

ПОНЕДЕЛЬНИК

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Сыр п/ твердый	15	3,480	4,430	3,980	54,0	№15 сб 2017г
Плов из птицы / филе/ 50/150	200	12	13,94	36,45	298,6	№291 сб 2017г
Овощи свежие	100	1,1	0,2	3,9	24,0	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0,05	0,015	13,5	54,0	№375/376 сб 2017г
Итого	550	21,13	19,74	81,330	547,5	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс:обед						
Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,26	16,54	148,25	№102 сб 2017г
Гуляш / говядина/ 50/50	100	10,550	16,8	2,890	221	№250 сб 2017г
Каша гречневая	180	10,3	7,3	46,37	292,6	№302 сб 2017г
Овощи свежие	100	0,8	0,1	2,6	13,2	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	1,5	0,5	21	103,1	№342 сб 2017г
Фрукты свежие	100	0,9	0,2	8,1	43,0	Таб. 24 сб.1994г.
Итого:	961	34,040	31,350	121,000	938,01	

ВТОРНИК

Сезон: Лётний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Бутерброд с маслом сливочным	10/30	2,360	7,490	14,890	136,0	№1 сб 2017г
Каша молочная«Дружба» с сах.	200/10	6,08	11,18	33,48	260,0	№175сб 2017г.
Котлеты рублен. из птицы	100	15,36	9,5	16,15	262,0	№294 сб 2017г
Овощи свежие	100	1,1	0,2	3,8	24,0	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (какао с молоком или чай с сах)	180	3,88	3,2	20,18	118,6	№693 сб 2004г.
Итого	655	33,28	32,72	112,00	917,5	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Борщ с капустой и картофелем	250	1,800	4,93	10,93	103,75	№82 сб 2017г.
Птица жаренная	100	20,2	19,97	0,6	280,0	№293 сб 2017г.
Макароны отварные	180	6,610	5,41	31,720	202,14	№202 сб. 2017 г.
Овощи свежие	100	0,8	0,1	2,6	13,2	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0,12	0,043	39,4	105,3	№691 сб.2004г.
Фрукты свежие	100	0,9	0,2	10,1	43,0	Таб. 24 сб.1994г.
Итого	960	34,930	31,803	118,850	864,29	

СРЕДА

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Сыр п/ твердый	15	3,480	4,430	3,980	54,0	№15 сб 2017г
Биточки / тов./	100	11,52	16,95	24,19	278,0	№258 сб 2017г.
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,52	164,8	№312 сб 2017г.
Овощи свежие	100	0,8	0,1	2,6	13,2	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0,05	0,015	13,5	54,0	№376/376 сб 2017г.
Итого	625	24,03	23,98	88,31	626,9	

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Суп картофельный с лапшой	250	2,68	2,840	17,46	118,3	№112 сб 2017г.
Котлета панированная (филе)	100	20,6	22,4	10	327,00	№496 сб.2004г.
Рис отварной	180	3,65	5,37	36,68	251,6	№304 сб 2017г.
Овощи свежие	100	0,55	0,1	0,95	12,0	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	1,5	0,5	21	103,1	№342 сб 2017г.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	Таб. 24 сб.1994г.
Итого	961	33,88	32,760	119,390	975,9	

ЧЕТВЕРГ

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Б-д с маслом слив.	10/30	2,360	7,49	14,890	136,0	№1 сб. 2017г.
Каша молочная гречневая с сах	200/10	9,01	5,74	45,03	269,0	№173 сб 2017г
Запеканка из творога с морковью, с соусом молочным	130/20	18,95	17,97	49,54	475,8	№224, сб.2017г.
	180	0,05	0,015	13,5	54,0	№375/376 сб 2017г
Чай с сахаром						
Итого	580	30,37	31,215	122,96	934,8	
Прием пищи,						
	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Суп крестьянский с пшеном	250	1,48	4,91	6,09	76,25	№98 сб 2017г
Жаркое по - домашнему/ гов./	200	18,05	20,67	18,9	337,1	№259 сб 2017 г
Овощи свежие	100	0,8	0,1	2,6	13,2	табл сб. 1994г.
Хлебный батон	50	3,95	0,5	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123367
Напиток (компот или сок)	180	0,14		35,1	92,0	№707 сб.2004г.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	Таб. 24 сб.1994г.
Итого	881	24,82	26,58	95,99	682,49	

ПЯТНИЦА

Сезон: Лётный

Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Биточки рублен. из птицы	100	9,36	9,5	16,15	262,0	№294 сб 2017г.
Макароны отварные	180	6,610	5,41	31,720	202,14	№202 сб. 2017 г.
Овощи свежие	100	0,8	0,1	2,6	13,2	табл сб.1994г.
Хлебный батон	40	3,6	0,92	18,8	93,5	Т99115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0,05	0,015	13,5	54,0	№375376 сб 2017г.
Итого	600	20,42	19,40	82,77	624,9	
Примем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Борщ с капустой и картофелем	250	1,800	4,93	10,93	103,75	№82 сб 2017г.
Гуляш / свин/ 50/50	100	10,640	15,19	2,890	309	№260 сб2017г.
Каша пшеничная	180	7,56	5,45	26,62	265,5	№302 сб 2017г.
Овощи свежие или тушеные.	100	1,1	0,2	3,8	24,0	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	Т99115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0,14	0,14	25,1	103,1	№342 сб 2017г.
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	16	47,0	Таб. 24 сб.1994г.
Итого	961	27,25	27,560	108,840	969,3	

ПОНЕДЕЛЬНИК

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Котлета рублен. из птицы	100	9,36	9,5	16,15	262,0	№294 сб 2017г.
Каша гречневая	180	10,300	7,30	46,370	292,6	№302 сб. 2017 г.
Овощи свежие	100	0,8	0,1	2,6	13,2	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	Т99115-001-1212357
Чай с сахаром	180	0,05	0,015	13,5	54,0	№375/376 сб 2017г
Итого	710	25,01	25,00	102,120	738,7	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Суп картофельный с горохом	250	5,49	5,26	16,54	148,25	№102 сб 2017г.
Мясо тушеное/ говядина/ 50/50	100	10,2	17,38	2,56	225,0	№256 сб 2017г.
Макароны отварные	180	6,8	5,4	31,72	202,1	№202 сб 2017г.
Овощи свежие	100	1,1	0,2	3,8	24,0	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	Т99115-001-1212357
Напиток (компот или сок)	180	1,5	0,5	21	103,1	№342 сб 2017г
Фрукты свежие	100	0,9	0,2	8,1	43,0	Таб. 24 сб.1994г.
Итого:	961	30,480	30,100	107,220	862,39	

ВТОРНИК

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Б-д с маслом слив.	10/30	2,360	7,49	14,890	136,0	№1 сб. 2017г.
Каша рисовая молочная с сахаром	200/10	5,92	3,6	52,8	268,0	№174 сб 2017г
Шницель / гов./	100	14	16,95	14,19	278,0	№268 сб 2017г.
Овощи свежие	100	0,8	0,1	2,6	13,2	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0,05	0,015	13,5	54,0	№375/376 сб 2017г
Итого	680	27,63	29,31	121,48	866,1	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Борщ с капустой и картофелем	250	1,800	4,93	10,93	103,75	№82 сб 2017г.
Котлета панированная (филе)	100	20,6	22,4	10	327,0	№496сб2004г
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,52	164,8	№312 сб 2017г.
Овощи свежие	100	0,35	0,5	0,95	5,5	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0,43	0,12	38,62	157,6	№631 сб.2004г.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	Таб. 24 сб.1994г.
Итого	961	31,760	35,260	118,320	922,5	

СРЕДА

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Тертелги гов. соус том. 60/40	100	8,81	14,79	11,16	167,8	№279 с6 2017г.
Каша гречневая	180	10,300	7,34	46,370	292,6	№302 с6 2017г.
Овощи свежие	100	0,8	0,1	2,6	13,2	табл с6, 1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123357
Чай с сахаром	180	0,05	0,015	13,5	54,0	№375/376 с6 2017г.
Итого	640	24,46	23,40	97,13	644,5	

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,840	17,46	118,3	№112,с6 2017г.
Плов из свинины 50/150	200	11,68	19,8	17,2	408,0	№265 с6 2017 г
Овощи свежие	100	1,1	0,2	3,8	24,0	табл с6, 1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-1212357
Напиток (компот или сок)	180	0,14	0	25,1	92,0	№707 с6,2004г.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	Таб. 24 с6,1994г.
Итого	881	20,51	24,390	96,860	806,2	

ЧЕТВЕРГ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Каша молоч. из овсян . крупы «Геркулес» с/сах	200/10	9,04	13,44	50,14	358,0	№173 сб 2017г.
Котлеты рублен. из птицы	100	9,36	9,5	16,15	202,1	№294 сб 2017г.
Овощи свежие	100	1,1	0,2	3,8	24,0	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (чай с сах или какао с молоком)	180	0,05	0,015	13,5	54,0	№693 сб 2004г.
Итого	650	24,05	24,305	107,09		
Прием пищи,	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Суп картофельный с рисом	250	1,97	2,71	12,11	85,75	№101 сб 2017г.
Птица отварная	100	18,4	18,57	0,4	262,00	№288 сб 2017г.
Макароны отварные	180	2,61	5,41	31,72	202,1	№202 сб 2017г.
Овощи свежие	100	1,1	0,1	2,6	13,2	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9115-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0,14	0,14	25,1	103,1	№342 сб 2017г.
Фрукты свежие	100	0,9	0,2	8,1	63,0	Таб. 24 сб.1994г.
Итого	961	29,62	28,28	103,53	846,09	

ПЯТНИЦА

Сезон: Летний

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: завтрак						
Рыба жареная	100	15,2	17,55	11,3	196,0	№230 сб 2017г.
Картофельное пюре	180	3,68	5,76	24,52	164,8	№312 сб 2017г.
Овощи свежие	100	0,8	1,15	23,5	13,2	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9116-001-12123357
Чай с сахаром	180	0,05	0,015	13,5	54,0	375/376 сб 2017г.
Итого	610	24,23	25,63	96,32	544,9	
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции 610	Пищевые вещества			Энергети- ческая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Комплекс: обед						
Борщ с капустой и картофелем	250	1,800	4,93	10,93	103,75	№82 сб 2017г.
Птица тушенная в сметанном соусе 50/50	100	11,78	10,32	2,93	150,00	№290/330 сб 2017г.
Рис отварной	180	3,650	5,37	36,600	251,7	№304 сб. 2017 г.
Овощи свежие или тушеные.	100	0,8	0,1	2,6	13,2	табл сб.1994г.
Хлебный батон	50	4,5	1,15	23,5	116,9	ТУ9116-001-12123357
Напиток (компот или сок)	180	0,14		25,1	92,0	№707 сб.2004г.
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	47,0	Таб. 24 сб.1994г.
Итого	961	23,07	22,270	111,460	774,6	