

СОГЛАСОВАНО

Директор филиала
Александр Александрович
(подпись)
(ФИО)
(дата)

Директор

Иванова Е.В.



№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
День 1							
61	ОБЕД 5-11	суп гороховый со сметаной	250	5,56	3,68	17,61	126,00
8	ОБЕД 5-11	хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,46	95,00
27	ОБЕД 5-11	макароны отварные	180	9,14	5,98	55,80	313,22
15	ОБЕД 5-11	сосиски отварные	100	12,48	24,12	6,66	135,31
5	ОБЕД 5-11	чай с сахаром	200	1,00	0,10	28,66	112,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			780	32,14	34,60	129,19	781,53
День 2							
139,2	ОБЕД 5-11	суп картофельный с мак. изд.	250	7,00	19,67	9,80	241,73
8	ОБЕД 5-11	хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,46	95,00
304	ОБЕД 5-11	каша гречневая с маслом	180	2,65	2,98	18,60	112,43
9-	ОБЕД 5-11	гуляш из печени	100	12,15	15,46	1,00	196,00
42	ОБЕД 5-11	компот из сухофруктов	200	1,00	0,10	28,66	112,00
7	ОБЕД 5-11	икра кабачковая	60	0,73	12,08	1,87	89,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			850	28,46	36,97	120,06	846,16
День 3							
22	ОБЕД 5-11	борщ со сметаной	250	17,45	6,88	6,18	209,00
8	ОБЕД 5-11	хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,46	95,00
2	ОБЕД 5-11	картофельное пюре	200	4,31	7,10	29,35	179,00
99	ОБЕД 5-11	котлеты на пару	100	18,21	8,91	8,83	185,73
5	ОБЕД 5-11	чай с сахаром	200	1,00	0,10	28,66	112,00
23	ОБЕД 5-11	нарезка из свежих огурцов	80	0,42	1,00	0,91	96,00

ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				850	35,57	27,58	70,73	876,73
День 4								
60	ОБЕД 5-11	суп куриный	250	10,00	19,67	9,08	164,25	
8	ОБЕД 5-11	хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,46	95,00	
50811	ОБЕД 5-11	рис отварной	180	10,52	8,15	51,66	293,00	
17	ОБЕД 5-11	кура тушеная	100	9,53	7,80	6,49	134,12	
5	ОБЕД 5-11	чай с лимоном	200	1,00	0,10	28,66	112,00	
33	ОБЕД 5-11	горошек зеленый	60	0,40	0,05	0,85	6,50	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				850	35,41	36,49	117,20	804,87
День 5								
556	ОБЕД 5-11	рассольник	250	17,45	6,88	6,18	209,00	
8	ОБЕД 5-11	хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,46	95,00	
6	ОБЕД 5-11	ленивые голубцы со сметаной	200	8,66	16,88	15,04	354,00	
11	ОБЕД 5-11	нарезка из свежих помидор	80	1,44	15,10	2,34	56,00	
6	ОБЕД 5-11	чай	200	1,40	0,00	11,98	84,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				790	32,91	39,58	56,00	798,00
День 6								
61	ОБЕД 5-11	суп гороховый со сметаной	250	5,56	3,68	17,61	126,00	
8	ОБЕД 5-11	хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,46	95,00	
27	ОБЕД 5-11	макароны отварные	200	9,14	5,98	55,80	313,22	
6	ОБЕД 5-11	сыр	30	19,65	9,72	10,65	190,71	
5	ОБЕД 5-11	чай с сахаром	200	1,00	0,10	28,66	112,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				720	39,31	20,20	133,18	836,93
День 7								
120	ОБЕД 5-11	щи из свежей капусты	250	5,50	6,75	6,50	150,00	
8	ОБЕД 5-11	хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,46	95,00	
304	ОБЕД 5-11	каша гречневая с маслом	180	2,65	2,98	18,60	190,00	
9-	ОБЕД 5-11	гуляш из мясной	100	12,48	24,12	24,12	287,20	
6	ОБЕД 5-11	чай с сахаром	200	1,00	0,10	28,66	112,00	
62	ОБЕД 5-11	нарезка из свежих помидор	80	0,64	0,08	2,00	29,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				820	27,36	34,75	100,34	863,20
День 8								
41	ОБЕД 5-11	рассольник со сметаной	250	17,45	6,88	6,18	209,00	
8	ОБЕД 5-11	хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,46	95,00	
2	ОБЕД 5-11	картофельное пюре	180	4,31	7,10	30,60	179,00	
	ОБЕД 5-11	нарезка огурцов	60	0,42	1,00	0,91	96,00	
24	ОБЕД 5-11	рыба тушеная	100	8,28	20,67	13,55	180,00	
5	ОБЕД 5-11	чай с сахаром	200	1,00	0,10	28,66	112,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:				780	35,42	36,47	100,36	871,00

День 9							
10	ОБЕД 5-11	суп рыбный	250	9,25	8,32	21,77	181,31
8	ОБЕД 5-11	хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,46	95,00
50811	ОБЕД 5-11	рис отварной	180	10,52	8,15	51,66	293,00
17	ОБЕД 5-11	гуляш из мяса птицы	100	9,53	7,80	6,49	134,12
5	ОБЕД 5-11	чай с лимоном	200	1,00	0,10	28,66	112,00
11	ОБЕД 5-11	кукуруза консервированная	60	1,44	15,10	2,34	59,00
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			850	35,70	40,19	131,38	874,43
День 10							
139,2	ОБЕД 5-11	суп картофельный с мак. изд.	250	7,00	19,67	9,80	241,73
8	ОБЕД 5-11	хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,46	95,00
7	ОБЕД 5-11	плов	200	6,23	6,01	47,80	258,66
6	ОБЕД 5-11	чай	200	2,80	0,00	23,96	98,00
14	ОБЕД 5-11	салат из отварной свеклы	60	1,44	0,24	5,04	82,08
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			770	21,43	26,64	107,06	775,47