****

 **МЕНЮ**

**1 день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд,№ рецептуры | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энер. ценность |
|  | 7-11  | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11  | 12-18  | 7-11  | 12-18  |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 302 Каша вязкая  пшенная с маслом | 0,150 | 0,180 | 4,5 | 5,4 | 1,2 | 1,44 | 30,30 | 36,36 | 180 | 216 |
| № 78 Икра свекольная | 0,100 | 0,100 | 2,4 | 2,4 | 7,6 | 7,6 | 13,0 | 13,0 | 132 | 132 |
| № 685 Чай  | 0,200 | 0,200 | 0,2 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 15,0 | 58 | 58 |
|  Хлеб пшеничный | 0,075 | 0,100 | 5,7 | 7,6 | 0,675 | 0,9 | 35,02 | 46,7 | 160,2 | 213,6 |
| № 96 Масло сливочное | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 12,45 | 12,45 | 0,09 | 0,09 | 115,5 | 115,5 |
| **Итого:** |  |  | **19,91** | **25,21** | **34,3** | **39,04** | **94,24** | **112,2** | **789,5** | **927,8** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 43 Салат овощной или овощ натуральный | 0,100 | 0,100 | 1,4 | 1,4 | 5,1 | 5,1 | 8,9 | 8,9 | 88 | 88 |
| № 139 Суп картофельный  с горохом на м/б | 0,250 | 0,300 | 6,2 | 7,4 | 5,6 | 6,72 | 22,3 | 26,7 | 167 | 200,4 |
| № 539 Рагу овощное с  мясом | 0,200 | 0,250 | 5,75 | 6,44 | 12,75 | 14,28 | 26,75 | 29,96 | 242,5, | 271,6 |
| № 648 Кисель из  концентрата  | 0,200 | 0,200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 30,6 | 30,6 | 118 | 118 |
| Хлеб ржаной  | 0,08 | 0,120 | 5,28 | 7,92 | 0,96 | 1,44 | 27,36 | 41,04 | 132,3 | 198,4 |
| Хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0,2 | 9,76 | 9,76 | 48,4 | 48,4 |
| **Итого:** |  |  | **20,23** | **24,76** | **24,61** | **27,74** | **125,6** | **146,96** | **796** | **924,8** |
| **Итого за день** |  |  | **40,14** | **49,97** | **58,96** | **66,78** | **219,9** | **259,2** | **1585,7** | **1852,** |

**2 день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд,№ рецептуры | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энер. ценность |
| 7-11 л | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11  | 12-18  | 7-11  | 12-18  |
|  **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| №312 Крупеник с творогом | 0,200 | 0,250 | 26 | 31,2 | 25,2 | 30,30 | 61,5 | 73,8 | 587,5 | 705 |
| № 693 Какао с молоком | 0,200 | 0,200/10 | 4,9 | 4,9 | 5,0 | 5,0 | 32,5 | 32,5 | 190 | 190 |
| Хлеб пшеничный | 0,075 | 0,100 | 5,7 | 7,6 | 0,675 | 0,9 | 35,02 | 46,7 | 160,2 | 213,6 |
| №96 Масло сливочное | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 12,45 | 12,45 | 0,09 | 0,09 | 115,5 | 115,5 |
| **Итого**: |  |  | **36,61** | **43,71** | **43,32** | **48,65** | **129,1** | **153** | **1053** | **1228** |
| Овощ натуральный  | 0,100 | 0,100 | 1,4 | 1,4 | 5,1 | 5,1 | 8,9 | 8,9 | 88 | 88 |
| № 116 Борщ с фасолью со сметаной на к/б | 0,2500,01 | 0,3000,01 | 2,00,3 | 2,70,3 | 6,12,0 | 8,12,0 | 12,40,3 | 16,40,3 | 111,621 | 148,821 |
| №451 Котлета из говядины | 0,100 | 0,100 | 15,9 | 15,9 | 14,4 | 14,4 | 16,0 | 16,0 | 261 | 261 |
| № 520 Пюре картофельное | 0,180 | 0,180 | 3,78 | 3,78 | 8,1 | 8,1 | 26,28 | 26,28 | 196,2 | 196,2 |
| № 639 Компот из смесисухофруктов | 0,200 | 0,200 | 0,6 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 61,4 | 61,4 | 124 | 124 |
| Хлеб ржаной | 0,08 | 0,120 | 6,5 | 6,5 | 1,0 | 1,5 | 40,1 | 60,1 | 190 | 285 |
| Хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0,2 | 9,76 | 9,76 | 48,4 | 48,4 |
| **Итого:** |  |  | **32,08** | **32,78** | **36,9** | **39,4** | **175,1** | **199,1** | **1040,2** | **1171,4** |
| **Итого за день:** |  |  | **68,69** | **76,49** | **80,22** | **88,05** | **304,0** | **352,1** | **2093,4** | **2394,4** |

**3 день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд,№ рецептуры | Выход блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценность |
| 7-11  | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11  | 12-18  | 7-11  | 12-18  |
|  **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| №340Омлет натуральный | 0,110 | 0,110 | 10,0 | 10,0 | 16,7 | 16,7 | 1,9 | 1,9 | 199 | 199 |
| № 78 Икра свекольная  | 0,150 | 0,150 | 2,4 | 2,4 | 7,6 | 7,6 | 13,0 | 13,0 | 132 | 132 |
| № 685 Чай  | 0,200 | 0,200 | 0,2 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 15,0 | 58 | 58 |
|  Хлеб пшеничный | 0,075 | 0,100 | 5,7 | 7,6 | 0,675 | 0,9 | 35,02 | 46,7 | 160,2 | 213,6 |
| № 96 Масло сливочное | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 12,45 | 12,45 | 0,09 | 0,09 | 115,5 | 115,5 |
|  **Итого:** |  |  | **18,31** | **20,21** | **37,42** | **3765** | **65,01** | **76,69** | **664,7** | **718,1** |
|  **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Свекла отварная | 0,06 | 0,06 | 1,08 | 1,08 | 0 | 0 | 6,48 | 6,48 | 29,4 | 29,4 |
| № 124 Щи со свежей капустой со сметаной | 0,2500,010 | 0,3000.010 | 2,00.3 | 2,40.3 | 4,32.0 | 5,162.0 | 10,00.3 | 120.3 | 8815,8 | 105,615,8 |
| № 451 Биточки из говядины | 0,100 | 0,100 |  15,9 | 15,9 | 14,4 | 14,4 | 16,0 | 16,0 | 261 | 261 |
| № 520 Пюре картофельное | 0,180 | 0,180 | 3,78 | 3,78 | 8,1 | 8,1 | 26,28 | 26,28 | 196,2 | 196,2 |
| № 639 Компот из смеси сухофруктов  | 0,200 | 0,200 | 0,6 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 61,4 | 61,4 | 124 | 124 |
| Хлеб ржаной | 0,08 | 0,120 | 5,28 | 7,92 | 0,96 | 1,44 | 27,36 | 41,04 | 132,3 | 198,4 |
| Хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0,2 | 9,76 | 9,76 | 48,4 | 48,4 |
| **Итого:** |  |  | **30,54** | **33,58** | **29,96** | **31,3** | **157,5** | **173,2** | **895,1** | **978,8** |
| **Итого за день:** |  |  | **48,85** | **53,79** | **67,38** | **68,95** | **222,5** | **249,9** | **159,8** | **1696,9** |

**4 день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд,№ рецептуры | Выход блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценность |
| 7-11  | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11  | 12-18  | 7-11  | 12-18  |
|  **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 337 Яйцо отварное | 1шт. | 1 шт | 3,17 | 3,17 | 4,4 | 4,4 | 0,3 | 0,3 | 60 | 60 |
| №71 Суп молочный с пшеном | 0,250 | 0,300 | 10,6 | 10,6 | 12,28 | 12,28 | 35,66 | 35,66 | 296 | 296 |
| № 685 Чай | 0,200 | 0,200 | 0,2 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 15,0 | 58 | 58 |
| Хлеб пшеничный | 0,075 | 0,100 | 5,7 | 7,6 | 0,675 | 0,9 | 35,02 | 46,7 | 160,2 | 213,6 |
| №96 Масло сливочное | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 12,45 | 12,45 | 0,09 | 0,09 | 115,5 | 115,5 |
| **Итого:** |  |  | **19,68** | **21,58** | **29,80** | **30,03** | **86,07** | **97,75** | **689,7** | **743,1** |
| **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свежей капусты | 0,06 | 0,06 | 0,84 | 0,84 | 3,06 | 3,06 | 5,34 | 5,34 | 52,8 | 52,8 |
| № 132 Рассольник «Ленинградский» со сметаной  | 0,2500,010 | 0,3000,010 | 3,60,3 | 4,80,3 | 5,42,0 | 7,22,0 | 24,40,3 | 32,10,3 | 16215,8 | 21615,8 |
| №391 Шницель рыбныйнатуральный | 0,100 | 0,100 | 15,0 | 15,0 | 9,6 | 9,6 | 8,4 | 8,4 | 178 | 178 |
| № 520 Пюре картофельное | 0,180 | 0,180 | 3,78 | 3,78 | 8,1 | 8,1 | 26,28 | 26,28 | 196,2 | 196,2 |
| №587 Соус томатный | 0,05 | 0,05 | 1,3 | 1,3 | 2,4 | 2,4 | 4,2 | 4,2 | 44 | 44 |
| № 648 Кисель из концентрата | 0,200 | 0,200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 30,6 | 30,6 | 118 | 118 |
| Хлеб ржаной | 0,08 | 0,120 | 5,28 | 7,92 | 0,96 | 1,44 | 27,36 | 41,04 | 132,3 | 198,4 |
| Хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0,2 | 9,76 | 9,76 | 48,4 | 48,4 |
| **ИТОГО:** |  |  | **31,7** | **35,54** | **31,72** | **34,0** | **136,6** | **158,0** | **947,5** | **1067** |
| **Итого за день:** |  |  | **51,38** | **57,12** | **61,52** | **64,03** | **222,7** | **255,7** | **1637,** | **1810** |

**5день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд,№ рецептуры | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. ценность |
| 7-11  | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11  | 12-18  | 7-11  | 12-18  |
|  **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| №332 Макароны  отварные с маслом  | 0,150 | 0,180 | 5,1 | 6,12 | 9,15 | 10,98 | 34,2 | 41,04 | 244,5 | 293,4 |
| №78 Икра свекольная | 0,100 | 0,100 | 2,4 | 2,4 | 12,4 | 12,4 | 13,0 | 13,0 | 132,0 | 132 |
| № 685Чай  | 0,200 | 0,200 | 0,3 | 0,3 | 0,0 | 0,0 | 15,2 | 15,2 | 60 | 60 |
|  Хлеб пшеничный | 0,075 | 0,100 | 5,7 | 7,6 | 0,675 | 0,9 | 35,02 | 46,7 | 160,2 | 213,6 |
| № 96 Масло сливочное | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 12,45 | 12,45 | 0,09 | 0,09 | 115,5 | 115,5 |
| **Итого:** |  |  | **20,61** | **26,03** | **42,3** | **53,38** | **98,34** | **117,1** | **856** | **1007** |
|  **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Огурец соленный  | 0,06 | 0,06 | 0,48 | 0,48 | 0 | 0 | 1,02 | 1,02 | 6,6 | 6,6 |
| №139 Суп картофельный с фасолью со сметаной на к/б | 0,2500,010 | 0,3000.010 | 7,40,3 | 9,90,3 | 6,72,0 | 8,92,0 | 26,70,3 | 35,60.3 | 200,415,6 | 267,215,6 |
| №462 Тефтели из говядины | 0,100 | 0,100 | 13 | 13 | 16,4 | 16,4 | 13,1 | 13,1 | 257,0 | 257,0 |
| №214 Капуста тушенная | 0,150 | 0,180 | 3,7 | 5,0 | 6,9 | 9,2 | 16,05 | 21,4 | 141 | 188 |
| №587 Соус томатный | 0,03 | 0,03 | 0,7 | 0,7 | 1,4 | 1,4 | 2,5 | 2,5 | 26 | 26 |
| № 639 Компот из смеси сухофруктов  | 0,200 | 0,200 | 0,6 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 61,4 | 61,4 | 124 | 124 |
| Хлеб ржаной | 0,08 | 0,120 | 5,28 | 7,92 | 0,96 | 1,44 | 27,36 | 41,04 | 132,3 | 198,4 |
| Хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0,2 | 9,76 | 9,76 | 48,4 | 48,4 |
| **ИТОГО:** |  |  | **33,06** | **39,5** | **34,56** | **39,54** | **158,1** | **186,1** | **951,3** | **1131,** |
| **Итого за день:** |  |  | **53,67** | **65,53** | **76,86** | **92,92** | **256,5** | **303,2** | **1807** | **2138** |

**6 день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд,№ рецептуры | Выход блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценность |
|  | 7-11  | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11  | 12-18  | 7-11  | 12-18  |
|  **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 337 Яйцо отварное | 50 | 50 | 3,17 | 3,17 | 4,4 | 4,4 | 0,3 | 0,3 | 60 | 60 |
| №71 Суп молочный с геркулесом  | 0,250 | 0,300 | 9,7 | 9,7 | 12,7 | 12,7 | 27,08 | 27,08 | 260,4 | 260,4 |
| № 685 Чай  | 0,200 | 0,200 | 0,2 | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 15,0 | 15,0 | 58 | 58 |
|  Хлеб пшеничный | 0,075 | 0,100 | 5,7 | 7,6 | 0,675 | 0,9 | 35,02 | 46,7 | 160,2 | 213,6 |
| №96 Масло сливочное | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 12,45 | 12,45 | 0,09 | 0,09 | 115,5 | 115,5 |
| **Итого:** |  |  | **18,78** | **20,68** | **30,22** | **30,45** | **77,49** | **89,17** | **654,1** | **707,5** |
|  **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Овощ натуральный или салат овощной | 0,100 | 0,100 | 1,4 | 1,4 | 5,1 | 5,1 | 8,9 | 8,9 | 88 | 88 |
| №135 Суп овощной со сметаной на к/б | 0,2500,01 | 0,300/0,011 | 2,60,3 | 3,50,3 | 6,62,0 | 7,02,2 | 14,80,3 | 19,80,3 | 118,821 | 158,423,1 |
| № 438 Азу из говядины | 0,075 | 0,100 | 10,2 | 13 | 5,5 | 7,2 | 11,1 | 14,5 | 139,1 | 181,5 |
| № 520 Пюре картофельное | 0,180 | 0,180 | 3,78 | 3,78 | 8,1 | 8,1 | 26,28 | 26,28 | 196,2 | 196,2 |
| № 638 Компот из смеси  сухофруктов  | 0,200 | 0,200 | 0,6 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 61,4 | 61,4 | 124 | 124 |
| Хлеб ржаной | 0,080 | 0,120 | 5,28 | 7,92 | 0,96 | 1,44 | 27,36 | 41,04 | 132,3 | 198,4 |
| Хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0,2 | 9,76 | 9,76 | 48,4 | 48,4 |
| **Итого**: |  |  | **25,76** | **32,1** | **28,46** | **31,24** | **159,9** | **181,9** | **867,8** | **1018** |
| **Итого за день :** |  |  | **44,54** | **52,78** | **58,68** | **61,69** | **237,3** | **271,1** | **1521** | **1725** |

**7 день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд,№ рецептуры | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. ценность |
| 7-11  | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11  | 12-18  | 7-11  | 12-18  |
|  **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 161 Суп молочный с манкой | 0,250 | 0,300 | 9,7 | 9,7 | 11,5 | 11,5 | 31,8 | 31,8 | 269,3 | 269,3 |
| № 337Яйцо отварное | 1шт.  |  1 шт. | 3,17 | 3,17 | 4,4 | 4,4 | 0,3 | 0,3 | 60 | 60 |
| № 685 Чай | 0,200 | 0,200 | 0,3 | 0,3 | 0,0 | 0,0 | 15,2 | 15,2 | 60 | 60 |
|  Хлеб пшеничный | 0,075 | 0,100 | 5,7 | 7,6 | 0,675 | 0,9 | 35,02 | 46,7 | 160,2 | 213,6 |
| № 96 Масло сливочное | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 12,45 | 12,45 | 0,09 | 0,09 | 115,5 | 115,5 |
| № 97 Сыр «Российский»  | 0,025 | 0,025 | 6,0 | 6,0 | 7,37 | 7,37 | 0,075 | 0,075 | 90,75 | 90,75 |
| **Итого:** |  |  | **24,88** | **26,78** | **36,39** | **36,62** | **82,48** | **94,16** | **755,7** | **809,1** |
|  **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| №181 Уха с перловой крупой со свежей рыбой. | 0,250  | 0,300  | 11,2 | 15 | 2,6 | 3,5 | 0,6 | 0,6 | 72 | 96 |
| №494Цыпленок жаренный  | 0,08 | 0,100 | 14,96 | 18,7 | 12,24 | 15,3 | 0,48 | 0,6 | 172 | 215 |
| № 224 Рагу овощное  | 0,150 | 0,180 | 3,0 | 4,0 | 12,45 | 16,6 | 13,8 | 16,1 | 150 | 175 |
| № 587 Соус томатный | 0,05 | 0,05 | 1,3 | 1,3 | 2,4 | 2,4 | 4,2 | 4,2 | 44 | 44 |
| № 639 Компот из  смеси сухофруктов  | 200/10 | 200/10 | 0,6 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 61,4 | 61,4 | 124 | 124 |
| Хлеб ржаной | 0,08 | 0,120 | 5,28 | 7,92 | 0,96 | 1,44 | 27,36 | 41,04 | 132,3 | 198,4 |
| Хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0,2 | 9,76 | 9,76 | 48,4 | 48,4 |
| **Итого:** |  |  | **37,94** | **49,12** | **30,85** | **39,44** | **117,6** | **133,7** | **741,7** | **200,8** |
| **Итого за день:** |  |  | **62,82** | **75,9** | **67,24** | **76,06** | **200,0** | **227,8** | **1498,** | **1709** |

**8 день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд,№ рецептуры | Выход блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энерг. ценность |
| 7-11 л | 12-18 л | 7-11 | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11  | 12-18  | 7-11  | 12-18  |
|  **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 340 Омлет натуральный | 0,110 | 0,110  | 10,0 | 10 | 16,7 | 16,7 | 1,9 | 1,9 | 199 | 199 |
| №77 Икра кабачковая | 0,150 |  0,150 |  2,0 |  2,0 |  9,0 |  9,0 |  0,0 |  0,0 |  91 |  91 |
| №692 Кофейный напиток | 0,200 | 0,200 | 10,3 | 10,3 | 1,05 | 1,05 | 46,3 | 46,3 | 265 | 265 |
|  Хлеб пшеничный | 0,075 | 0,100 | 5,7 | 7,6 | 0,675 | 0,9 | 35,02 | 46,7 | 160,2 | 213,6 |
| № 96 Масло сливочное | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 12,45 | 12,45 | 0,09 | 0,09 | 115,5 | 115,5 |
| **Итого**: |  |  | **28,01** | **29,91** | **39,87** | **40,1** | **83,31** | **94,9** | **830,7** | **884,1** |
|  **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Огурец соленный  | 0,06 | 0,06 | 0,48 | 0,48 | 0 | 0 | 1,02 | 1,02 | 6,6 | 6,6 |
| №124 Щи со свежей капустой  со сметаной | 0,25010 | 0,30010 | 2,80,3 | 3,20,3 | 5,12,0 | 6,82,0 | 12,00,3 | 16,00,3 | 105,615,6 | 140,815,6 |
| № 491 Чахохбили из цыпленка | 0,100 | 0,120 | 9,3 | 11,7 | 9,1 | 11,4 | 7,6 | 9,6 | 152,4 | 190,5 |
| № 302 Каша вязкая  перловая с маслом | 0,150 | 0,180 | 3,0 | 3,6 | 5,85 | 7,02 | 21,3 | 25,56 | 151,5 | 181,8 |
| № 639 Компот из смеси  сухофруктов  | 0,200 | 0,200 | 0,6 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 61,4 | 61,4 | 124 | 124 |
|  Хлеб ржаной | 0,08 | 0,120 | 6,5 | 6,5 | 1,0 | 1,5 | 40,1 | 60,1 | 190 | 285 |
| Хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0,2 | 9,76 | 9,76 | 48,4 | 48,4 |
| **Итого:** |  |  | **24,58** | **27,98** | **23,25** | **28,92** | **153,4** | **183,7** | **794,1** | **992,7** |
| **Итого за день:** |  |  | **52,59** | **57,89** | **63,12** | **69,02** | **236,** | **278,6** | **1624** | **1876** |

**9 день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд,№ рецептуры | Выход блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценность |
| 7-11  | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11  | 12-18  | 7-11  | 12-18  |
|  **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 366 Запеканка из творога  | 0,250 |  0,280 | 25,6 | 47,8 | 30,5 | 34,1 | 38,7 | 43,4 | 610 | 683,2 |
| №693 Какао с молоком  | 0,200 | 0,200 | 4,9 | 4,9 | 5,0 | 5,0 | 32,5 | 32,5 | 190 | 190 |
|  Хлеб пшеничный | 0,075 | 0,100 | 5,7 | 7,6 | 0,675 | 0,9 | 35,02 | 46,7 | 160,2 | 213,6 |
| №96 Масло сливочное | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 12,45 | 12,45 | 0,09 | 0,09 | 115,5 | 115,5 |
| **Итого:** |  |  | **36,2** | **60,31** | **48,62** | **52,45** | **106,3** | **122,6** | **1075** | **1202** |
|  **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| Салат из свежей капусты | 0,06 | 0,06 | 0,84 | 0,84 | 3,06 | 3,06 | 5,34 | 5,34 | 52,8 | 52,8 |
| №132 Рассольник «Ленинградский» со сметаной | 0,25010 | 0,30010 | 3,60,3 | 4,80,3 | 5,42,0 | 7,22,0 | 24,40,3 | 32,10,3 | 16215,6 | 21615,6 |
| №423 Бефстроганов  из говядины | 0,080 | 0,100 | 16,7 | 22 | 8,7 | 11,5 | 3,23 | 4,25 | 160,5 | 211,2 |
| № 302 Каша пшеничная  вязкая с маслом | 0,150 |  0,180 | 5,4 | 6,0 | 7,3 | 8,2 | 29,8 | 33,2 | 214,2 | 238 |
| № 639 Компот из смеси  сухофруктов  | 0,200 | 0,200 | 0,6 | 0,6 | 0,0 | 0,0 | 61,4 | 61,4 | 124 | 124 |
| Хлеб ржаной  | 0,08 | 0,120 | 6,5 | 6,5 | 1,0 | 1,5 | 40,1 | 60,1 | 190 | 285 |
| Хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0,2 | 9,76 | 9,76 | 48,4 | 48,4 |
| **Итого:** |  |  | **33,06** | **39,5** | **34,56** | **39,54** | **158,1** | **186,1** | **951,3** | **1131,** |
| **Итого за день:** |  |  | **53,67** | **65,53** | **76,86** | **92,92** | **256,5** | **303,2** | **1807** | **2138** |

**10 день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюд,№ рецептуры | Выход блюда | белки | жиры | углеводы | Энерг. ценность |
| 7-11  | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11 | 12-18  | 7-11  | 12-18  | 7-11  | 12-18 |
|  **ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| №71 Винегрет овощной. | 0,200 | 0,250 | 2,8 | 3,5 | 20,2 | 25,2 | 13,6 | 17,0 | 248 | 312,5 |
| № 337Яйцо отварное | 1шт | 1 шт. | 3,17 | 3,17 | 4,4 | 4,4 | 0,3 | 0,3 | 60 | 60 |
| № 686 Чай  | 0,200 | 0,200 | 0,3 | 0,3 | 0,0 | 0,0 | 15,2 | 15,2 | 60 | 60 |
| Хлеб пшеничный | 0,075 | 0,100 | 5,7 | 7,6 | 0,675 | 0,9 | 35,02 | 46,7 | 160,2 | 213,6 |
| № 96 Масло сливочное | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 0,015 | 12,45 | 12,45 | 0,09 | 0,09 | 115,5 | 115,5 |
| №97 Сыр твердый | 0,025 | 0,025 | 5,7 | 5,7 | 7,2 | 7,2 | 0,0 | 0,0 | 90 | 90 |
| **Итого:** |  |  | **17,68** | **20,28** | **44,92** | **50,15** | **64,21** | **79,29** | **733,7** | **851,6** |
|  **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| № 43 Салат овощной  или овощ натуральный | 0,100 | 0,100 | 1,4 | 1,4 | 5,1 | 5,1 | 8,9 | 8,9 | 88 | 88 |
| № 138Суп картофельный с крупой со сметаной | 0,2500,010 | 0,3000,010 | 3,120,3  | 4,160,3 | 6,3 2,0 | 8,42,2 | 17,1 0,3 | 22,8 0,3 | 139,2 21,0 | 185,6 21,0 |
| №430 Плов из цыпленка  | 0,250 | 0,300 | 20,2 | 24,3 | 19,7 | 23,7 | 45,2 | 54,3 | 447,5 | 537,0 |
| № 648 Кисель из  концентрата  | 0,200 | 0,200 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 30,6 | 30,6 | 118 | 118 |
| Хлеб ржаной | 0,08 | 0,120 | 6,5 | 6,5 | 1,0 | 1,5 | 40,1 | 60,1 | 190 | 285 |
| Хлеб пшеничный | 0,02 | 0,02 | 1,6 | 1,6 | 0,2 | 0,2 | 9,76 | 9,76 | 48,4 | 48,4 |
| **Итого:** |  |  | **33,12** | **38,26** | **34,3** | **41,1** | **151,9** | **186,7** | **1052,** | **1283** |
| **Итого за день :** |  |  | **50,8** | **58,54** | **79,22** | **91,25** | **216,1** | **226,0** | **1785,** | **2134,** |