

с 28.04-09.05.25г.

с 7 летБЦ

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход	Цена	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг				Витамины, мг		
				Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энерг. ценн, ккал	Ca	Mg	P	Fe	B ₁	C	A
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1 ДЕНЬ ЗАВТРАК														
258	Каша молочная манная	220		7,80	11,20	37,60	283,60	2,40	2,60	4,60	1,10	2,00	1,80	0,00
628	Чай с сахаром	200		0,12	0,00	12,00	48,60	1,20	1,60	1,00	4,40	0,00	3,00	0,00
58233	Хлеб пшеничный	15		0,14	0,14	7,47	33,97	3,91	5,26	12,47	0,24	0,02	0,00	0,00
207784	Хлеб ржаной	10		0,66	0,12	3,34	17,40	2,30	3,30	8,70	0,20	0,02	0,00	0,00
54-3с-2020	Сыр порциями	10		2,32	2,95	0,00	36,40	8,80	0,88	6,30	0,56	0,27	0,08	3,20
	Итого:	455		11,04	14,41	60,41	419,97	18,61	13,64	33,07	6,5	2,31	4,88	3,2
2 ДЕНЬ ЗАВТРАК														
54-5м	Котл.бит.шниц из мяса птиц	75		12,60	4,10	3,50	105,00	8,30	15,80	45,00	40,50	15,00	0,00	8,30
468	Гороховое пюре с растит/м	150		14,55	7,20	38,40	189,00	7,05	16,50	19,50	27,00	22,70	11,10	0,30
54-13-2020	Соус томатный	50		0,80	0,35	11,30	52,40	0,00	6,10	11,80	0,25	0,01	0,15	65,90
588	Компот из с/ф	200		0,10	0,00	10,40	41,30	2,60	4,80	5,00	3,40	0,40	0,83	11,00
58233	Хлеб пшеничный	15		0,14	0,14	7,47	33,97	3,91	5,26	12,47	0,24	0,02	0,00	0,00
207784	Хлеб ржаной	10		0,66	0,12	3,34	17,40	2,30	3,30	8,70	0,20	0,02	0,00	0,00
	Итого:	500		28,85	11,91	74,41	439,07	24,16	51,76	102,47	71,59	38,15	12,08	85,50
3 ДЕНЬ ЗАВТРАК														
29з	Натуральные овощные консервы***	20		3,10	0,20	6,50	40,00	0,40	0,70	1,56	0,78	0,26	2,20	1,12
423	Сосиска отварная	75		11,00	24,00	1,50	200,00	1,88	2,85	12,75	7,50	1,50	4,00	0,00
469	Гарнир Макароны отварные с маслом	155		5,20	12,10	34,70	277,45	1,20	1,90	4,40	4,20	4,00	1,29	0,00
528	Чай с лимоном	200		0,20	0,00	13,60	56,00	1,60	1,60	1,00	4,40	0,00	2,40	0,00
58233	Хлеб пшеничный	15		0,14	0,14	7,47	33,97	3,91	5,26	12,47	0,24	0,02	0,00	0,00
207784	Хлеб ржаной	10		0,66	0,12	3,34	17,40	2,30	3,30	8,70	0,20	0,02	0,00	0,00
	Итого:	475		20,3	36,56	67,11	624,82	11,29	15,61	40,88	17,32	5,8	9,89	1,12

4 ДЕНЬ ЗАВТРАК														
29	Салат Витаминный	80		0,96	4,96	5,92	72,16	3,84	3,20	3,12	2,64	1,60	53,60	0,24
620	Фрикадельки мясные из говяд	50		6,20	6,60	3,80	101,00	2,10	7,00	31,00	21,00	4,70	1,65	3,30
257/1	Гарнир Гречка с овощами	200		6,88	11,40	35,32	256,00	1,60	28,00	20,00	22,00	13,40	4,84	0,40
588	Компот из с/ф	200		0,10	0,00	10,40	41,30	2,60	4,80	5,00	3,40	0,40	0,83	11,00
58233	Хлеб пшеничный	15		0,14	0,14	7,47	33,97	3,91	5,26	12,47	0,24	0,02	0,00	0,00
207784	Хлеб ржаной	10		0,66	0,12	3,34	17,40	2,30	3,30	8,70	0,20	0,02	0,00	0,00
	Итого:	555		14,94	23,22	66,25	521,83	16,35	51,56	80,29	49,48	20,14	60,92	14,94
5 ДЕНЬ ЗАВТРАК														
403	Плов из мяса птицы	250		25,50	33,25	58,00	531,00	2,20	10,70	12,80	6,50	5,00	1,50	66,00
588	Компот из с/ф	200		0,10	0,00	10,40	41,30	2,60	4,80	5,00	3,40	0,40	0,83	11,00
58233	Хлеб пшеничный	15		0,14	0,14	7,47	33,97	3,91	5,26	12,47	0,24	0,02	0,00	0,00
207784	Хлеб ржаной	10		0,66	0,12	3,34	17,40	2,30	3,30	8,70	0,20	0,02	0,00	0,00
	Итого:	475		26,40	33,51	79,21	623,67	11,01	24,06	38,97	10,34	5,44	2,33	77,00
6 ДЕНЬ ЗАВТРАК														
205	Каша молоч "Дружба"	210		3,30	12,80	33,10	264,00	115,00	27,00	123,00	0,50	0,07	0,45	33,25
628	Чай с сахаром	200		0,12	0,00	12,00	48,60	1,20	1,60	1,00	4,40	0,00	3,00	0,00
58233	Хлеб пшеничный	15		0,14	0,14	7,47	33,97	3,91	5,26	12,47	0,24	0,02	0,00	0,00
207784	Хлеб ржаной	10		0,66	0,12	3,34	17,40	2,30	3,30	8,70	0,20	0,02	0,00	0,00
54-3с-2020	Сыр порциями	10		2,32	2,95	0,00	36,40	8,80	0,88	6,30	0,56	0,27	0,08	3,20
	Итого:	445		6,54	16,01	55,91	400,37	131,21	38,04	151,47	5,90	0,38	3,53	36,45
7 ДЕНЬ ЗАВТРАК														
29з	Натуральные овощные консервы***	20		3,10	0,20	6,50	40,00	0,40	0,70	1,56	0,78	0,26	2,20	1,12
423	Соус болонье	50		4,55	3,55	20,50	58,05	11,03	12,61	49,75	0,86	0,01	4,60	0,03
472	Гарнир Картофель отварной	150		2,85	0,75	25,20	121,50	1,80	8,25	10,20	6,60	10,05	2,37	24,00
588	Компот из с/ф	200		0,10	0,00	10,40	41,30	2,60	4,80	5,00	3,40	0,40	0,83	11,00
58233	Хлеб пшеничный	15		0,14	0,14	7,47	33,97	3,91	5,26	12,47	0,24	0,02	0,00	0,00
207784	Хлеб ржаной	10		0,66	0,12	3,34	17,40	2,30	3,30	8,70	0,20	0,02	0,00	0,00
	Итого:	445		11,40	4,76	73,41	312,22	22,04	34,92	87,68	12,08	10,76	10,00	36,15

8 ДЕНЬ ЗАВТРАК														
336	Гречка по-купечески	150		8,24	12,80	30,00	224,54	3,75	20,55	29,40	20,40	9,45	1,95	0,45
528	Чай с лимоном	200		0,20	0,00	13,60	56,00	1,60	1,60	1,00	4,40	0,00	2,40	0,00
58233	Хлеб пшеничный	15		0,14	0,14	7,47	33,97	3,91	5,26	12,47	0,24	0,02	0,00	0,00
207784	Хлеб ржаной	10		0,66	0,12	3,34	17,40	2,30	3,30	8,70	0,20	0,02	0,00	0,00
	Итого:	375		9,24	13,06	54,41	331,91	11,56	30,71	51,57	25,24	9,49	4,35	0,45
9 ДЕНЬ ЗАВТРАК														
29	Салат Витаминный	80		0,96	4,96	5,92	72,16	3,84	3,20	3,12	2,64	1,60	53,60	0,24
469	Гарнир Макароны отварные с маслом	155		5,20	12,10	34,70	277,45	1,20	1,90	4,40	4,20	4,00	1,29	0,00
416	Биточки из говядины	75		14,25	3,75	0,00	92,25	0,80	3,40	13,50	3,35	2,55	0,23	1,10
588	Компот из с/ф	200		0,10	0,00	10,40	41,30	2,60	4,80	5,00	3,40	0,40	0,83	11,00
58233	Хлеб пшеничный	15		0,14	0,14	7,47	33,97	3,91	5,26	12,47	0,24	0,02	0,00	0,00
207784	Хлеб ржаной	10		0,66	0,12	3,34	17,40	2,30	3,30	8,70	0,20	0,02	0,00	0,00
	Итого:	535		21,31	21,07	61,83	534,53	14,65	21,86	47,19	14,03	8,59	55,95	12,34
10 ДЕНЬ ЗАВТРАК														
439	Мясо птицы запеч. (окороч)	75		18,00	11,30	0,00	183,80	0,90	3,80	16,50	5,30	2,90	2,25	0,00
463/1	Гарнир Перловка с овощами	200		8,00	8,00	64,00	392,00	1,10	3,50	7,90	2,20	4,70	0,30	13,00
588	Компот из с/ф	200		0,10	0,00	10,40	41,30	2,60	4,80	5,00	3,40	0,40	0,83	11,00
58233	Хлеб пшеничный	15		0,14	0,14	7,47	33,97	3,91	5,26	12,47	0,24	0,02	0,00	0,00
207784	Хлеб ржаной	10		0,66	0,12	3,34	17,40	2,30	3,30	8,70	0,20	0,02	0,00	0,00
	Итого:	500		26,90	19,56	85,21	668,47	10,81	20,66	50,57	11,34	8,04	3,38	24,00
	Всего за 10 дней			176,92	194,07	678,16	4876,86	271,69	302,82	684,16	223,82	109,10	167,31	291,15

***консервированный зеленый горошек, кукуруза, фасоль