"УТВЕРЖДАЮ"
Директор МБОУ СОШ с. Бабстово
_____ Е.Е.Лазаренко
Пр. №66 от "01" 09 2026 г.

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ

ДЛЯ ДЕТЕЙ ВОЗРАСТНОЙ КАТЕГОРИИ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ РАЗВИТИЯ

2026 -2027 г

с. Бабстово

2026 г.

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
	ДЕНЬ ПЕРВЫЙ							
	ЗАВТРАК							
54-20к-2020	**Каша жидкая молочная из гречневой крупы**	**200**			**7,1**	**5,8**	**26,6**	**187,3**
	крупа гречневая		*38*	*38*	***4,5***	***1,1***	***19,7***	***106,9***
	вода		*64*	*64*				
	молоко		*96*	*96*	***2,6***	***2,1***	***4,2***	***46,2***
	сахар		*3*	*3*	***0***	***0***	***2,7***	***10,9***
	масло сливочное		*4*	*4*	***0***	***2,6***	***0***	***23,3***
	соль поваренная йодированная		*1*	*1*	*0*	*0*	*0*	*0*
54-1з-2020	**Сыр твердых сортов в нарезке**	**15**			**3,5**	**4,4**	**0**	**53,8**
	Сыр полутвердый		15,6	15	3,5	4,4	0	53,8
54-2гп-2020	**Чай с сахаром**	**200**			**0,2**	**0**	**6,5**	**26,8**
	чай черный байховый		1	1	0,2	0	0,1	1,4
	сахар-песок		7	7	0	0	6,4	25,4
	вода		200	200	0	0	0	0
Пром.	**Хлеб пшеничный**	**60**			**4,59**	**0,495**	**29,505**	**140,595**
	Итого за завтрак	**475**			**11,89**	**6,295**	**62,605**	**354,695**

ОБЕД								
54-2з-2020	ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ (ОГУРЕЦ) **	100			0,8	0,16	2,5	14,16
	Огурец		113	100	0,8	0,16	2,5	14,16
54-2с-2020	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250			5,63	5,50	13,70	126,83
	Свекла		*12,5*	*10*	*0,14*	*0,01*	*0,80*	*3,84*
	Картофель		*62,5*	*45,875*	*0,86*	*0,17*	*6,82*	*32,11*
	Капуста белокачанная		*25*	*20*	*0,35*	*0,025*	*0,85*	*4,925*
	Морковь		*15,625*	*12,5*	*0,15*	*0*	*0,775*	*3,85*
	Лук репчатый		*12,5*	*10*	*0,125*	*0,025*	*0,75*	*3,675*
	Приправа		*0,625*	*0,5*	*0*	*0*	*0,05*	*0,225*
	Томатное пюре		*7,5*	*7,5*	*0,25*	*0*	*0,8*	*4,225*
	Масло растительное		*5*	*5*	*0*	*4,4*	*0*	*39,55*
	Сахар-песок		*2,5*	*2,5*	*0*	*0*	*2,275*	*9,075*
	Лавровый лист		*0,05*	*0,05*	*0*	*0*	*0,025*	*0,125*
	Кислота лимонная		*0,25*	*0,25*	*0*	*0*	*0*	*0,075*
	Соль поваренная йодированная		*0,375*	*0,375*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Бульон(вода)		*200*	*200*	*3,75*	*0,875*	*0,55*	*25,15*
54-4г-2020	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180			6,76	6,96	29,61	208,22
	крупа гречневая		*57,12*	*57,12*	*6,76*	*1,65*	*29,61*	*160,69*
	масло сливочное		*8,16*	*8,16*	*0,00*	*5,30*	*0,00*	*47,53*
	Соль поваренная йодированная		*0,6*	*0,6*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
	вода		*122,4*	*122,4*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
54-16м-2020	ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА С РИСОМ	130			17,64	22,84	23,93	370,91
	Говядина (котлетное мясо)		*39,00*	*34,00*	*8,41*	*4,11*	*0,62*	*73,13*
	Свинина (котлетное мясо)		*39,00*	*34,00*	*5,83*	*13,68*	*0,83*	*149,76*
	Крупа рисовая		21	21	*1,40*	*0,35*	*14,00*	*63,70*
	Молоко		12,6	12,6	*0,30*	*0,30*	*0,60*	*6,00*
	Яйцо куриное		3,2	2,9	*0,39*	*0,33*	*0,00*	*4,88*

	Лук репчатый		11,2	9	*0,15*	*0*	*0,6*	*3,3*
	Мука пшеничная высший сорт		4,00	4	0,4	0,08	2,56	12,24
	Масло подсолнечное		3,6	3,6	0	3,15	0	28,5
	Соль поваренная йодированная		0,5	0,5	0	0	0	0
	Соус красный основной							
	Томатное пюре		8	8	0,28	0	0,84	4,52
	Морковь		4	3,2	0,04	0	0,2	1
	Лук репчатый		1,9	1,6	0,04	0	0,12	0,6
	Мука пшеничная высший сорт		4,00	4	0,4	0,08	2,56	12,24
	Масло сливочное		1,2	1,2	0	0,76	0	7
	Сахар-песок		1	1	0	0	0,92	3,64
	Специи		0,92	0,8	0	0	0,08	0,36
	Лавровый лист		0,008	0,008	0	0	0	0,04
	Соль поваренная йодированная		0,008	0,008	0	0	0	0
	бульон		40	40				
54-23гн-2020	**КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ**	**200**			**3,8**	**3,5**	**11,2**	**91,2**
	Цикорий		5	5	1,1	0,7	0,5	12,4
	Молоко		100	100	2,7	2,8	4,3	53,4
	Сахар-песок		7	7	0	0	6,4	25,4
	Вода		120	120	0	0	0	0
Пром.	**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**	**60**			**4,6**	**0,5**	**29,5**	**140,6**
Пром.	**ХЛЕБ РЖАНОЙ**	**30**			**2,0**	**0,4**	**10,0**	**51,2**
	Итого за Обед	**950**			**41,25**	**39,84**	**120,45**	**1003,11**

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ ВТОРОЙ								
ЗАВТРАК								
80	**Каша пшенная молочная**	**200**			**6,14**	**9,6**	**25,48**	**212,62**
	Вода		***100***	***100***	***0***	***0***	***0***	***0***
	Пшено		***30***	***30***	***3,24***	***0,9***	***18,18***	***93,42***
	Молоко		***104***	***104***	***2,8***	***2,3***	***4,5***	***50,1***
	Сахар		***3***	***3***	***0***	***0***	***2,7***	***10,9***
	Соль повренная йодировнная		***1***	***1***	***0***	***0***	***0***	***0***
	Масло сливочное		***10***	***10***	***0,1***	***6,4***	***0,1***	***58,2***
54-2гп-2020	**ЧАЙ С САХАРОМ**	**200**			**0,2**	**0**	**6,5**	**26,8**
	чай черный байховый		*1*	*1*	*0,2*	*0*	*0,1*	*1,4*
	Сахар-песок		*7*	*7*	*0*	*0*	*6,4*	*25,4*
	Вода		*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*0*
338	**Плоды и ягоды свежие**	**50**			**4,75**	**21,25**	**9,835**	**46,865**
	Персик	**50**			4,75	21,25	9,835	46,865
Пром.	**Хлеб пшеничный**	**60**			**4,59**	**0,495**	**29,505**	**140,595**
	Итого за завтрак	**510**			**15,68**	**31,345**	**71,32**	**426,88**
ОБЕД								
54-16з-2020	**ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ**	**100**			**1,25**	**9,00**	**7,05**	**113,80**
	Картофель		*31,83*	*22*	*0,41*	*0,08*	*3,26*	*15,41*
	Лук репчатый		*18,83*	*15*	*0,19*	*0,04*	*1,13*	*5,51*
	Морковь		*12,5*	*10*	*0,13*	*0,00*	*0,63*	*3,08*
	Свекла		*25,5*	*20*	*0,28*	*0,03*	*1,59*	*7,71*

	Огурец соленый		*37,5*	*30*	*0,25*	*0,05*	*0,45*	*3,00*
	Масло подсолнечная		*10*	*10*	*0,00*	*8,80*	*0,00*	*79,10*
	Соль поваренная йодированная		*0,3*	*0,3*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
54-12с-2020	**СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ**	**250**			**10,31**	**4,64**	**18,23**	**156,08**
	Приправа		*1,76*	*1,75*	*0,05*	*0*	*0,125*	*0,775*
	Консерва рыбная		*45,2*	*40*	*7,85*	*2,05*	*0*	*49,8*
	Картофель		*95,2*	*70*	*1,325*	*0,25*	*10,375*	*49,025*
	лавровый лист		*0,032*	*0,05*	*0*	*0*	*0,025*	*0,125*
	Крупа перловая		*10*	*10*	*0,875*	*0,1*	*6,1*	*28,75*
	Лук репчатый		*10*	*8*	*0,01*	*0,025*	*0,6*	*2,925*
	Морковь		*20*	*16*	*0,2*	*0,025*	*1*	*4,925*
	Масло растительное		*2,5*	*2,5*	*0*	*2,1875*	*0*	*19,75*
	Соль поваренная йодированная		*0,375*	*0,375*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Вода		*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*0*
54-25м-2020	Курица тушеная с морковью	120			16,94	7,56	5,27	157,56
	Птица (бедро, голень, филе)		*80,64*	*71,4*	*15,84*	*1,188*	*0,24*	*75,12*
	Морковь		*34,08*	*27,6*	*0,36*	*0*	*1,68*	*8,4*
	Лук репчатый		*15,48*	*12*	*0,12*	*0*	*0,96*	*4,56*
	Сметана		*10,92*	*10,92*	*0,252*	*1,92*	*0,336*	*19,68*
	Мука пшеничная		*3,24*	*3,24*	*0,36*	*0*	*2,04*	*9,84*
	Масло сливочное		*2,16*	*2,16*	*0,012*	*1,572*	*0,012*	*14,28*
	Масло растительное		*3,24*	*3,24*	*0*	*2,88*	*0*	*25,68*

	Соль поваренная йодированная		*0,84*	*0,84*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Вода		*48*	*48*	*0*	*0*	*0*	*0*
54-11г-2020	**Картофельное пюре**	**180**			**3,72**	**7,2**	**23,64**	**174,96**
	Картофель		*205,7*	*151*	*2,88*	*0,48*	*22,44*	*105,84*
	Молоко		*28,8*	*28,8*	*0,84*	*0,84*	*1,2*	*15,36*
	Масло сливочное		*8,2*	*8,2*	*0*	*5,88*	*0*	*53,76*
	Соль поваренная йодированная		*0,6*	*0,6*	*0*	*0*	*0*	*0*
54-1хн-2020	**КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ**	**200**			**0,5**	**0**	**19,8**	**81**
	Смесь сухофруктов		*26,8*	*25*	*0,5*	*0*	*13,4*	*55,6*
	Сахар-песок		*7*	*7*	*0*	*0*	*6,4*	*25,4*
	Вода		*190*	*190*	*0*	*0*	*0*	*0*
Пром	**Фрукт(яблоко)**	**100**			**0,42**	**0,42**	**9,8**	**44,4**
	Яблоко		100	100	0,42	0,42	9,8	44,4
Пром.	**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**	**60**			**4,6**	**0,5**	**29,5**	**140,6**
Пром.	**ХЛЕБ РЖАНОЙ**	**30**			**2,0**	**0,4**	**10,0**	**51,2**
	Итого за Обед	**860**			**36,01**	**22,50**	**99,66**	**744,63**

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ ТРЕТИЙ								
ЗАВТРАК								
54-19к-2020	**СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ**	**200**			**5,5**	**5,58**	**17,72**	**143,02**
	Макароны (вермишель)		***16***	***16***	***1,66***	***0,18***	***10,26***	***49,32***
	Масло сливочное		***2***	***2***	***0,02***	***1,46***	***0,02***	***13,18***
	Молоко		***140***	***140***	***3,82***	***3,94***	***5,98***	***74,7***
	Вода		***100***	***100***	***0***	***0***	***0***	***0***
	Сахар		***1,6***	***1,6***	***0***	***0***	***1,46***	***5,82***
	Соль		***0,2***	***0,2***	***0***	***0***	***0***	***0***
54-1хн-2020	**КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ**	**200**			**0,5**	**0**	**19,8**	**81**
	Смесь сухофруктов		*26,8*	*25*	*0,5*	*0*	*13,4*	*55,6*
	Сахар-песок		*7*	*7*	*0*	*0*	*6,4*	*25,4*
	Вода		*190*	*190*	*0*	*0*	*0*	*0*
15	**Сыр порциями**	**20**			**4,64**	**5,9**	**0**	**71,66**
	Печенье	**40**			**3,8**	**3,8**	**28,8**	**130**
Пром.	Хлеб пшеничный	60			4,59	0,495	29,505	140,595
	ИТОГО за завтрак	**520**			**19,03**	**15,775**	**95,825**	**566,275**
ОБЕД								
54-3з-2020	**Овощи в нарезке (помидор) *****	**100**			**1,1**	**0,2**	**3,8**	**21,4**
	Томат		*113*	*100*	*1,1*	*0,2*	*3,8*	*21,4*
54-3с-2020	**РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ**	**250**			**8,40**	**5,25**	**18,93**	**156,39**
	Картофель		*102,00*	*75,00*	*1,40*	*0,28*	*11,13*	*52,53*
	Лук репчатый		*12,50*	*10,00*	*0,13*	*0,03*	*0,75*	*3,68*
	Морковь		*12,50*	*10,00*	*0,13*	*0,00*	*0,63*	*3,08*
	Огурец соленый		*18,75*	*15,00*	*0,13*	*0,03*	*0,23*	*1,50*
	Крупа перловая		*10,00*	*10,00*	*0,88*	*0,10*	*6,10*	*28,73*

	Мясо кур (окорочка куриные)		*29,25*	*18,75*	*5,75*	*0,42*	*0,08*	*27,21*
	Масло подсолнечное		*5,00*	*5,00*	*0,00*	*4,40*	*0,00*	*39,55*
	Лавровый лист		*0,05*	*0,05*	*0,00*	*0,00*	*0,03*	*0,13*
	Соль поваренная йодированная		*0,38*	*0,38*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
	Бульон(вода)		*187,50*	*187,50*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
54-1м-2020	**БЕФСТРОГАНОВ ИЗ МЯСА ОТВАРНОГО**	**120**			**17,9**	**18,7**	**2,9**	**252,3**
	Приправа		1,9	1,6	0	0	0,1	0,7
	Сметана		30	30	0,7	4	1	42,5
	Мука пшеничная высший сорт		1,6	1,6	0,2	0	1	4,8
	Мясо свинина(лопаточная часть , грудинка)		109,4	96,8	16,9	13,6	0	190,4
	Лук репчатый		3	2,4	0	0	0,2	0,9
	Морковь		10,9	8,8	0,1	0	0,6	2,7
	Масло сливочное		1,6	1,6	0	1,1	0	10,3
	Соль поваренная йодированная		0,24	0,24	0	0	0	0
	Вода		131,2		0	0	0	0
54-1г-2020	**Макароны отварные**	**180**			**6,36**	**6,6**	**39,24**	**242,4**
	макаронные изделия		61,2	61,2	*6,36*	*0,72*	*39,24*	*188,64*
	масло сливочное		*8,2*	*8,2*	*0*	*5,88*	*0*	*53,76*
	Соль поваренная йодированная		*0,6*	*0,6*	*0*	*0*	*0*	*0*
	вода		*367,2*	*367,2*				
54-3гн-2020	**Чай с лимоном и сахаром**	**200**			**0,3**	**0**	**6,7**	**27,9**
	Лимон		*8*	*7*	*0,1*	*0*	*0,2*	*1,1*
	чай черный байховый		*1*	*1*	*0,2*	*0*	*0,1*	*1,4*
	Сахар-песок		*7*	*7*	*0*	*0*	*6,4*	*25,4*
	Вода		*195*	*195*	*0*	*0*	*0*	*0*
Пром.	**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**	**60**			**4,6**	**0,5**	**29,5**	**140,6**
Пром.	**ХЛЕБ РЖАНОЙ**	**30**			**2,0**	**0,4**	**10,0**	**51,2**
	Итого за Обед	**940**			**40,64**	**31,63**	**111,08**	**892,18**

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
	ДЕНЬ ЧЕТВЕРТЫЙ							
	ЗАВТРАК							
97	**КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ**	**200**			**5,7**	**11,45**	**20,65**	**208**
	Геркулес		*25*	*25*	*2,9*	*1,35*	*13,55*	*77,8*
	Сахар		*3*	*3*	*0*	*0*	*2,7*	*10,9*
	Молоко		*100*	*100*	*2,7*	*2,8*	*4,3*	*53,4*
	Масло сливочное		*10*	*10*	*0,1*	*7,3*	*0,1*	*65,9*
	Соль поваренная йодированная		*3*	*3*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Вода		*80*	*80*	*0*	*0*	*0*	*0*
54-3гн-2020	**Чай с лимоном и сахаром**	**200**			**0,3**	**0**	**9,44**	**38,78**
	Лимон		*7,5*	*7*	*0,1*	*0*	*0,2*	*1,1*
	чай черный байховый		*1*	*1*	*0,2*	*0*	*0,1*	*1,4*
	Сахар-песок		*10*	*10*	*0*	*0*	*9,14*	*36,28*
	Вода		*195*	*195*	*0*	*0*	*0*	*0*
338	Плоды и ягоды свежие	**60**			**0,24**	**0,24**	**5,88**	**26,64**
	яблоко							
Пром.	**Хлеб пшеничный**	**60**			**4,59**	**0,495**	**29,505**	**140,595**
	ИТОГО за завтрак:	**520**			**10,83**	**12,19**	**65,48**	**414,02**
	ОБЕД							
54-13з-2020	**Салат из свеклы отварной**	**100**			**1,3**	**4,5**	**7,6**	**76,1**
	Свекла		*118*	*95*	*1,3*	*0,1*	*7,6*	*36,5*
	Масло растительное		*5*	*5*	*0*	*4,4*	*0*	*39,6*
	Соль поваренная йодированная		*0,3*	*0,3*	*0*	*0*	*0*	*0*
54-7с-2020	**СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ**	**250**			**8,90**	**3,12**	**22,73**	**154,64**
	Макаронные изделия (вермишель)		*10,00*	*10,00*	*1,03*	*0,13*	*6,43*	*30,75*
	Лук репчатый		*12,50*	*10,00*	*0,13*	*0,03*	*0,75*	*3,68*
	Морковь		*12,50*	*10,00*	*0,13*	*0,00*	*0,63*	*3,08*
	Масло подсолнечное		*2,50*	*2,50*	*0,00*	*2,20*	*0,00*	*19,78*
	Лавровый лист		*0,05*	*0,05*	*0,00*	*0,00*	*0,03*	*0,13*
	Мясо кур (окорочка куриные)		*29,25*	*18,75*	*5,75*	*0,42*	*0,08*	*27,21*
	Картофель		*136,00*	*100,00*	*1,88*	*0,35*	*14,83*	*70,03*
	Соль поваренная йодированная		*0,38*	*0,38*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
	Бульон(вода)		*175,00*	*175,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*

54-9м-2020	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250			25,83	25,69	28,27	446,23
	Картофель		*176,5*	*129,75*	*2,44*	*0,49*	*19,27*	*90,69*
	Морковь		*15,6*	*12,5*	*0,86*	*0,17*	*6,82*	*32,11*
	Лук репчатый		*21,5*	*17,25*	*0,22*	*0,04*	*1,29*	*6,32*
	Томатное пюре		*8,12*	*8,12*	*0,27*	*0,00*	*0,87*	*4,58*
	Масло растительное		*8,12*	*8,12*	*0,00*	*7,15*	*0,00*	*64,27*
	Лавровый лист		*0,03*	*0,03*	*0,00*	*0,00*	*0,02*	*0,08*
	Соль поваренная йодированная		*1*	*1*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
	Мясо свинина(лопаточная часть , грудинка)		*142,6*	*126,1*	*22,05*	*17,83*	*0,00*	*248,19*
Пром.	Сок	200					24	96
Пром.	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60			4,6	0,5	29,5	140,6
Пром.	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30			2,0	0,4	10,0	51,2
	Итого за обед	890			42,61	34,20	122,11	964,76

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
	ДЕНЬ ПЯТЫЙ							
	ЗАВТРАК							
23	**Каша манная молочная**	**200**			**6,24**	**6,1**	**19,7**	**158,6**
	Молоко		*100*	*100*	*2,7*	*2,8*	*4,3*	*53,4*
	Вода		*45*	*45*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Крупа манная		*20*	*20*	*3,49*	*-0,35*	*9,05*	*46,82*
	Масло сливочное		*5*	*5*	*0,05*	*3,65*	*0,05*	*32,95*
	Сахар		*7*	*7*	*0*	*0*	*6,3*	*25,43*
54-2гп-2020	**ЧАЙ С САХАРОМ**	**200**			**0,2**	**0**	**6,5**	**26,8**
	чай черный байховый		*1*	*1*	*0,2*	*0*	*0,1*	*1,4*
	Сахар-песок		*7*	*7*	*0*	*0*	*6,4*	*25,4*
	Вода		*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*0*
15	**Сыр порциями**	**20**			**4,64**	**5,9**	**0**	**71,66**
	Печенье	**40**			**3,8**	**3,8**	**28,8**	**130**
Пром.	**Хлеб пшеничный**	**60**			**4,59**	**0,495**	**29,505**	**140,595**
	ИТОГО за завтрак	**520**			**19,47**	**16,295**	**84,505**	**527,655**
	ОБЕД							
54-63-2020	**САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ**	**100**			**1,3**	**10,1**	**3,6**	**109,9**
	капуста белокочанная		*60*	*48*	*0,9*	*0,1*	*2,3*	*12,9*
	огурец		*25*	*20*	*0,2*	*0*	*0,5*	*2,8*
	томат		*25*	*20*	*0,2*	*0*	*0,8*	*4,3*
	масло растительное		*10*	*10*	*0*	*10*	*0*	*89,9*
	соль поваренная йодированная		*0,3*	*0,3*	*0*	*0*	*0*	*0*
	вода		*5*	*5*	*0*	*0*	*0*	*0*
	кислота лимонная		*0,2*	*0,2*	*0*	*0*	*0*	*0*
54-8с-2020	**СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ**	**250**			**11,05**	**5,45**	**19,98**	**173,21**

	Картофель		*85*	*62,5*	*1,18*	*0,23*	*9,28*	*43,78*
	Горох		*20*	*20*	*3,85*	*0,35*	*9,00*	*54,63*
	Лук репчатый		*12,5*	*10*	*0,13*	*0,03*	*0,75*	*3,68*
	Морковь		*12,5*	*10*	*0,13*	*0,00*	*0,63*	*3,08*
	Приправа		*3,125*	*2,5*	*0,03*	*0,03*	*0,23*	*1,18*
	Масло подсолнечное		*5*	*5*	*0,00*	*4,40*	*0,00*	*39,55*
	Лавровый лист		*0,05*	*0,05*	*0,00*	*0,00*	*0,03*	*0,13*
	Мясо кур (окорочка куриные)		*29,25*	*18,75*	*5,75*	*0,42*	*0,08*	*27,21*
	Соль поваренная йодированная		*0,375*	*0,375*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
	Бульон(вода)		*162,5*	*162,5*				
54-3м-2020	**ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ**	**200**			**19,78**	**28,10**	**19,18**	**408,79**
	Говядина (котлетное мясо)		*45,20*	*40,00*	*9,75*	*4,77*	*0,72*	*84,75*
	Свинина (котлетное мясо)		*45,20*	*40,00*	*6,76*	*15,85*	*0,96*	*173,57*
	Крупа рисовая		*15*	*15*	*0,9*	*0*	*10,2*	*45,6*
	Масло растительное		*3,24*	*3,24*	*0*	*2,88*	*0*	*25,68*
	Масло сливочное		*6*	*6*	*0*	*4,4*	*0*	*39,6*
	Морковь		*12,5*	*10*	*0,13*	*0,00*	*0,63*	*3,08*
	Лук репчатый		*15*	*12*	*0,1*	*0*	*1*	*4,4*
	Капуста белокачанная		*150*	*120*	*2*	*0,2*	*5,2*	*29,6*
	Соль поваренная йодированная		*0,6*	*0,6*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Томатное пюре		*4,46*	*4,46*	*0,15*	*0,00*	*0,48*	*2,51*
	Масса полуфабриката			*241,3*				
54-26хн-2020	**КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК**	**200**			**0,2**	**0,1**	**12,7**	**52,4**
	Яблоки свежие		45,2	40	0,2	0,1	3,6	16,1
	Лимонная кислота		0,2	0,2	0	0	0	0
	Сахар- песок		10	10	0	0	9,1	36,3
	Вода		172	172	0	0	0	0
ТТК	**Яйцо отварное**	**40**	**40**	**40**	**5,08**	**4,6**	**0,4**	**62,84**
Пром.	**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**	**60**			**4,6**	**0,5**	**29,5**	**140,6**
Пром.	**ХЛЕБ РЖАНОЙ**	**30**			**2,0**	**0,4**	**10,0**	**51,2**

Итого за Обед	**880**			**43,99**	**49,23**	**95,37**	**998,93**

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ ШЕСТОЙ								
ЗАВТРАК								
54-21к-2020	**КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ**	**200**			**5,2**	**6,5**	**28,4**	**193,7**
	Рис		*30,8*	*30,8*	***2***	***0,3***	***20,7***	***93,5***
	Вода		*58*	*58*	***0***	***0***	***0***	***0***
	Молоко		*118*	*118*	***3,2***	***3,3***	***5***	***63***
	Сахар		*3*	*3*	***0***	***0***	***2,7***	***10,9***
	Соль поваренная йодированная		*1*	*1*	***0***	***0***	***0***	***0***
	Масло сливочное		*4*	*4*	***0***	***2,9***	***0***	***26,3***
54-1з-2020	**Сыр твердых сортов в нарезке**	**15**			**3,5**	**4,4**	**0**	**53,8**
	Сыр полутвердый		15,6	15	3,5	4,4	0	53,8
54-2гп-2020	**ЧАЙ С САХАРОМ**	**200**			**0,2**	**0**	**6,5**	**26,8**
	чай черный байховый		*1*	*1*	*0,2*	*0*	*0,1*	*1,4*
	Сахар-песок		*7*	*7*	*0*	*0*	*6,4*	*25,4*
	Вода		*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*0*
	нектарин	50			4,75	21,25	9,835	46,865
Пром.	**Хлеб пшеничный**	**60**			**4,59**	**0,495**	**29,505**	**140,595**
	Итого за завтрак	**525**			**18,24**	**32,645**	**74,24**	**461,76**
ОБЕД								
54-1т-2020	**Запеканка из творога со сгущенным молоком**	**200**			**34,66**	**21,76**	**34,01**	**471,91**
	творог		*186*	*186*	*31,50*	*14,70*	*8,80*	*293,70*
	крупа манная		*12,9*	*12,9*	*1,20*	*0,10*	*8,30*	*39,20*

	сахар-песок		*12,9*	*12,9*	*0,00*	*0,00*	*11,70*	*46,90*
	Сметана		*6,9*	*6,9*	*0,20*	*0,90*	*0,20*	*9,80*
	сухари панировочные		*6,9*	*6,9*	*0,70*	*0,10*	*4,20*	*20,60*
	яйцо куриное		*5,8*	*5,3*	*0,60*	*0,50*	*0,00*	*7,50*
	масло сливочное		*6,9*	*6,9*	*0,00*	*5,00*	*0,10*	*45,40*
	Соль поваренная йодированная		*0,5*	*0,5*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
	Молоко		*16,5*	*16,5*	*0,46*	*0,46*	*0,71*	*8,81*
ПРОМ	**Сгущенное молоко**	***20***	***20***	***20***	***1,00***	***1,70***	***11,20***	***64,60***
386	**Йогурт**	**200**			**5**	**3,2**	**3,5**	**68**
54-23гн-2020	**КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ**	**200**			**3,8**	**3,5**	**11,2**	**91,2**
	Циикорий		5	5	1,1	0,7	0,5	12,4
	Молоко		100	100	2,7	2,8	4,3	53,4
	Сахар-песок		7	7	0	0	6,4	25,4
	Вода		120	120	0	0	0	0
Пром	**Печенье**	**45**			**3,375**	**8,1**	**30,15**	**207**
	Печенье		45	45	3,375	8,1	30,15	207
Пром	**Фрукт(яблоко)**	**120**			**0,5**	**0,5**	**11,8**	**53,3**
	Яблоко		120	120	0,5	0,5	11,8	53,3
Пром.	**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**	**60**			**4,6**	**0,5**	**29,5**	**140,6**
Пром.	**ХЛЕБ РЖАНОЙ**	**30**			**2,0**	**0,4**	**10,0**	**51,2**
	Итого за Обед	**875**			**54,91**	**39,64**	**141,37**	**1147,80**

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ СЕДЬМОЙ								
ЗАВТРАК								
48	**Макароны отварные с тертым сыром**	**150/25**			**11,01**	**11,95**	**32,80**	**283,02**
	Макарнные изделия		***51***	***51***	***5,3***	***0,6***	***32,7***	***157,2***
	Сыр Голландсккий 8%		***26***	***25***	***5,61***	***7,05***	***0,00***	***86,22***
	Масло сливочное		***6,8***	***6,8***	***0,1***	***4,3***	***0,1***	***39,6***
	Соль поваренная йодированная		***0,6***	***0,5***	***0***	***0***	***0***	***0***
	вода		***306***	***306***	***0***	***0***	***0***	***0***
Пром.	**Сок**	**200**					**24**	**96**
ТТК	**Яйцо отварное**	**40**	**40**	**40**	**5,08**	**4,6**	**0,4**	**62,84**
	Яйцо отварное	1						
Пром.	**Хлеб пшеничный**	**60**			**4,59**	**0,495**	**29,505**	**140,595**
	Итого за завтрак	**475**			**20,68**	**17,05**	**86,71**	**582,45**
ОБЕД								
54-5з-2020	**САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ**	**100**			**1**	**5,1**	**3,1**	**62,5**
	Томаты		*54,2*	*48*	*0,5*	*0,1*	*1,8*	*10,3*
	Огурцы		*39,5*	*35*	*0,3*	*0*	*0,9*	*4,9*
	Лук		*13,6*	*12*	*0,2*	*0*	*0,4*	*2,3*
	Масло растительное		*5*	*5*	*0*	*5*	*0*	*45*
	Соль поваренная ийодированная		*0,3*	*0,3*	*0*	*0*	*0*	*0*
54-11с-2020	**СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ**	**250**			**9,31**	**5,50**	**21,48**	**171,86**
	картофель		*93,75*	*75*	*1,29*	*0,25*	*10,20*	*48,15*
	лук репчатый		*12*	*10*	*0,12*	*0,02*	*0,72*	*3,53*

	морковь		*12,5*	*10*	*0,13*	*0,00*	*0,63*	*3,08*
	Мясо кур (окорочка куриные)		*29,25*	*18,75*	*5,75*	*0,42*	*0,08*	*27,21*
	Рисовая крупа		*5*	*5*	*0,54*	*0,05*	*3,37*	*15,18*
	Гречневая крупа		*12,5*	*12,5*	*1,48*	*0,36*	*6,48*	*35,17*
	Масло растительное		*5*	*5*	*0,00*	*4,40*	*0,00*	*39,55*
	Бульон(вода)		*125*	*125*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
	Соль поваренная йодированная		*0,6*	*0,6*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
54-11р-2020	**РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ (МИНТАЙ)**	**120**			**17,06**	**9,03**	**8,64**	**183,79**
	Рыба свежемороженая(минтай)		*117,94*	*104,40*	*15,60*	*0,86*	*0,00*	*69,77*
	Морковь		*37,54*	*30,00*	*0,34*	*0,00*	*1,89*	*9,26*
	Лук репчатый		*20,91*	*16,80*	*0,17*	*0,00*	*1,20*	*6,17*
	Томатное пюре		*10,80*	*10,80*	*0,34*	*0,00*	*1,20*	*6,17*
	Масло растительное		*9,09*	*9,09*	*0,00*	*8,06*	*0,00*	*71,83*
	Мука		*6,00*	*6,00*	*0,60*	*0,12*	*3,84*	*18,36*
	Приправа		*6,00*	*6,00*	*0,00*	*0,00*	*0,51*	*2,23*
	Соль йодированная		*0,34*	*0,35*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
	Вода		*30,00*	*30,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
54-6г-2020	**РИС ОТВАРНОЙ**	**180**			**4,32**	**6,48**	**43,68**	**250,44**
	Крупа рисовая		*64,8*	*64,8*	*4,32*	*0,6*	*43,68*	*196,68*
	Масло сливочное		*8,16*	*8,16*	*0*	*5,88*	*0*	*53,76*
	Соль поваренная йодированная		*0,6*	*0,6*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Вода		*388,8*	*388,8*	*0*	*0*	*0*	*0*
54-2гп-2020	**ЧАЙ С САХАРОМ**	**200**			**0,2**	**0**	**6,5**	**26,8**
	чай черный байховый		*1*	*1*	*0,2*	*0*	*0,1*	*1,4*
	Сахар-песок		*7*	*7*	*0*	*0*	*6,4*	*25,4*
	Вода		*200*	*200*	*0*	*0*	*0*	*0*
Пром.	**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**	**60**			**4,6**	**0,5**	**29,5**	**140,6**
Пром.	**ХЛЕБ РЖАНОЙ**	**30**			**2,0**	**0,4**	**10,0**	**51,2**
	Итого за Обед	**940**			**38,47**	**27,00**	**122,91**	**887,18**

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
	ДЕНЬ ВОСЬМОЙ							
	ЗАВТРАК							
54-19к-2020	**СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ**	**200**			**5,5**	**5,58**	**17,72**	**143,02**
	Макароны (вермишель)		*16*	*16*	*1,66*	*0,18*	*10,26*	*49,32*
	Масло сливочное		*2*	*2*	*0,02*	*1,46*	*0,02*	*13,18*
	Молоко		*140*	*140*	*3,82*	*3,94*	*5,98*	*74,7*
	Вода		*100*	*100*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Сахар		*1,6*	*1,6*	*0*	*0*	*1,46*	*5,82*
	Соль		*0,2*	*0,2*	*0*	*0*	*0*	*0*
54-3гн-2020	**ЧАЙ С ЛИМОНОМ И САХАРОМ**	**200**			**0,3**	**0**	**6,7**	**27,9**
	Лимон		*8*	*7*	*0,1*	*0*	*0,2*	*1,1*
	чай черный байховый		*1*	*1*	*0,2*	*0*	*0,1*	*1,4*
	Сахар-песок		*7*	*7*	*0*	*0*	*6,4*	*25,4*
	Вода		*195*	*195*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Груша	**80**			**0,3**	**0,23**	**7,73**	**68,26**
Пром.	Хлеб пшеничный	60			4,59	0,495	29,505	140,595
	Итого за завтрак	**540**			**10,69**	**6,31**	**61,66**	**379,78**
	ОБЕД							
54-2з-2020	**ОВОЩИ В НАРЕЗКЕ (ОГУРЕЦ) ****	**100**			**0,8**	**0,16**	**2,5**	**14,16**
	Огурец		113	100	0,8	0,16	2,5	*14,16*
54-6с-2020	**СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ**	**250**			**8,99**	**3,27**	**20,96**	**152,38**
	Морковь		*12,50*	*10,00*	*0,13*	*0,00*	*0,63*	*3,08*
	Лук репчатый		*12,50*	*10,00*	*0,13*	*0,03*	*0,75*	*3,68*
	Лавровый лист		*0,05*	*0,05*	*0,00*	*0,00*	*0,03*	*0,13*
	Картофель		*136,00*	*100,00*	*1,88*	*0,35*	*14,83*	*70,03*
	Мясо кур (окорочка куриные)		*29,25*	*18,75*	*5,75*	*0,42*	*0,08*	*27,21*
	Масло подсолнечное		*2,50*	*2,50*	*0,00*	*2,20*	*0,00*	*19,78*
	Соль поваренная йодированная		*0,38*	*0,38*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
	Яйцо куриное		*3,00*	*1,63*	*0,34*	*0,28*	*0,04*	*3,85*
	Мука пшеничная высшего сорта		*7,70*	*7,70*	*0,78*	*0,00*	*4,62*	*24,64*
ТТК	**АЗУ ПО-ТАТАРСКИ**	**200**			**21,97**	**24,49**	**21,82**	**406,19**
	Мясо свинина(лопаточная часть , грудинка)		*121,25*	*98,75*	*18,75*	*15,16*	*0,00*	*210,99*

	Масло растительное		*10,00*	*10,00*	*0,00*	*8,80*	*0,00*	*79,10*
	Лук репчатый		*21,88*	*15,00*	*0,22*	*0,04*	*1,31*	*6,43*
	Морковь		*35,5*	*28,75*	*0,36*	*0,00*	*1,78*	*8,73*
	Томатная паста		*3,48*	*3,48*	*0,12*	*0,00*	*0,37*	*1,96*
	Мука пшеничная высшего сорта		*2,50*	*2,50*	*0,25*	*0,05*	*1,60*	*19,13*
	Огурцы соленые		*25,00*	*15,00*	*0,21*	*0,04*	*0,38*	*2,50*
	Картофель		*150,00*	*120,00*	*2,07*	*0,40*	*16,37*	*77,25*
	Соль поваренная йодированная		*1,61*	*1,61*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
	Лавровый лист		*0,05*	*0,05*	*0,00*	*0,00*	*0,02*	*0,10*
Пром.	**СОК ФРУКТОВЫЙ**	**180**					**21,6**	**86,4**
Пром.	**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**	**60**			**4,6**	**0,5**	**29,5**	**140,6**
Пром.	**ХЛЕБ РЖАНОЙ**	**30**			**2,0**	**0,4**	**10,0**	**51,2**
	Итого за Обед	**820,00**			**38,37**	**28,81**	**106,39**	**850,92**

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
	ДЕНЬ ДЕВЯТЫЙ							
	ЗАВТРАК							
54-20к-2020	**Каша жидкая молочная из гречневой крупы**	**200**			**7,1**	**5,8**	**26,6**	**187,3**
	крупа гречневая		38	38	**4,5**	**1,1**	**19,7**	**106,9**
	вода		64	64				
	молоко		96	96	**2,6**	**2,1**	**4,2**	**46,2**
	сахар		3	3	**0**	**0**	**2,7**	**10,9**
	масло сливочное		4	4	**0**	**2,6**	**0**	**23,3**
	соль поваренная йодированная		1	1	0	0	0	0
54-21гн-2020	**КАКАО С МОЛОКОМ**	**200**			**4,6**	**4,4**	**12,5**	**107,2**
	Какао-порошок		5	5	1,1	0,7	0,5	12,4
	Молоко		130	130	3,5	3,7	5,6	69,4
	Сахар-песок		7	7	0	0	6,4	25,4
	Вода		80	80	0	0	0	0
338	Плоды и ягоды свежие	60			0,24	0,24	5,88	26,64
	яблоко							
Пром.	Хлеб пшеничный	60			4,59	0,495	29,505	140,595
	ИТОГО за завтрак	**520**			**16,53**	**10,935**	**74,485**	**461,735**
	ОБЕД							
54-8з-2020	**САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ**	**100**			**1,6**	**10,1**	**9,7**	**136,0**
	капуста белокочанная		*105*	*84*	*1,5*	*0,1*	*4*	*23,0*
	морковь		*12,5*	*10*	*0,1*	*0*	*0,7*	*3*

	сахар-песок		*10*	*10*	*0*	*0*	*5*	*20*
	масло растительное		*5*	*5*	*0*	*10*	*0*	*90*
	соль поваренная йодированная		*0,2*	*0,2*	*0*	*0*	*0*	*0*
	вода		*0,3*	*0,3*	*0*	*0*	*0*	*0*
	кислота лимонная		*5*	*5*	*0*	*0*	*0*	*0*
ТТК	**Свекольник со сметаной**	**250**			**8,42**	**6,64**	**16,57**	**160,20**
	Свекла		*65,00*	*50,00*	*0,75*	*0,03*	*4,16*	*19,99*
	Лук репчатый		*12,00*	*10,00*	*0,12*	*0,02*	*0,72*	*3,53*
	Морковь		*12,50*	*10,00*	*0,13*	*0,00*	*0,63*	*3,08*
	Томатная паста		*4,13*	*4,13*	*0,14*	*0,00*	*0,44*	*2,32*
	Лавровый лист		*0,05*	*0,05*	*0,00*	*0,00*	*0,03*	*0,13*
	Масло растительное		*5,25*	*5,25*	*0,00*	*4,62*	*0,00*	*41,53*
	Соль поваренная йодированная		*0,375*	*0,375*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Сметана		*10,00*	*10,00*	*0,25*	*1,30*	*0,30*	*14,15*
	Картофель		*93,75*	*68,75*	*1,29*	*0,24*	*10,22*	*48,27*
	Мясо кур (окорочка куриные)		*29,25*	*18,75*	*5,75*	*0,42*	*0,08*	*27,21*
54-9м-2020	**ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ**	**120**			**24,94**	**13,27**	**6,08**	**242,52**
	Печень куриная		***116,85***	***112,35***	*23,84*	*6,89*	*1,05*	*160,08*
	Сметана		*10,92*	*10,92*	*0,252*	*1,92*	*0,336*	*19,68*
	Мука пшеничная высший сорт		*3,24*	*3,24*	*0,36*	*0*	*2,04*	*9,84*
	Лук репчатый		*15,48*	*12*	*0,12*	*0*	*0,96*	*4,56*
	Морковь до 1 января		*34,08*	*27,6*	*0,36*	*0*	*1,68*	*8,4*
	Масло сливочное		*2,16*	*2,16*	*0,012*	*1,572*	*0,012*	*14,28*
	Масло растительное		*3,24*	*3,24*	*0*	*2,88*	*0*	*25,68*
	Соль поваренная йодированная		*0,84*	*0,84*	*0*	*0*	*0*	*0*
54-1г-2020	**Макароны отварные**	**180**			**6,36**	**6,6**	**39,24**	**242,4**
	макаронные изделия		61,2	61,2	*6,36*	*0,72*	*39,24*	*188,64*
	масло сливочное		*8,2*	*8,2*	*0*	*5,88*	*0*	*53,76*
	Соль поваренная йодированная		*0,6*	*0,6*	*0*	*0*	*0*	*0*
	вода		*367,2*	*367,2*				
54-21гн-2020	**КАКАО С МОЛОКОМ**	**200**			**4,6**	**4,4**	**12,5**	**107,2**
	Какао-порошок		5	5	1,1	0,7	0,5	12,4

№ рецептуры *	Название блюда	Масса	Расход сырья,г		Белки	Жиры	Угле воды	Эн. Ценность
		г.	брутто	нетто	г.	г.	г.	Ккал.
ДЕНЬ ДЕСЯТЫЙ								
ЗАВТРАК								
80	**Каша пшенная молочная**	**200**			**6,14**	**9,6**	**25,48**	**212,62**
	Вода		52	52	0	0	0	0
	Пшено		30	30	3,24	0,9	18,18	93,42
	Молоко		104	104	2,8	2,3	4,5	50,1
	Сахар		3	3	0	0	2,7	10,9
	Соль повренная йодировнная		1	1	0	0	0	0
	Масло сливочное		10	10	0,1	6,4	0,1	58,2
54-2гн-2020	**Чай с сахаром**	**200**			**0,2**	**0**	**9,25**	**37,7**
	чай черный байховый		1	1	0,2	0	0,1	1,4
	сахар-песок		10	10	0	0	9,15	36,3
	вода		200	200	0	0	0	0
54-1з-2020	**Сыр твердых сортов в нарезке**	**15**			**3,5**	**4,4**	**0**	**53,8**
	Сыр полутвердый		15,6	15	3,5	4,4	0	53,8
	Печенье	**40**			**3,8**	**3,8**	**28,8**	**130**
Пром.	**Хлеб пшеничный**	**60**			**4,59**	**0,495**	**29,505**	**140,595**
	Итого за завтрак	**515**			**18,23**	**18,295**	**93,035**	**574,715**
ОБЕД								
54-3з-2020	**Овощи в нарезке (помидор) *****	**60**			**0,7**	**0,1**	**2,3**	**12,8**
	Томат		67,8	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-5с-2020	**СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ**	**250**			**16,76**	**15,27**	**23,93**	**299,94**
	Макаронные изделия (вермишель)		*10*	*10*	*1,025*	*0,08*	*6,425*	*30,825*
	Лук репчатый		*15,625*	*12,5*	*0,175*	*0,025*	*0,925*	*4,575*
	Морковь		*12,5*	*10*	*0,125*	*0*	*0,625*	*3,075*
	Масло подсолнечное		*2,5*	*2,5*	*0*	*2,2*	*0*	*19,775*

	Лавровый лист		*0,05*	*0,05*	*0*	*0*	*0,025*	*0,125*
	Говядина (котлетное мясо)		*38,72*	*33,45*	5,98	4,83	0,00	67,41
	Свинина (котлетное мясо)		33,45	28,50	3,93	6,73	0,60	78,28
	Картофель		*138,5*	*100*	*1,875*	*0,35*	*14,825*	*70,025*
	Яйцо куриное		*3,00*	*2,55*	*0,34*	*0,27*	*0,03*	*3,85*
	Соль поваренная йодированная		*0,6*	*0,6*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Бульон(вода)		*175*	*175*	*3,3*	*0,775*	*0,475*	*22*
54-22м-2020	**РАГУ ИЗ КУРИЦЫ**	**250**			**26,11**	**8,80**	**21,94**	**271,75**
	Мясо птицы		*117,25*	*103,75*	*23,01*	*1,74*	*0,38*	*109,13*
	Картофель		*154,75*	*113,75*	*2,13*	*0,38*	*16,88*	*79,63*
	Мука пшеничная высший сорт		*1,38*	*1,38*	*0,13*	*0,00*	*0,88*	*4,25*
	Томатное пюре		*8,75*	*8,75*	*0,25*	*0,00*	*1,00*	*5,00*
	Лук репчатый		*18,00*	*14,38*	*0,19*	*0,03*	*1,08*	*5,25*
	Морковь		*29,75*	*23,75*	*0,29*	*0,03*	*1,49*	*7,38*
	Приправа		*4,75*	*3,75*	*0,13*	*0,01*	*0,25*	*1,63*
	Масло сливочное		*7,50*	*7,50*	*0,00*	*6,63*	*0,00*	*59,38*
	Лавровый лист		*0,04*	*0,04*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,13*
	Соль поваренная йодированная		*1*	*1*	*0,00*	*0,00*	*0,00*	*0,00*
ПРОМ	**ФРУКТ (ЯБЛОКО)**	**100**			**0,42**	**0,42**	**9,8**	**44,4**
	Яблоко		*100*	*100*	*0,42*	*0,42*	*9,8*	*44,4*
54-6о-2020	**ЯЙЦО ВАРЕНОЕ**	**44**	**40**	**40**	**4,8**	**4**	**0,3**	**56,6**
	Яйцо отварное	*1*						
54-3хн-2020	**КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВ**	**200**			**0,5**	**0**	**19,8**	**81**
	Чернослив		*26,8*	*25*	*0,5*	*0*	*13,4*	*55,6*
	Сахар-песок		*7*	*7*	*0*	*0*	*6,4*	*25,4*
	Вода		*190*	*190*	*0*	*0*	*0*	*0*
Пром.	**ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ**	**60**			**4,6**	**0,5**	**29,5**	**140,6**
Пром.	**ХЛЕБ РЖАНОЙ**	**30**			**2,0**	**0,4**	**10,0**	**51,2**
	Итого за Обед	**994**			**55,87**	**29,47**	**117,58**	**958,28**

Прошито, пронумеровано и скреплено
печатью 16 листов
Документовед:
_____ М.А. Галиаскарова
«01» 09 2026 г.