

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
ЗАВТРАК			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	*Запеканка из творога (манка)	100	17,71	7,22	12,77	186,84	117/2
	*!*Соус молочный сладкий	30	1,10	2,22	3,85	39,75	ТК218/3
	Батон нарезной с маслом	36	0,05	4,35	0,08	39,65	348/1
	Какао с молоком	180	3,67	3,00	11,71	88,53	248/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>346</b>	<b>23</b>	<b>17</b>	<b>28</b>	<b>355</b>	
10 ЧАСОВ			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,60	10/2
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	-
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>162</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>23</b>	<b>118</b>	
ОБЕД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из репчатого лука	20	0,24	1,00	1,88	17,44	325/1
	Суп с рисовой крупой	150	1,42	3,39	10,74	79,20	371*/2
	Жаркое по домашнему	150	9,73	12,69	19,69	231,98	153/1
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,00	7,92	32,17	240/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>495</b>	<b>13</b>	<b>17</b>	<b>53</b>	<b>419</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Рыба, тушёная в томате с овощами	130	16,73	2,45	4,64	107,52	406*/1
	Булочка "Дорожная"	50	4,10	9,87	34,86	244,66	275/1
	Хлеб ржаной	35	2,14	0,42	13,97	68,18	338/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>395</b>	<b>23</b>	<b>13</b>	<b>59</b>	<b>444</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1398</b>	<b>60</b>	<b>49</b>	<b>164</b>	<b>1336</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
ЗАВТРАК			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Каша пшеничная молочная жидкая	153	5,87	6,74	20,13	164,70	96/1
	Батон с повидлом	40	0,04	0,00	5,85	23,54	348*/2
	Кофейный напиток с молоком 1	180	3,03	2,50	12,31	83,82	253/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>373</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>38</b>	<b>272</b>	
10 ЧАСОВ			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Кефир	100	2,90	3,20	4,00	56,40	251/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>56</b>	
ОБЕД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Икра кабачковая порционная	30	0,58	0,00	2,34	11,67	328/1
	Суп картофельный с бобовыми	150	4,33	0,86	13,77	80,06	36/1
	Макаронные изделия отварные	110	4,87	3,47	31,07	175,03	194/1
	Суфле из печени	60	12,63	6,90	5,54	134,69	360*/2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Соус томатный	30	0,70	2,06	4,12	37,74	228/1
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	5,00	21,20	241/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>555</b>	<b>25</b>	<b>13</b>	<b>74</b>	<b>519</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Икра морковная	45	0,66	2,00	3,52	34,69	Н1*/2
	Омлет натуральный	120	10,55	10,93	2,79	151,72	110/1
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44	338/1
	Яблоко	120	0,42	0,00	10,35	43,08	336/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,01	28,01	263/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>495</b>	<b>13</b>	<b>13</b>	<b>36</b>	<b>316</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1523</b>	<b>51</b>	<b>39</b>	<b>152</b>	<b>1163</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
ЗАВТРАК			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Каша манная молочная жидкая	154	5,65	6,33	20,87	163,06	90/1
	Батон с маслом и сыром	46	2,86	7,19	0,08	76,42	337/1
	Какао с молоком	180	3,38	2,75	11,24	83,24	248/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>380</b>	<b>12</b>	<b>16</b>	<b>32</b>	<b>323</b>	
10 ЧАСОВ			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Кефир	130	3,77	4,16	5,20	73,32	251/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>130</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>73</b>	
ОБЕД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Пюре морковное (салат)	30	0,59	1,58	2,80	27,65	213/1
	Борщ со сметаной	150	2,21	2,63	10,10	72,89	27*/1
	Каша перловая рассыпчатая	110	3,19	3,27	22,80	133,44	179*/1
	Гуляш из свинины	70	8,65	11,54	1,77	145,46	152/1
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,00	7,92	32,17	240/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>535</b>	<b>17</b>	<b>19</b>	<b>58</b>	<b>470</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	**Рагу из мяса птицы с картофелем	160	15,53	16,97	14,72	273,70	ТК376/3
	Булочка "Домашняя" (полдник)	40	3,13	4,80	24,56	153,85	274/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>420</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	<b>61</b>	<b>529</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1465</b>	<b>53</b>	<b>62</b>	<b>156</b>	<b>1396</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
ЗАВТРАК			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Запеканка из творога (манка)	115	18,83	7,89	23,35	239,73	117/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Батон нарезной с маслом	31	0,05	4,35	0,08	39,65	348/1
	Кофейный напиток с молоком 1	180	3,59	3,00	12,14	89,91	253/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>326</b>	<b>22</b>	<b>15</b>	<b>36</b>	<b>369</b>	
10 ЧАСОВ			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,60	10/2
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>64</b>	
ОБЕД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Икра кабачковая порционная	30	0,88	0,00	3,55	17,69	328/1
	Рассольник ленинградский	150	1,52	2,23	10,02	66,32	33/1
	Капуста туш.с мясом	180	12,09	13,91	8,51	207,49	200**/1
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	5,00	21,20	241/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>535</b>	<b>17</b>	<b>16</b>	<b>39</b>	<b>371</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Пюре морковное	110	2,24	2,00	10,45	68,73	213/1
	Суфле из печени	60	12,64	7,14	5,57	137,06	360*/2
	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,46	95,22	255/1
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44	338/1
	Яблоко	150	0,53	0,00	12,94	53,86	336/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>530</b>	<b>22</b>	<b>14</b>	<b>49</b>	<b>413</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1541</b>	<b>62</b>	<b>46</b>	<b>139</b>	<b>1218</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
ЗАВТРАК			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,11	4,86	16,60	130,49	44/1
	Батон нарезной с маслом	41	0,06	5,80	0,10	52,87	348/1
	Кофейный напиток с молоком 1	180	3,59	3,00	12,14	89,91	253/1
	*Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>372</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>29</b>	<b>336</b>	
10 ЧАСОВ			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Кефир	130	3,77	4,16	5,20	73,32	251/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>130</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>73</b>	
ОБЕД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из свеклы и яблок	30	0,42	2,00	3,30	32,87	326/1
	Щи с капустой и картофелем со сметанк	150	1,53	3,19	8,58	69,16	56/1
	Картофельное пюре	130	2,42	5,23	15,45	118,50	206/1
	Котлета из свинины	60	8,33	11,03	4,10	148,94	282*/2
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	5,00	21,20	РТ241/3
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>545</b>	<b>15</b>	<b>22</b>	<b>49</b>	<b>449</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			0	0	0	0	
	Капуста тушеная	150	2,75	3,00	9,24	74,92	200/1
	Суфле из рыбы	60	18,14	4,82	2,24	124,80	359/1
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	58,44	338/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>420</b>	<b>23</b>	<b>8</b>	<b>29</b>	<b>282</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1467</b>	<b>55</b>	<b>52</b>	<b>113</b>	<b>1141</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	**Каша ячневая молочная	154	5,60	6,38	19,93	159,58	PT990/3
	Батон с маслом и сыром	41	2,86	7,19	0,08	76,42	337/1
	Чай с молоком	180	3,77	3,25	12,12	92,79	261/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>375</b>	<b>12</b>	<b>17</b>	<b>32</b>	<b>329</b>	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,60	10/2
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>64</b>	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из свеклы	30	0,44	2,00	2,90	31,38	334/1
	Суп картофельный с бобовыми	150	4,31	2,13	13,69	91,11	36/1
	Азу по-татарски с мясом и картофелем	160	9,32	7,95	16,84	176,24	362*/2
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	5,00	21,20	241/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>515</b>	<b>16</b>	<b>12</b>	<b>51</b>	<b>379</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			0	0	0	0	
	Сырники из творога запеченные	133	25,73	8,68	30,54	303,20	130/1
	Молоко кипяченое	180	4,35	3,75	7,05	79,35	255/1
	Яблоко	120	0,42	0,00	10,35	43,08	336/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>473</b>	<b>33</b>	<b>13</b>	<b>64</b>	<b>504</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1513</b>	<b>62</b>	<b>42</b>	<b>162</b>	<b>1274</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	*Каша кукурузная молочная жидкая	154	5,29	6,37	20,94	162,23	91/2
	Батон нарезной с маслом	31	0,05	4,35	0,08	39,65	348/1
	Какао с молоком	180	3,69	3,00	11,72	88,60	248/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>365</b>	<b>9</b>	<b>14</b>	<b>33</b>	<b>290</b>	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,05	79,35	255/1
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	-

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>162</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>15</b>	<b>133</b>	
ОБЕД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из репчатого лука	20	0,24	2,00	2,38	28,42	325/1
	Суп картофельный с клецками	150	3,06	3,24	14,02	97,51	37/1
	Картофельное пюре	130	2,42	5,23	15,45	118,50	206/1
	Гуляш из свинины	70	8,65	11,54	1,77	145,46	152/1
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,00	7,92	32,17	240/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>545</b>	<b>16</b>	<b>22</b>	<b>54</b>	<b>481</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Суфле из кур	60	16,79	17,84	2,94	239,35	183/1
	Пюре морковное	110	2,25	3,45	10,47	81,95	213/1
	Чай с сахаром	150	0,00	0,00	5,01	20,02	263/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	Булочка "Дорожная"	50	4,10	5,88	34,86	208,69	275/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>410</b>	<b>26</b>	<b>28</b>	<b>69</b>	<b>628</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1482</b>	<b>56</b>	<b>69</b>	<b>171</b>	<b>1533</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
ЗАВТРАК			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	154	6,01	7,27	19,28	166,59	93/1
	Батон с повидлом	35	0,04	0,00	6,50	26,16	348*/2
	Кофейный напиток с молоком 1	150	3,59	3,00	12,14	89,91	253/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>339</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>38</b>	<b>283</b>	
10 ЧАСОВ			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,60	10/2
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>64</b>	
ОБЕД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Икра морковная	30	0,44	2,00	2,35	29,13	H1*/2
	**Суп полевой со сметаной	150	1,74	3,37	11,08	81,54	PT370/3
	Овощи тушеные (ужин)	150	2,54	4,45	9,71	88,99	394/1
	Котлета из свинины	60	8,33	11,03	4,10	148,94	282*/2
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	5,00	21,20	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>565</b>	<b>15</b>	<b>21</b>	<b>45</b>	<b>428</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Рыба, запеченная в омлете	80	22,87	10,62	5,68	209,80	138/1
	Икра кабачковая порционная	30	0,58	0,00	2,34	11,67	328/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	Яблоко	150	0,53	0,00	12,94	53,86	336/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>480</b>	<b>26</b>	<b>11</b>	<b>43</b>	<b>377</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1534</b>	<b>52</b>	<b>42</b>	<b>141</b>	<b>1152</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
ЗАВТРАК			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Суп молочный с крупой	150	5,30	5,10	14,99	126,99	43/1
	Батон с маслом и сыром	41	2,86	7,19	0,08	76,42	337/1
	Какао с молоком	180	3,67	3,00	11,71	88,53	248/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>371</b>	<b>12</b>	<b>15</b>	<b>27</b>	<b>292</b>	
10 ЧАСОВ			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Кефир	130	3,77	4,16	5,20	73,32	251/1
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	-
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>142</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>13</b>	<b>127</b>	
ОБЕД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из свеклы и яблок	30	0,42	2,00	3,30	32,87	326/1
	**Суп картофельный с рыбой консервир	150	5,12	5,12	11,86	113,89	РТ369/3
	Капуста туш.с мясом	180	10,76	12,99	7,81	191,23	200**/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	5,00	21,20	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>535</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>40</b>	<b>418</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Печень по строгановски (нов)	60	8,72	3,17	5,61	85,89	162/1
	Макаронные изделия отварные	110	4,87	3,47	31,07	175,03	194/1
	Ватрушка с повидлом	50	5,29	4,40	39,73	219,61	289/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,46	95,22	255/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>440</b>	<b>27</b>	<b>16</b>	<b>101</b>	<b>654</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1488</b>	<b>61</b>	<b>58</b>	<b>181</b>	<b>1491</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
ЗАВТРАК			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Каша манная молочная жидкая	154	5,65	6,33	20,87	163,06	90/1
	Батон нарезной с маслом	31	0,05	4,35	0,08	39,65	348/1
	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,46	95,22	255/1
	*Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>366</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>30</b>	<b>361</b>	
10 ЧАСОВ			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,60	10/2
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>64</b>	
ОБЕД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Салат из репчатого лука	20	0,24	2,00	1,68	25,63	325/1
	**Рассольник ленинградский со сметанс	150	1,75	3,27	11,55	82,58	РТ330/3
	Жаркое по домашнему	150	9,73	12,69	19,69	231,98	153/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,00	7,92	32,17	240/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>495</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>53</b>	<b>431</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	**Рыба тушеная в томате с овощами	130	16,73	3,45	4,64	116,51	РТ406/3
	Ватрушка с творогом	70	10,86	6,10	39,17	254,97	289/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	Яблоко	150	0,53	0,00	12,94	53,86	336/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>570</b>	<b>31</b>	<b>10</b>	<b>79</b>	<b>527</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1581</b>	<b>61</b>	<b>48</b>	<b>177</b>	<b>1383</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 1</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Каша пшеничная молочная жидкая	154	5,87	6,38	20,38	162,46	91/1
	Батон с маслом и сыром	41	2,86	7,19	0,08	76,42	337/1
	Какао с молоком	180	3,67	3,00	11,71	88,53	248/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>375</b>	<b>12</b>	<b>17</b>	<b>32</b>	<b>327</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	-
	Молоко кипяченое	130	3,77	3,25	6,11	68,77	255/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>142</b>	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>14</b>	<b>123</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из свеклы	30	0,42	2,00	2,76	30,72	334/1
	Щи с капустой и картофелем со сметанс	150	1,53	3,19	8,58	69,16	56/1
	Печень по строгановски (нов)	60	8,72	3,17	5,61	85,89	162/1
	Каша гречневая с маслом	130	6,32	3,10	28,58	167,47	186/1
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	5,00	21,20	241/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>545</b>	<b>19</b>	<b>12</b>	<b>63</b>	<b>433</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Суфле из кур	60	16,79	16,84	2,94	230,36	183/1
	Капуста тушеная	150	2,79	3,00	9,35	75,54	200/1
	Ватрушка с повидлом	50	5,29	4,40	39,73	219,61	289/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>480</b>	<b>27</b>	<b>25</b>	<b>74</b>	<b>627</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1542</b>	<b>63</b>	<b>58</b>	<b>183</b>	<b>1511</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 2</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Суп молочный с крупой	150	5,29	4,74	14,48	121,69	43/1
	Батон с маслом и сыром	42	2,86	7,19	0,08	76,42	337/1
	Чай с молоком	180	3,77	3,25	12,12	92,79	261/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>372</b>	<b>12</b>	<b>15</b>	<b>27</b>	<b>291</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Кефир	130	3,77	4,16	5,20	73,32	251/1
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	-
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>142</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>13</b>	<b>127</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Икра морковная	30	0,44	2,00	2,35	29,13	H1*/2
	Борщ со сметаной	150	1,82	3,16	10,05	75,89	27*/1
	Плов из отварного мяса	180	11,33	12,47	31,22	282,36	163/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,00	7,92	32,17	240/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>535</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>64</b>	<b>478</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Омлет натуральный	110	9,95	11,82	2,60	156,55	110/1
	Сок	180	0,90	0,00	18,18	76,32	10/2
	Булочка "Домашняя" (полдник)	40	3,07	4,80	24,53	153,46	274/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	Яблоко	150	0,53	0,00	12,94	53,86	336/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>520</b>	<b>17</b>	<b>17</b>	<b>74</b>	<b>518</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1569</b>	<b>49</b>	<b>56</b>	<b>178</b>	<b>1415</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 3</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	**Лакомка из творога	120	21,59	9,14	17,64	239,24	PT345/3
	Соус молочный сладкий	30	1,20	2,23	4,56	43,09	224/1
	Батон нарезной с маслом	31	0,05	4,35	0,08	39,65	348/1
	Какао с молоком	180	3,67	3,00	11,71	88,53	248/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>361</b>	<b>27</b>	<b>19</b>	<b>34</b>	<b>411</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,60	10/2
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>150</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>15</b>	<b>64</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Икра кабачковая порционная	30	0,58	0,00	2,34	11,67	328/1
	Суп крестьянский с крупой	150	1,59	2,22	9,74	65,26	42/1



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Картофельное пюре	130	2,42	5,23	15,45	118,50	206/1
	Котлета из свинины	60	8,33	11,03	4,10	148,94	282*/2
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	5,00	21,20	241/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>545</b>	<b>15</b>	<b>19</b>	<b>49</b>	<b>424</b>	
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Макаронные изделия отварные (обед)	130	4,86	2,75	31,06	168,42	194/1
	Суфле из печени	60	12,63	7,40	5,54	139,18	360*/2
	Соус томатный	50	0,70	1,06	4,12	28,75	228/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	Яблоко	150	0,53	0,00	12,94	53,86	336/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>610</b>	<b>21</b>	<b>12</b>	<b>76</b>	<b>492</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1666</b>	<b>64</b>	<b>49</b>	<b>174</b>	<b>1390</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 4</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Каша ячневая молочная	154	5,60	6,38	19,93	159,58	99/1
	Батон с маслом и сыром	41	2,86	7,19	0,08	76,42	337/1
	Какао с молоком	180	3,67	3,00	11,71	88,53	248/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>375</b>	<b>12</b>	<b>17</b>	<b>32</b>	<b>325</b>	
	<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,60	10/2
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	-
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>162</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>23</b>	<b>118</b>	
	<b>ОБЕД</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из свёклы с солёным огурцом	40	0,48	4,00	2,63	48,43	21/1
	Суп картофельный с бобовыми	150	3,86	0,86	12,73	74,05	36/1
	**Рагу из мяса птицы с картофелем	160	15,53	16,97	14,72	273,70	ТК376/3
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	5,00	21,20	241/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>525</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>47</b>	<b>476</b>	
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сырники из творога запеченные	133	25,73	8,68	27,55	291,22	130/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	Яблоко	150	0,52	0,00	12,68	52,78	336/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>503</b>	<b>29</b>	<b>9</b>	<b>62</b>	<b>446</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1565</b>	<b>64</b>	<b>50</b>	<b>165</b>	<b>1364</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 3 ДЕНЬ 5</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Омлет натуральный	130	11,69	11,95	3,03	166,41	110/1
	Батон нарезной с маслом	31	0,05	4,35	0,08	39,65	348/1
	Кофейный напиток с молоком 1	180	3,59	3,00	12,14	89,91	253/1
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	-
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>353</b>	<b>16</b>	<b>21</b>	<b>23</b>	<b>350</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Кефир	130	3,77	4,16	5,20	73,32	251/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>130</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>73</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из репчатого лука	20	0,24	2,00	1,88	26,43	325/1
	Свекольник со сметаной	150	1,84	3,17	11,08	80,17	34/1
	Каша перловая рассыпчатая	110	3,18	1,82	22,78	120,22	179*/1
	Фрикадельки мясные в соусе	90	10,57	14,57	9,27	210,40	176/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	5,00	21,20	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>545</b>	<b>18</b>	<b>22</b>	<b>62</b>	<b>517</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Картофельное пюре	130	2,42	5,23	15,45	118,50	206/1
	Печень по строгановски (нов)	60	8,72	3,17	5,61	85,89	162/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	**Шарлотка с яблоками	50	3,13	3,40	13,16	95,70	НРТ77/3
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>460</b>	<b>17</b>	<b>12</b>	<b>56</b>	<b>402</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1488</b>	<b>55</b>	<b>60</b>	<b>147</b>	<b>1342</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 1</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Каша "Геркулес" молочная жидкая	154	6,01	7,27	19,28	166,59	93/1
	Батон с маслом и сыром	40	2,86	7,19	0,08	76,42	337/1
	Молоко кипяченое	160	4,64	4,00	7,52	84,64	255/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>354</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>27</b>	<b>328</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,60	10/2
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	-
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>162</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>23</b>	<b>118</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Икра свекольная	30	0,61	1,00	3,58	25,76	334/1
	Суп с рисовой крупой	150	1,36	2,68	10,07	69,86	371*/2
	Капуста туш.с мясом	180	11,89	14,46	7,89	209,17	200**/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	5,00	21,20	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>535</b>	<b>16</b>	<b>18</b>	<b>39</b>	<b>385</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Рыба, запеченая в омлете	100	24,91	12,25	7,14	238,38	138/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	Булочка "Домашняя" (полдник)	40	3,07	4,80	24,53	153,46	274/1
	Яблоко	150	0,53	0,00	12,94	53,86	336/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>510</b>	<b>31</b>	<b>18</b>	<b>67</b>	<b>548</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1561</b>	<b>62</b>	<b>56</b>	<b>156</b>	<b>1378</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 2</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
ЗАВТРАК			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	*!*Лакомка из творога 120	110	20,84	10,18	17,83	246,16	РТ345/3
	*!*Соус молочный сладкий	30	1,04	1,93	4,06	37,77	ТК218/3
	Батон с повидлом	34	0,04	0,00	5,85	23,54	348*/2
	Какао с молоком	180	3,67	3,00	11,71	88,53	248/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>354</b>	<b>26</b>	<b>15</b>	<b>39</b>	<b>396</b>	
10 ЧАСОВ			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Кефир	130	3,77	4,16	5,20	73,32	251/1
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	-
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>142</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>13</b>	<b>127</b>	
ОБЕД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из репчатого лука	20	0,24	2,00	1,68	25,63	325/1
	Рассольник ленинградский	150	1,51	3,23	9,99	75,13	33/1
	Плов из отварного мяса	180	11,33	12,47	31,22	282,36	163/1
	Котлета из свинины	60	8,33	11,03	4,10	148,94	282*/2
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21	0,00	5,00	20,82	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>585</b>	<b>24</b>	<b>29</b>	<b>64</b>	<b>611</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Картофельное пюре	130	2,42	5,23	15,45	118,50	206/1
	Суфле из печени	60	12,64	6,91	5,56	134,95	360*/2
	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,46	95,22	255/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	Яблоко	150	0,52	0,00	12,68	52,78	336/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>560</b>	<b>23</b>	<b>17</b>	<b>58</b>	<b>479</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1641</b>	<b>77</b>	<b>67</b>	<b>175</b>	<b>1614</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 3</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Суп молочный с крупой	150	5,01	4,85	13,52	117,71	43/1
	Батон нарезной с маслом	31	0,05	4,35	0,08	39,65	348/1
	Кофейный напиток с молоком 1	180	3,59	3,00	12,14	89,91	253/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>361</b>	<b>9</b>	<b>12</b>	<b>26</b>	<b>247</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок	150	0,75	0,00	15,15	63,60	10/2
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	-
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>162</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>23</b>	<b>118</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из свеклы	30	0,42	1,00	2,96	22,53	334/1
	Щи с капустой и картофелем со сметанк	150	1,53	3,19	8,58	69,16	56/1
	Макаронные изделия отварные	110	4,87	3,47	31,07	175,03	194/1
	**Гуляш "ОБЖОРКА" из свинины	60	9,66	14,44	3,56	182,69	НРТ15/3
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21	0,00	5,00	20,82	241/1
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>525</b>	<b>19</b>	<b>22</b>	<b>63</b>	<b>529</b>	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат картофельный с зеленым горошк	45	1,28	2,54	4,40	45,60	23/1
	Суфле из рыбы	60	18,14	5,55	2,25	131,41	359/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	Ватрушка с повидлом	50	5,29	4,40	39,73	219,61	289/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>375</b>	<b>27</b>	<b>13</b>	<b>68</b>	<b>499</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1423</b>	<b>56</b>	<b>49</b>	<b>181</b>	<b>1392</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 4</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Каша ячневая молочная	154	5,60	6,38	19,93	159,58	99/1
	Батон с повидлом	32	0,03	0,00	4,55	18,31	348*/2
	Кофейный напиток с молоком 1	180	3,59	3,00	12,14	89,91	253/1
	*Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>367</b>	<b>14</b>	<b>14</b>	<b>37</b>	<b>331</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Кефир	130	3,77	4,16	5,20	73,32	251/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>130</b>	<b>4</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>73</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Икра кабачковая порционная	30	0,58	0,00	2,34	11,67	328/1
	Свекольник со сметаной	150	2,46	3,70	11,11	87,54	34/1
	**Рагу из мяса птицы с картофелем	160	15,53	16,97	14,72	273,70	ТК376/3

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,21	0,00	5,00	20,82	241/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>515</b>	<b>21</b>	<b>21</b>	<b>45</b>	<b>452</b>	
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Запеканка капустная со свининой	180	11,92	15,09	9,58	221,87	154/1
	Соус томатный	30	0,70	3,06	4,12	46,73	228/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	Яблоко	150	0,53	0,00	12,94	53,86	336/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>580</b>	<b>16</b>	<b>19</b>	<b>49</b>	<b>424</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1592</b>	<b>54</b>	<b>58</b>	<b>136</b>	<b>1281</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 4 ДЕНЬ 5</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	<b>ЗАВТРАК</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Лакомка из творога со сгущенным молоком	113	22,87	9,11	24,84	272,90	345/1
	Батон нарезной с маслом	26	0,05	4,35	0,08	39,65	348/1
	Какао с молоком	180	3,67	3,00	11,71	88,53	248/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>319</b>	<b>27</b>	<b>16</b>	<b>37</b>	<b>401</b>	
	<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Молоко кипяченое	150	4,35	3,75	7,05	79,35	255/1
	Печенье	12	0,77	2,02	8,22	54,10	-
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>162</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>15</b>	<b>133</b>	
	<b>ОБЕД</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Пюре морковное (салат)	30	0,58	0,86	2,76	20,96	213/1
	Борщ со сметаной	150	1,82	3,16	10,05	75,89	27*/1
	Каша перловая рассыпчатая	130	3,75	3,34	26,81	152,32	179*/1
	Соус сметанно-томатный	30	0,96	3,01	4,46	48,68	315*/1
	Котлета из свинины	60	8,33	11,03	4,10	148,94	282*/2
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	Компот из свежих яблок	150	0,12	0,00	7,92	32,17	240/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>575</b>	<b>17</b>	<b>22</b>	<b>68</b>	<b>538</b>	
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Картофельное пюре	130	2,42	5,23	15,45	118,50	206/1
	Печень по строгановски (нов)	60	8,72	3,17	5,61	85,89	162/1
	Сок	180	0,90	0,00	18,18	76,32	10/2
	Яблоко	150	0,52	0,00	12,68	52,78	336/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>560</b>	<b>15</b>	<b>9</b>	<b>68</b>	<b>411</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1616</b>	<b>64</b>	<b>53</b>	<b>188</b>	<b>1484</b>	
	<b>НЕДЕЛЯ 5 ДЕНЬ 1</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	

Утверждаю:  
Заведующий \_\_\_\_\_

Кудымова Н.В.

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Ясли МБДОУ "ДС №44 г. Челябинска"

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК			0	0	0	0	
	Каша пшеничная молочная жидкая	154	4,95	5,85	17,41	142,01	91/1
	Батон с маслом и сыром	40	2,60	6,93	0,08	73,08	337/1
	Кофейный напиток с молоком 1	180	3,32	2,75	11,78	85,12	253/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>374</b>	<b>11</b>	<b>16</b>	<b>29</b>	<b>300</b>	
10 ЧАСОВ			0	0	0	0	
	Сок	130	0,65	0,00	13,13	55,12	10/2
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>130</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>13</b>	<b>55</b>	
ОБЕД			0	0	0	0	
	Салат из свеклы и яблок	30	0,51	4,00	4,24	54,98	326/1
	**Суп картофельный с рыбой консервир	150	6,01	4,84	11,86	114,92	РТ369/3
	Азу по-татарски с мясом и картофелем	180	10,56	10,28	18,95	210,62	362*/2
	Хлеб пшеничный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	-
	**Компот из смеси сухофруктов	150	0,21	0,00	5,00	20,82	РТ241/3
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>535</b>	<b>19</b>	<b>19</b>	<b>52</b>	<b>460</b>	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛД			0	0	0	0	
	Капуста тушеная	130	2,64	2,02	12,51	78,81	200/1
	Котлеты рыбные (ужин)	60	17,09	2,20	3,89	103,68	134/1
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	24,02	263/1
	Хлеб ржаной	40	2,44	0,48	15,96	77,92	338/1
	<b>ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>	<b>410</b>	<b>22</b>	<b>5</b>	<b>38</b>	<b>284</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1449</b>	<b>53</b>	<b>40</b>	<b>133</b>	<b>1100</b>	
			0	0	0	0	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>32104</b>	<b>1236</b>	<b>1103</b>	<b>3372</b>	<b>28357</b>	
			0	0	0	0	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>1529</b>	<b>59</b>	<b>53</b>	<b>161</b>	<b>1350</b>	
			0	0	0	0	
	<b>Содержание БЖУ в % от калорийнос</b>		<b>17</b>	<b>35</b>	<b>48</b>	<b>0</b>	

**Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:**

- 1 Министерство образования и науки Челябинской области "Организация питания детей в дошкольном образовательном учреждении" 2006г. под редакцией В.В. Садырина, составитель Г.Н. Панкратова;
- 2 Акт контрольной проработки № \_\_\_\_\_ МБДОУ "Детский Сад № 44 г. Челябинска"
- 3 Российской Академии Медицинских Наук Научно-Исследовательский Институт питания РАМН В.А Тутельян составитель Федоренко О.В