

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры/ № технологической карты
			Б	Ж	У		
Неделя I День 1 Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	75	2,18	3,8	11,6	89,64	СР2017 №181/
	Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14	СР2017 №376/ ТК №42
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	
Итого за завтрак		205	4,08	4,42	31,06	167,94	
Обед	Каша рассыпчатая гречневая	75	4,14	4,47	18,67	131,25	СР2017 №302/
	Гуляш	100	14,55	16,79	2,89	221	СР2017 №260/
	Компот из свежих плодов	100	0,08	0,08	13,94	57,47	СР2017 №342/ ТК №42
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	
Итого за обед		305	20,57	21,94	48	474,02	
Итого за весь день		510	24,65	26,36	79,06	641,96	

Неделя 1 День 2																				
Завтрак		Каша вязкая молочная из риса и пшеница	78	2,17	3,99	12,0	92,85	СР2017 №175/												
		Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14	СР2017 №376/												
		Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №42												
Итого за завтрак			208	4,1	4,6	31,5	171,2													
обед		Рассольник ленинградский	200	1,16	4,07	9,58	85,8	СР2017 №96/												
		Компот из смеси сухофруктов	100	0,33	0,04	16	66,4	СР2017 №349/												
		Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №42												
Итого за обед			330	3,29	4,71	38,08	216,5													
Итого за весь День			538	7,4	9,3	69,5	387,7													
Неделя 1 День 3																				
Завтрак		Суп молоч. с макар. изделиями	100	1,45	1,78	3,07	35,6	СР2017 №120/												
		Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14	СР2017 №376/												
		Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №42												
Итого за завтрак			230	3,35	2,38	22,57	113,9													
		Пюре картофельное	79	1,53	3,01	10,65	80	СР2017 №128/												
		Тфтели	50	3,39	3,76	4,29	64,54	СР2017 №279/												
		Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14	СР2017 №376/												

	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №42
	Соус томатный	50	0,77	2,24	6,09	47,34	СР2016 №366/
Итого за обед		309	7,59	9,61	40,53	270,18	
Итого за весь день		539	10,9	11,99	63,1	384,08	
Неделя 1 День 4							
	Каша вязкая молочная рисовая	77	1,3	2,1	13,6	80,1	СР2017 №174/
	Кофейный напиток с молоком	100	1,58	1,33	7,97	50,3	СР2017 №379/
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №42
Итого за завтрак		207	4,69	4,06	34,1	194,7	
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,4	3,91	4,72	64	СР2017 №88/
	Компот из смеси сухофруктов	100	0,33	0,04	16	66,4	СР2017 №349/
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №42
Итого за обед		330	3,53	4,55	33,22	194,7	
Итого за весь день		537	8,22	8,61	67,32	389,4	
Неделя 1 День 5							
Завтрак	Макаронные изделия отварные с сыром	75	5,07	5,97	12,78	125,4	СР 2017 №204/
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №42
	Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14	СР2017 №376/

Итого за завтрак		205	6,97	6,57	32,28	203,7			
	Плов	100	10,99	10,99	17,34	214,66		СР2017 №265/	
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3		ТК №42	
	Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14		СР2017 №376/	
Итого за обед		230	12,89	11,59	36,84	292,96			
Итого за весь день		435	19,86	18,16	69,12	496,66			
Неделя 2									
День 1									
Завтрак	Каша вязкая молочная рисовая	77	1,3	2,1	13,6	80,1		СР2017 №174/	
	Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14		СР2017 №376/	
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3		ТК №42	
Итого за завтрак		207	3,2	2,7	33,1	158,4			
Обед	Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	2,05	2,22	12,55	87,2		СР 2017 №112/	
	Кисель из повидла	100	0,05	0	14,53	56,9		СР 2017 №360/	
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3		ТК №42	
Итого за обед		902	3,9	2,82	39,58	208,4			
Итого за весь день		1109	7,11	5,55	72,71	366,8			

Неделя2 День 2									
Завтрак	Суп молоч. с макар. изделиями	100	1,45	1,78	3,07	35,6	СР2017 №120/		
	Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14	СР2017 №376/ ТК №42		
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3			
Итого за завтрак		230	3,35	2,38	22,57	113,9			
	Каша рассыпчатая перловая	75	2,17	3,64	12,85	103,12	СР2017 №302/		
	Котлета	55	7,92	11,27	6,61	161	СР2017 №268/		
	Соус томатный	50	0,77	2,24	6,09	47,34	СР2016 №366/		
	Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14	СР2017 №376/ ТК №42		
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3			
Итого за обед		310	12,76	17,75	45,05	389,76			
Итого за весь день		540	16,11	20,13	67,62	503,66			
Неделя2 День 3									
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	75	2,18	3,8	11,6	89,64	СР2017 №181/		
	Какао с молоком	100	2,03	1,77	8,78	59,3	СР 2017№382		
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №42		
Итого за завтрак		205	6,01	6,19	32,84	213,24			
Обед									
		200	1,4	3,91	4,72	64	СР2004 №3/16		
		Пи из свежей капусты с картофелем							

	Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14	СР2017 №376/
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №42
Итого за обед		330	3,3	4,51	24,22	142,3	
Итого за весь день		535	9,31	10,7	57,06	355,54	
Неделя 2							
День 4							
Завтрак	Каша вязкая молочная из риса и пшени	78	2,2	4,0	12,0	92,9	СР2017 №175/
	Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14	СР2017 №376/
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №42
Итого за завтрак		208	4,07	4,59	31,45	171,15	
	Пюре картофельное	79	1,53	3,01	10,65	80	СР 2017 №128/
	Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	7,76	7,57	17,72	170	СР20017 №232/
	Компот из смеси сухофруктов	100	0,33	0,04	16	66,4	СР2017 №349/
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №42
Итого за обед		289	11,42	11,22	56,87	380,7	
Итого за весь день		497	15,49	15,81	88,32	551,85	

Неделя 2									
День 5									
Завтрак	Каша вязкая молочная рисовая	77	1,3	2,1	13,6	80,1	СР2017 №174/		
	Кофейный напиток с молоком	100	1,58	1,33	7,97	50,3	СР2017 №379/		
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №8		
Итого за завтрак		207	4,69	4,06	34,1	194,7			
	Рагу из птицы	100	6,85	6,44	8,68	120	СР2017 №289/		
	Чай с сахаром	100	0,1	0	7	14	СР2017 №376/		
	Хлеб пшеничный	30	1,8	0,6	12,5	64,3	ТК №8		
Итого за обед		230	8,75	7,04	28,18	198,3			
Итого за весь день		437	13,44	11,1	62,28	393			