|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя первая** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **№ рец.** | | **Наименование блюда** | | **Масса** | | **Пищевая ценность гр.** | | | | | | **Энергетич.** | |  | |  |
| **Сб.рец.** | |  | | **блюда** | | **белки** | | **жиры** | | **углеводы** | | **ценность** | |  | |  |
| **Шк.пит.2004г** | |  | | **гр.** | |  | |  | |  | | **ккал/Дж** | |  | |  |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** | | | | | | | | | | | | |  | |  | |
|  | **ЗАВТРАК:** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | **72-00 руб** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Огурцы св. порцион. | | 1/50 | | 0,25 | | 0 | | 0,85 | | 4,2 | |  | |  | |
|  | Котлета «Нежная» | | 1/90 | | 16,1 | | 11 | | 3,4 | | 187 | |  | |  | |
| 139 | Макароны отварные с маслом | | 1/150/5 | | 5 | | 5,4 | | 35 | | 207,7 | |  | |  | |
|  | Компот из изюма | | 200 | | 0,6 | | 0 | | 27 | | 110 | |  | |  | |
| ТК-7 | Хлеб в/с | | 1/25 | | 2 | | 0,33 | | 10,5 | | 53 | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | **ИТОГО** | |  | | **23,95** | | **16,73** | | **76,75** | | **561,9** | |  | |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ВТОРНИК** | | | | | | |  |  |
|  | **ЗАВТРАК:** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **72-00 руб** |  |  |  |  |  |  |  |
| 302 | Помидор порц. | 1/50 | 0,2 | 0 | 1,1 | 5,2 |  |  |
| 312 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 1/150/10 | 8,2 | 6,5 | 42,8 | 203 |  |  |
| ТК-7 | Хлеб в/с | 1/25 | 2 | 0,33 | 10,5 | 53 |  |  |
| 487 | Гуляш из мяса птицы | 1/60 | 9,55 | 3,74 | 0,25 | 72,5 |  |  |
|  | Сок фрукт | 1/200 | 0,7 | 0,1 | 8,2 | 60 |  |  |
|  | **ИТОГО** |  | **20,65** | **10,67** | **62,85** | **393,7** |  |  |
| **СРЕДА** | | | | | | | | |
|  | **ЗАВТРАК:** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **72-00 руб** |  |  |  |  |  |  |  |
| 337 | Яйцо варёное | 1/40 | 5,1 | 4,6 | 0,3 | 63 |  |  |
| 366 | Запеканка из творога со сгущ.молоком | 1/150/30 | 20,2 | 16,2 | 19,3 | 320 |  |  |
| 376 | Чай с сахаром | 1/200/15 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,4 |  |  |
|  | Фрукты свежие (яблоко,банан,апельсин) | 1/150 | 2,3 | 0 | 18,3 | 123 | 6,8330нка из творога со сгущесте |  |
|  | **ИТОГО** |  | **27,8** | **20,8** | **44,3** | **532,4** |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ЧЕТВЕРГ** | | | | | | | | | | | | | |  | |  |
|  | | **ЗАВТРАК:** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  | | **72-00 руб** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| 175 | | Каша молочная «Дружба» с маслом и сахаром | | 1/150/10/10 | | 2,7 | | 5,41 | | 18,49 | | 128,9 | |  | |  |
| 638 | | Компот из изюма | | 1/200 | | 0,4 | | 0 | | 27,4 | | 120/502 | |  | |  |
| ТК-7 | | Хлеб в/с | | 1/25 | | 2 | | 0,33 | | 10,5 | | 53 | |  | |  |
|  | | Йогурт фруктовый | | 1/100 | | 3,9 | | 2,8 | | 6,5 | | 162,6 | |  | |  |
|  | | **ИТОГО** | |  | | **9,0** | | **8,54** | | **62,89** | | **464,5** | |  | |  |
| **ПЯТНИЦА** | | | | | | | | | | | | |  | |  | |
|  | **ЗАВТРАК:** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | **72-00 руб** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 302 | Каша овсяная молочная | | 1/200 | | 8,3 | | 13 | | 37,2 | | 267 | |  | |  | |
| 52 | Масло слив порционно | | 1/10 | | 0,06 | | 7,26 | | 0,08 | | 65,8 | |  | |  | |
| 722 | Булочка Российская | | 1/60 | | 4,0 | | 1,6 | | 26,3 | | 137 | |  | |  | |
| 383 | Какао на сгущ.молоке | | 1/250/38 | | 3,67 | | 2,6 | | 25,09 | | 138,4 | |  | |  | |
|  | Пастила | | 1/50 | | 0,3 | | 0 | | 24,3 | | 88,6 | |  | |  | |
|  | **ИТОГО** | |  | | **16,33** | | **24,46** | | **112,97** | | **696,8** | |  | |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Неделя вторая** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **№ рец.** | | **Наименование блюда** | | **Масса** | | **Пищевая ценность гр.** | | | | | | **Энергетич.** | |  | |  |
| **Сб.рец.** | |  | | **блюда** | | **белки** | | **жиры** | | **углеводы** | | **ценность** | |  | |  |
| **Шк.пит.2004г** | |  | | **гр.** | |  | |  | |  | | **ккал** | |  | |  |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК** | | | | | | | | | | | | |  | |  | |
|  | **ЗАВТРАК:** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | **72-00 руб** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 302 | Помидоры св.порц. | | 1/50 | | 0,2 | | 0 | | 1,1 | | 5,12 | |  | |  | |
| 312 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | | 1/150 | | 8,7 | | 6,5 | | 42,8 | | 203 | |  | |  | |
| 536 | Сосиска отварная | | 1/60 | | 8,32 | | 16 | | 16,96 | | 156,6 | |  | |  | |
| ТК-7 | Хлеб в/с | | 1/25 | | 2 | | 0,33 | | 10,5 | | 53 | |  | |  | |
|  | Компот из изюма | | 200 | | 0,6 | | 0 | | 27 | | 110 | |  | |  | |
| ТК-3 | Сыр порционно | | 15 | | 4,8 | | 3,9 | | 0 | | 62,6 | |  | |  | |
|  | **ИТОГО** | |  | | **24,62** | | **26,73** | | **98,36** | | **590,32** | |  | |  | |
| **ВТОРНИК** | | | | | | | | | | | | |  | |  | |
|  | **ЗАВТРАК:** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | **72-00 руб** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 219 | Сырники из творога | | 1/150 | | 25,88 | | 20,6 | | 26,8 | | 396,84 | |  | |  | |
| 648 | Кисель из концентрата | | 1/200 | | 0,4 | | 0 | | 30,6 | | 120 | |  | |  | |
| 772 | Булочка Российская | | 1/60 | | 4 | | 1,6 | | 26,3 | | 137 | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | **ИТОГО** | |  | | **30,28** | | **28,2** | | **83,7** | | **653,84** | |  | |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СРЕДА** | | | | | | | | | | | | | |  | |  |
|  | | **ЗАВТРАК:** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
|  | | **72-00 руб** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| 284 | | Омлет натуральный с маслом | | 1/150 | | 13, | | 24,14 | | 2,44 | | 284,36 | |  | |  |
| ТК-7 | | Хлеб в/с | | 1/25 | | 0,2 | | 0,33 | | 10,5 | | 53 | |  | |  |
| 376 | | Чай с сахаром | | 1/200 | | 0,2 | | 0 | | 6,4 | | 26,4 | |  | |  |
| Тк-3 | | Сыр порц. | | 1/15 | | 4,8 | | 3,9 | | 0,06 | | 62,6 | |  | |  |
|  | | Фрукты свежие(банан,яблоко,апельсин) | | 1/150 | | 2,3 | | 0 | | 18,3 | | 123 | |  | |  |
|  | | **ИТОГО** | |  | | **20,5** | | **28,37** | | **37,7** | | **549,36** | |  | |  |
|  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  |
| **ЧЕТВЕРГ** | | | | | | | | | | | | |  | |  | |
|  | **ЗАВТРАК:** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | **72-00 руб** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 172 | Каша манная молочная | | 1/200 | | 8 | | 6,83 | | 38,63 | | 248 | |  | |  | |
| ТК-3 | Сыр порционно | | 1/15 | | 4,8 | | 3,9 | | 0 | | 62,6 | |  | |  | |
|  | Коржик молочный | | 1/75 | | 7,3 | | 8 | | 21,1 | | 113/473 | |  | |  | |
| ТК-7 | Хлеб в/с | | 1/25 | | 2 | | 0,33 | | 10,5 | | 53 | |  | |  | |
| 383 | Какао на сгущ.молоке | | 1/250/38 | | 3,67 | | 2,6 | | 25,09 | | 138,4 | |  | |  | |
|  | **ИТОГО** | |  | | **25,77** | | **21,66** | | **95,32** | | **615** | |  | |  | |
| **ПЯТНИЦА** | | | | | | | | | | | | |  | |  | |
|  | **ЗАВТРАК:** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | **65-00 руб** | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
| 139 | Макароны отварные с маслом | | 1/150/5 | | 5 | | 5,4 | | 35 | | 207,7 | |  | |  | |
| ТК | Тефтели | | 1/71 | | 13,8 | | 16,4 | | 13,1 | | 257 | |  | |  | |
|  | Сок фруктовый | | 1/200 | | 0,7 | | 0,1 | | 8,2 | | 60 | |  | |  | |
| ТК-7 | Хлеб в/с | | 1/25 | | 2 | | 0,33 | | 10,5 | | 53 | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | **ИТОГО** | |  | | **21,5** | | **22,23** | | **66,8** | | **577,7** | |  | |  | |
|  |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |  | |

|  |  |
| --- | --- |
|  | Составил соцпедагог: Шишина М.М. |