,10	
140,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00	40,00	
0,00	Фрукты сухие				
0,00	Соки				
15,90	Масо 1 категории (нетто)			15,90	
83,00	Цыплята 1 категории (нетто)			83,00	
0,00	Рыба -филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
144,70	Молоко, кисломолочные	127,70			17,00
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
9,00	Сметана				9,00
11,50	Масло сливочное	10,00			1,50
7,60	Масло растительное			7,60	
102,10	Яйца	99,00		1,10	2,00
23,00	Сахар	7,00		7,00	9,00
11,00	Кондитерские изделия	11,00			
0,60	Чай	0,30			0,30
0,00	Какао				
0,80	Дрожжи				0,80
0,00	Кофейный напиток				
2,10	Соль йодированная	0,60		1,50	

### Четвертая неделя

#### Восемнадцатый день (2)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>8,98</b>	<b>10,97</b>	<b>49,95</b>	<b>308,51</b>
418	<b>Каша ячневая молочная жидкая</b>	<b>150</b>		<b>3,97</b>	<b>5,55</b>	<b>25,29</b>	<b>149,85</b>
	крупя ячневая	15,00	15,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	112,10	112,10				
	сахар	0,80	0,80				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
3	<b>Бутерброд с сыром</b>	<b>30</b>		<b>1,95</b>	<b>3,37</b>	<b>9,22</b>	<b>72,37</b>
	сыр твердых сортов	7,80	7,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	20,00	20,00				
395	<b>Кофейный напиток с молоком</b>	<b>150</b>		<b>2,33</b>	<b>1,99</b>	<b>10,58</b>	<b>69,99</b>
	кофейный напиток	2,00	2,00				
	сахар	5,00	5,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	80,0	80,0				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>		<b>0,73</b>	<b>0,06</b>	<b>4,86</b>	<b>16,30</b>
2	<b>завтрак</b>			<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
	<b>Сок фруктовый обогащенный для детского питания</b>	<b>100</b>		<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>21,80</b>	<b>91,00</b>
<b>Обед</b>				<b>16,65</b>	<b>13,28</b>	<b>50,68</b>	<b>429,16</b>
44	<b>Салат из белокочанной капусты</b>	<b>50</b>		<b>0,77</b>	<b>3,12</b>	<b>5,10</b>	<b>61,45</b>
	капуста белокочанная	53,00	48,00				
	морковь	5,00	4,00				
	сахар	0,30	0,30				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
26	<b>Свекольник</b>	<b>150</b>		<b>1,20</b>	<b>2,50</b>	<b>7,23</b>	<b>103,50</b>
	говядина	22,20	20,00				
	свекла	48,00	38,00				
	картофель	28,00	21,00				
	морковь	8,00	6,00				
	лук репчатый	4,00	3,00				
	томатное пюре	0,00	0,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	бульон	120,00	120,00				
	соль йодированная	0,80	0,80				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
133	<b>Зразы рыбные рубленые с маслом</b>	<b>80</b>		<b>9,94</b>	<b>3,04</b>	<b>7,04</b>	<b>95,30</b>
	минтай потрошенный без головы	72,60	44,30				
	хлеб пшеничный	11,80	11,80				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	12,30	12,30				
	яйцо	2,46	2,46				
	морковь	7,38	4,85				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,23	1,23				
	лук репчатый	17,80	14,80				
	соль йодированная	0,40	0,40				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
432	<b>Картофель в молоке</b>	<b>110</b>		<b>2,36</b>	<b>4,4</b>	<b>6,17</b>	<b>55,16</b>
	картофель	116,70	99,80				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	31,30	31,30				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,00	4,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
375	<b>Компот из сухофруктов</b>	<b>150</b>		<b>0,12</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>71,90</b>
	сухофрукты	9,00	9,00				
	сахар	7,00	7,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>15</b>		<b>1,10</b>	<b>0,10</b>	<b>7,30</b>	<b>24,45</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>		<b>1,16</b>	<b>0,12</b>	<b>3,34</b>	<b>17,40</b>
<b>Полдник</b>				<b>12,10</b>	<b>5,22</b>	<b>22,67</b>	<b>205,55</b>
237	<b>Запеканка из творога</b>	<b>70</b>		<b>11,08</b>	<b>2,94</b>	<b>9,94</b>	<b>117,60</b>
	творог 9%	66,00	65,00				
	мука пшеничная высшего сорта	5,00	5,00				
	яйцо	3,00	3,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
	сухари панировочные	4,00	4,00				
351	<b>Соус молочный сладкий</b>	<b>30</b>		<b>1,02</b>	<b>2,28</b>	<b>2,43</b>	<b>47,45</b>
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,00	1,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	сахар	1,00	1,00				
393	<b>Чай с лимоном</b>	<b>150</b>		<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>10,30</b>	<b>40,50</b>
	чай	0,30	0,30				
	сахар	7,00	7,00				
	лимон свежий	5,00	7,00				
<b>Итого за день</b>				<b>38,23</b>	<b>29,67</b>	<b>145,10</b>	<b>1034,22</b>

Итого	18 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
70,80	Хлеб	30,00		36,80	4,00
7,00	Мука				7,00
15,00	Крупы, бобовые	15,00			
0,00	Макаронные изделия				
120,80	Картофель			120,80	
118,65	Овощи, зелень (нетто)			118,65	
7,00	Фрукты свежие (брутто)				7,00
9,00	Фрукты сухие			9,00	
100,00	Соки		100,00		
20,00	Мясо 1 категории (нетто)			20,00	
0,00	Цыплята 1 категории (нетто)				
44,30	Рыба -филе (нетто)			44,30	
0,00	Субпродукты				
265,70	Мясо, кисломолочные продукты	192,10		43,60	30,00
65,00	Творог				65,00
7,50	Сыр	7,50			
10,00	Сметана			5,00	5,00
17,23	Масло сливочное	8,00		5,23	4,00
3,00	Масло растительное			3,00	
5,46	Яйца			2,46	3,00
21,10	Сахар	5,80		7,30	8,00
0,00	Кондитерские изделия				
0,30	Чай				0,30
0,00	Какао				
0,00	Дрожжи				
2,00	Кофейный напиток	2,00			
1,80	Соль йодированная			1,80	

### Четвертая неделя

#### Девятнадцатый день (4)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>5,02</b>	<b>8,57</b>	<b>48,89</b>	<b>273,63</b>
7	Суп молочный с крупой	150		1,53	3,30	21,15	103,50
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	140,00	140,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	сахар	1,60	1,60				
	хлопья овсяные Геркулес	7,50	7,50				
	крупя пшено	9,00	9,00				
	крупя пшеничная	9,00	9,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
1	Бутерброд с маслом	35		1,52	4,13	12,79	103,00
	батон нарезной из муки высшего сорта	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	5,00	5,00				
394	Чай с молоком	150		1,24	1,08	10,09	50,83
	чай	0,30	0,30				
	сахар	7,00	7,00				
	молоко 2,5%-3,2%	90,00	90,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>		<b>0,73</b>	<b>0,06</b>	<b>4,86</b>	<b>16,30</b>
2	завтрак			0,50	0,20	21,80	91,00
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100		0,50	0,20	21,80	91,00
<b>Обед</b>				<b>27,85</b>	<b>21,47</b>	<b>62,01</b>	<b>603,43</b>
51	Винегрет овощной	50		0,91	2,08	3,90	47,30
	свёкла	20,00	17,00				
	картофель	29,00	21,00				
	морковь	13,00	10,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	соль йодированная	0,20	0,20				
77	Суп картофельный с курой и сметаной	150		4,50	3,30	12,00	138,80
	филе птицы	14,30	14,00				
	картофель	81,00	52,60				
	морковь свежая	6,20	4,60				
	лук репчатый	5,6	4,6				
	масло подсолнечное	1,10	1,10				
	соль йодированная	0,30	0,30				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
34	Пудинг из печени с морковью	80		17,92	7,84	7,20	173,00
	печень говяжья	108,80	89,60				
	масса припущенной печени		60,80				
	лук репчатый	9,60	8,00				
	морковь свежая	17,60	10,70				
	картофель	10,72	8,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	4,80	4,80				
	яйно	8,00	8,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5% (для смазки листа)	1,6	1,6				
	соль йодированная	0,50	0,50				
440	Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)	110		2,11	8,03	12,77	141,98
	картофель	88,84	71,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	36,00	36,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,50	2,50				
	капуста белокочанная	78,20	63,00				
	морковь свежая	3,40	2,50				
	лук репчатый	4,40	3,80				
	томатная паста	0,00	0,00				
	мука пшеничная высшего сорта	1,00	1,00				
	масло подсолнечное	2,50	2,50				
	соль йодированная	0,50	0,50				
179	Компот из свежих яблок	150		0,15	0	15,5	60,50
	яблоки свежие	46,00	40,00				
	сахар	7,00	7,00				
	вода	122,00	122,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>15</b>		<b>1,10</b>	<b>0,10</b>	<b>7,30</b>	<b>24,45</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>		<b>1,16</b>	<b>0,12</b>	<b>3,34</b>	<b>17,40</b>
<b>Подник</b>				<b>7,85</b>	<b>11,50</b>	<b>27,44</b>	<b>228,44</b>
201	Ватрушка с повидлом	50		2,34	5,74	18,80	131,24
	мука пшеничная высшего сорта	27,00	27,00				
	сахар	0,30	0,30				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,00	1,00				
	яйно	2,30	2,30				
	дрожжи	0,70	0,70				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	10,00	10,00				
	масло подсолнечное	1,00	1,00				
	повидло фруктовое	20,00	20,00				
	соль йодированная	0,10	0,10				
	<b>Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания 2,5%-3,2%</b>	<b>180</b>		<b>5,51</b>	<b>5,76</b>	<b>8,64</b>	<b>97,2</b>
<b>Итого за день</b>				<b>41,22</b>	<b>41,74</b>	<b>160,14</b>	<b>1196,50</b>

Итого	19 день	завтрак	2 завтрак	обед	подник
65,00	Хлеб	40,00		25,00	
28,00	Мука			1,00	27,00
7,50	Крупы, бобовые	7,50			
0,00	Макаронные изделия				
152,60	Картофель			152,60	
124,20	Овощи, зелень (нетто)			124,20	
40,00	Фрукты свежие (брутто)			40,00	
0,00	Фрукты сухие				
100,00	Соки		100,00		
0,00	Масло I категории (нетто)				
14,00	Цыплята I категории (нетто)			14,00	
0,00	Рыба -филе (нетто)				
89,60	Субпродукты			89,60	
420,00	Молоко, кисломолочные про-дукты	230,00			190,00
0,00	Творог				
0,00	Сыр				
5,00	Сметана			5,00	
17,90	Масло сливочное	8,00		8,90	1,00
6,50	Масло растительное			5,50	1,00
10,30	Яйца			8,00	2,30
15,90	Сахар	8,60		7,00	0,30
20,00	Кондитерские изделия				20,00
0,30	Чай	0,30			
0,00	Какао				
0,70	Дрожжи				0,70
0,00	Кофейный напиток				
1,90	Соль йодированная	0,30		1,50	0,10

## Четвертая неделя

## Двадцатый день (4)

№ ТК	Наименование блюда	Брутто, гр	Нетто, гр	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
<b>Завтрак</b>				<b>8,83</b>	<b>10,52</b>	<b>45,58</b>	<b>307,16</b>
189	Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	150		3,82	5,10	20,92	148,50
	рис	18,00	18,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	77,00	77,00				
	сахар	1,00	1,00				
	соль йодированная	0,30	0,30				
	масло сладкосливочное 82,5%	5,00	5,00				
3	Бутерброд с сыром	30		1,95	3,37	9,22	72,37
	сыр твердых сортов	7,80	7,50				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	батон нарезной из муки высшего сорта	20,00	20,00				
395	Кофейный напиток с молоком	150		2,33	1,99	10,58	69,99
	кофейный напиток	2,00	2,00				
	сахар	5,00	5,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	80,00	80,00				
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>10</b>		<b>0,73</b>	<b>0,06</b>	<b>4,86</b>	<b>16,30</b>
2	<b>завтрак</b>			<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
	<b>Фрукты свежие</b>	<b>100</b>		<b>0,60</b>	<b>0,26</b>	<b>9,40</b>	<b>42,66</b>
<b>Обед</b>				<b>12,44</b>	<b>13,78</b>	<b>90,02</b>	<b>532,01</b>
40	Салат из моркови и яблок	50		0,41	1,75	3,75	40,95
	морковь	33,08	28,00				
	яблоки свежие	24,4	21,5				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
10	Суп из овощей	150		1,13	2,30	7,20	54,90
	говядина	22,20	20,00				
	картофель	60,00	50,00				
	морковь	12,00	9,00				
	лук репчатый	11,00	9,00				
	капуста белокочанная	18,00	14,00				
	масло подсолнечное	3,00	3,00				
	сметана 10% - 15%	5,00	5,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
38	Котлета Здоровье	80		4,10	6,60	4,40	96,00
	говядина	70,20	59,20				
	лук репчатый	6,00	5,00				
	морковь	12,00	10,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	11,20	11,20				
	яйцо	6,00	6,00				
	сухари панировочные	6,00	6,00				
	масло подсолнечное	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,50	0,50				
204	Макаронные изделия отварные	90		3,28	2,52	22,36	126,36
	макаронные изделия высшего сорта	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	2,00	2,00				
	соль йодированная	0,60	0,60				
	<b>Сок фруктовый обогащенный для детского питания</b>	<b>180</b>		<b>0,90</b>	<b>0,36</b>	<b>39,24</b>	<b>163,80</b>
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>20</b>		<b>1,46</b>	<b>0,13</b>	<b>9,73</b>	<b>32,6</b>
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>10</b>		<b>1,16</b>	<b>0,12</b>	<b>3,34</b>	<b>17,40</b>
<b>Полдник</b>				<b>6,46</b>	<b>5,41</b>	<b>33,43</b>	<b>224,83</b>
238	Запеканка морковная с творогом	70		5,04	2,94	12,67	99,89
	морковь	35,20	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	3,00	3,00				
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	15,00	15,00				
	крупа манная	5,00	5,00				
	яйцо	6,00	6,00				
	творог 9%	38,50	38,00				
	сухари панировочные	3,00	3,00				
351	Соус молочный сладкий	30		1,02	2,28	2,43	47,45
	молоко пастеризованное 2,5%-3,2%	30,00	30,00				
	масло сладкосливочное несоленое 82,5%	1,00	1,00				
	мука пшеничная высшего сорта	2,00	2,00				
	сахар	1,00	1,00				
398	Напиток из плодов шиповника	150		0,4	0,19	18,33	77,49
	плоды шиповника сухие	15,00	15,00				
	сахар	5,00	5,00				
<b>Итого за день</b>				<b>28,33</b>	<b>29,97</b>	<b>178,43</b>	<b>1106,66</b>

Итого	20 день	завтрак	2 завтрак	обед	полдник
69,00	Хлеб	30,00		36,00	3,00
2,00	Мука				2,00
23,00	Крупы, бобовые	18,00			5,00
30,00	Макаронные изделия			30,00	
50,00	Картофель			50,00	
105,00	Овощи, зелень (нетто)			75,00	30,00
100,00	Фрукты свежие (брутто)		100,00		
15,00	Фрукты сухие				15,00
180,00	Соки			180,00	
79,20	Мясо 1 категории (нетто)			79,20	
0,00	Цыпленок 1 категории (нетто)				
0,00	Рыба -филе (нетто)				
0,00	Субпродукты				
202,00	Молоко, кисломолочные	157,00			45,00
38,00	Творог				38,00
7,50	Сыр	7,50			
5,00	Сметана			5,00	
14,00	Масло сливочное	8,00		2,00	4,00
7,00	Масло растительное			7,00	
6,00	Яйца			6,00	
12,00	Сахар	6,00			6,00
7,50	Кондитерские изделия	7,50			
0,00	Чай				
0,00	Какао				
0,00	Дрожжи				
2,00	Кофейный напиток	2,00			
2,00	Соль йодированная	0,30		1,70	

### НАКОПИТЕЛЬНАЯ ВЕДОМОСТЬ к меню дошкольницы 1-3 года

№	Продукты	Норма продуктов в день г, 1обучающ	Фактически получено, г**																				за 20 дней	Факт в день, г	% выполнения	
			Дни																							
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20				
1	Хлеб	75	77	79	75	78	70	76	76	70	80	70	74	76	69	74	59	65	74	71	65	69	1446	72,3	96	
2	Мука	18	4	38	4	30	5	25	7	25	4	33	13	33	1	25	8	12	31	7	28	2	334	16,7	93	
3	Крупы, бобовые	22,5	15	0	48	33	15	9	19	35	23	15	105	33	20	3	25	21	0	15	8	23	464	23,2	103	
4	Макаронные изделия	6	30	0	0	12	0	0	5	0	0	0	30	0	0	12	0	0	0	0	0	30	119	6,0	99	
5	Картофель	90	24	115	50	60	128	121	60	73	104	115	50	75	83	113	81	139	50	121	153	50	1764	88,2	98	
6	Овощи, зелень (нетто)	135	128	105	185	58	62	192	157	92	201	97	71	70	217	97	165	65	216	119	124	105	2524	126,2	93	
7	Фрукты свежие (брутто)	72	119	46	122	13	100	40	122	40	107	9	109	0	140	0	140	0	140	7	40	100	1394	69,7	97	
8	Фрукты сухие	7	24	0	9	0	0	0	9	0	9	9	15	9	0	9	0	9	0	9	0	15	126	6,3	93	
9	Соки	75	0	100	0	100	180	100	0	100	0	100	180	100	0	100	0	100	0	100	100	180	1540	77,0	103	
10	Мясо 1 категории (нетто)	37	20	20	100	0	19	52	43	49	20	20	20	51	20	76	65	0	16	20	0	79	690	34,5	93	
11	Цыплята 1 категории (нетто)	15	51	0	0	0	0	0	20	0	0	0	51	0	0	40	0	27	0	83	0	14	0	287	14,3	96
12	Рыба -филе (нетто)	24	0	101	0	60	0	49	0	29	101	0	0	29	0	27	0	29	0	44	0	0	469	23,5	98	
13	Субпродукты	15	0	0	0	0	68	0	0	0	0	0	75	0	0	0	0	66	0	0	90	0	298	14,9	99	
14	Молоко, кисломолочные прод.	293	192	339	295	208	493	404	204	330	247	218	150	304	256	388	223	410	145	266	420	202	5691	284,5	97	
15	Творог	23	62	0	38	0	0	0	65	0	0	13	60	0	0	0	65	60	0	65	0	38	466	23,3	104	
16	Сыр	3	0	0	8	0	8	0	0	8	0	8	0	0	8	0	8	0	0	8	0	8	60	3,0	100	
17	Сметана	6	8	5	10	0	0	5	5	2	16	12	13	0	5	5	5	0	9	10	5	5	119	6,0	99	
18	Масло сливочное	14	17	20	13	15	13	13	15	11	13	13	13	20	11	7	12	19	12	17	18	14	283	14,2	105	
19	Масло растительное	6	5	3	9	5	7	5	7	5	5	2	11	4	9	10	11	2	8	3	7	7	123	6,1	102	
20	Яйца	30	8	100	6	8	41	2	3	103	0	5	2	119	43	0	3	2	102	5	10	6	568	28,4	95	
21	Сахар	19	19	19	21	16	6	16	20	13	23	24	14	17	13	15	21	13	23	21	16	12	342	17,1	91	
22	Кондитерские изделия	9	0	11	0	11	30	11	15	0	0	0	11	7	0	11	0	15	11	0	20	8	160	8,0	89	
23	Чай	0,4	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	5	0,2	60	
24	Какао	0,4	0	0	2	0	2	0	0	2	0	0	0	0	2	0	0	2	0	0	0	0	8	0,4	94	
25	дрожжи	0,3	0	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0	6	0,3	100	
26	Кофейный напиток	0,8	2	0	0	0	0	0	2	0	0	2	0	2	0	0	2	0	0	2	0	2	14	0,7	93	
27	Соль йодированная	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	42	2,1	105	

Усредненные нормы питания в соответствии с Приложением N 7 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 Санитарноэпидемиологические требования к организации общественного питания населения

**Распределение энергетической ценности (калорийности)  
безглютеновая диета**

Суточная потребность в пищевых веществах (СанПиН2.3/2.4.3590-20)		
	ккал	%
<b>ДНИ</b>		<b>100%</b>
1	999	95
2	1200	114
3	1120	107
4	1056	101
5	1070	102
6	957	91
7	963	92
8	1128	107
9	995	95
10	997	95
11	1134	108
12	1111	106
13	1032	98
14	1074	102
15	979	93
16	1087	104
17	1029	98
18	1034	98
19	1197	114
20	1107	105
<b>Итого</b>	<b>1064</b>	<b>101</b>

1050

Сетка примерного цикличного 20-ти дневного меню для питания детей в ДОО в возрасте с1 до 3 лет, с 10-ти часовым пребыванием.

1 неделя					2 неделя				
1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
Каша ячневая молочная жидкая	Омлет натуральный	Каша Янтарная (из пшена с яблоками)	Суп молочный с макаронами	Каша овсяная Геркулес жидкая	Суп молочный с рисом	Каша пшеничная молочная жидкая	Омлет натуральный	Каша молочная кукурузная жидкая	Каша из пшена и риса молочная жидкая Дружба
Бутерброд с маслом	Бутерброд с джемом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с повидлом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с джемом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром
Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	0		Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак	второй завтрак
Фрукт свежий	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Фрукт свежий	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Фрукт свежий	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Фрукты свежие	Сок фруктовый обогащенный для детского питания
обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед	обед
Салат из моркови	Салат из белокочанной капусты	Винегрет овощной	Салат Витаминный	Салат из свеклы	Салат из моркови	Салат из моркови и яблок	Салат из белокочанной капусты	Салат из свеклы	Салат из моркови
Щи из свежей капусты с картофелем	Свекольник	Суп картофельный с бобовыми	Суп-пюре картофельный с гречками	Суп картофельный с клецками, говядиной и зеленью	Борщ с мясом	Суп куриный с вермишелью	Уха рыбацкая	Щи из свежей капусты с картофелем	Свекольник
Котлета рубленая из птицы	Рыба припущенная	Голубцы ленивые	Шницель рыбный натуральный	Рулет (запеканка) картофельный с печенью	Биточки рыбные	Котлета мясная	Плов из отварной говядины	Рыба припущенная	Птица тушеная в соусе
Подлив		Соус сметанный	Подлив	Соус молочный					
Макаронные изделия отварные	Пюре картофельное		Каша гречневая рассыпчатая		Картофельное пюре с морковью	Капуста тушеная		Картофель запеченный в сметанном соусе	Пюре картофельное
Компот из сухофруктов	Компот из свежих яблок	Компот из сухофруктов	Кисель из концентрата	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Компот из апельсинов с яблоками	Компот из сухофруктов	Компот из свежих яблок	Компот из сухофруктов	Компот из кураги
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной		Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник	полдник
Пудинг из творога с яблоком	Булочка Домашняя	Запеканка морковная с творогом	Пирожок с яблоками	Печенье	Пирожок с капустой	Запеканка из творога	Шанежка с картофелем	Запеканка морковная	Булочка творожная
Соус молочный сладкий		Соус молочный сладкий		Яйцо вареное		Повидло фруктовое		Соус молочный сладкий	
Напиток из плодов шиповника	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Чай с лимоном	Чай с сахаром	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Чай с сахаром	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Чай с лимоном	Чай с сахаром
2 неделя					4 неделя				
11 день	12 день	13 день	14 день	15 день	16 день	17 день	18 день	19 день	20 день
завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак	завтрак
Каша овсяная Геркулес жидкая	Омлет натуральный	Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	Суп молочный с макаронами	Каша гречневая молочная	Каша молочная кукурузная жидкая	Омлет натуральный	Каша ячневая молочная жидкая	Суп молочный с крупой	Каша рисовая жидкая с маслом сливочным
Бутерброд с джемом	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с повидлом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с джемом	Бутерброд с сыром	Бутерброд с маслом	Бутерброд с сыром
Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	Какао с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком

Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный		Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	0	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
<b>второй завтрак</b>	<b>второй завтрак</b>	<b>второй завтрак</b>	<b>второй завтрак</b>	<b>второй завтрак</b>	<b>второй завтрак</b>	<b>второй завтрак</b>	<b>второй завтрак</b>	<b>второй завтрак</b>	<b>второй завтрак</b>
Фрукты свежие	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Фрукт свежий	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Фрукты свежие	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Фрукты свежие	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Фрукты свежие
<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>	<b>обед</b>
Салат Витаминный	Салат из свеклы	Салат из моркови	Салат из белокачанной капусты	Винегрет овощной	Салат из моркови	Салат из свеклы	Салат из белокачанной капусты	Винегрет овощной	Салат из моркови и яблок
Суп из овощей	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	Борщ с капустой и картофелем	Рассольник Ленинградский	Суп куриный с вермишелью	Уха рыбацкая	Суп картофельный с мясными фрикадельками	Свекльник	Суп картофельный с курой и сметаной	Суп из овощей
Печень по-Строгановски	Зразы рубленые из говядины	Шницель из птицы		Гуляш из говядины	Суфле из печени		Зразы рыбные рубленые с маслом	Пудинг из печени с морковью	Котлета Здоровье
	Подлив				Подлив				
Макаронные изделия отварные	Каша рисовая рассыпчатая	Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)	Жаркое по-домашнему	Капуста тушеная	Пюре картофельное	Бигус с курой	Картофель в молоке	Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)	Макаронные изделия отварные
Сок фруктовый обогащенный для детского питания	Компот из кураги	Компот из свежих яблок	Компот из сухофруктов	Компот из яблок с лимоном	Компот из кураги	Компот из апельсинов с яблоками	Компот из сухофруктов	Компот из свежих яблок	Сок фруктовый обогащенный для детского питания
Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной
<b>полдник</b>	<b>полдник</b>	<b>полдник</b>	<b>полдник</b>	<b>полдник</b>	<b>полдник</b>	<b>полдник</b>	<b>полдник</b>	<b>полдник</b>	<b>полдник</b>
Сырники из творога	Слойка с повидлом	Салат из свеклы	Расстегай Московский	Запеканка из творога	Сырники из творога	Ватрушка со сметаной	Запеканка из творога	Ватрушка с повидлом	Запеканка морковная с творогом
Соус молочный сладкий		Яйцо вареное		Соус молочный сладкий	Молоко сгущенное		Соус молочный сладкий		Соус молочный сладкий
Напиток из плодов шиповника	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Кисель из концентрата	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Чай с сахаром	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Чай с сахаром	Чай с лимоном	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для	Напиток из плодов шиповника