

Меню 11 и старше для ДОЛ						
1 неделя						
№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции Гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность, ккал.
			Белки	жиры	углеводы	
День первый 66,5%						
Завтрак 28,5%						
№ 41\05	Масло сливочное порционное	15	0,15	10,90	0,15	47,29
№469\2005	Творожный десерт с бананом	180	19,36	16,64	20,72	310,19
	творог	117	114			
	Бананы	26	18			
	сахар	9	9			
	Мука пшеничная	7	7			
	яйцо	1\2 шт.	18			
	молоко	36	36			
	Масло сливочное	3,5	3,5			
	Сухари панировочные для листа	3,5	3,5			
№248\05	Какао на молоке	200	3,76	3,93	25,96	154,06
	Какао порошок	4	4			
	молоко	100	100			
	Сахар песок	11	11			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	455	27,71	33,27	77,68	661,60
10 час.	Молоко	200	5,60	6,40	9,40	116,0
Обед 38%						
Табл.№32\05	Овощи свежие порционные	100	1,33	0,16	5,66	23,33
		брутто	нетто			
	Огурец свежий или	102	100			
	Помидор свежий	118	100			
№41\2005	Рассольник рыбный со	250\7\35	5,02	11,30	28,74	156,0

	сметаной					
	картофель	133	100			
	Крупа рисовая	5	5			
	морковь	17	13			
	Лук репчатый	8	7			
	Огурцы соленые	23	20			
	Масло растительное	4	4			
	сметана	7	7			
	минтай	61	43			
ТТК	Котлета по -деревенски из говядины с соусом	75\50	12,45	28,97	18,63	273,42
	Говядина б\к	65	54			
	картофель	21	15			
	Лук репчатый	24	20			
	Масло растительное	5	5			
	Соус мука пшеничная	2,5	2,5			
	Томат паста	2	2			
	морковь	5,5	5			
	Лук репчатый	1,2	1			
	Масло растительное	1	1			
№206\05	Картофельное пюре	150	3,19	6,05	23,29	160,46
	картофель	171	127,5			
	молоко	25	24			
	Масло сливочное	5	5			
Промыш.	Сок фруктовый	200	1,0	-	28,0	112,0
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
	ИТОГО за обед	866	32,99	49,42	163,14	1035,43
	ИТОГО за день:	1521	66,30	89,09	250,22	1813,03

День второй 63%

Завтрак 22%						
№42\05	Сыр порционный	16	7,68	7,86	0	104,13

	сыр	18	16			
№110\2005	Омлет натуральный с маслом	105\5	7,20	8,60	2,10	148,80
	молоко	30	30			
	яйцо	2 шт.	80			
	Масло сливочное	10	10			
№261\2005	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	чай	0,5	0,5			
	сахар	15	15			
	лимон	8	7			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	542	19,36	18,27	48,26	464,61
10 час.	Кисломолочный продукт	216	10,80	3,24	18,37	126,05
Обед 41%						
Промыш.	Икра кабачковая(для детского питания)	100	0,8	4,0	4,3	55,0
		брутто	нетто			
	Икра кабачковая	102	100			
№206\2005	Суп картофельный с горохом и курами	250\25	6,20	5,60	22,30	166,00
	Картофель	83	50			
	Крупа Горох	21	20			
	Лук репчатый	12	10			
	Морковь	13	10			
	Масло растительное	5	5			
	куры	45	38			
№708\05	Капуста тушеная	180	4,72	5,87	24,23	157,04
	Капуста свежая	258	206			
	Лук репчатый	9	7			
	Морковь	5	3			
	Томат паста	4	4			
	Масло сливочное	6,5	6,5			
	Мука пшеничная	2,2	2,2			

	Сахар	3	3			
ТТК	Котлета по куравински	100	12,24	17,0	9,0	237,96
	Рыба минтай	64	42			
	Свинина	38	30			
	Лук репчатый	12	10			
	Картофель	17	10			
	яйцо	1\10 шт.	4			
	Мука пшеничная	10	10			
	Масло растительное	8	8			
Промыш.	Сок фруктовый	200	1,0	-	28,0	112,0
Промыш.	Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,6	86,0
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
	ИТОГО за обед	1055	35,76	36,21	166,25	1124,22
	Итого за день	1597	65,92	57,72	232,88	1714,88

День третий 61,5%

Завтрак 22,5%

№ 41\05	Масло сливочное порционное	15	0,15	10,90	0,15	47,29
№103\05	Макаронник	200	11,0	10,96	57,20	371,26
	макароны	60	60			
	молоко	80	80			
	сахар	8	8			
	Масло сливочное	4	4			
	яйцо	2\5 шт.	16			
№942,943	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
	Чай заварка сухая	1	1			
	Сахар песок	11	11			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	615	15,71	23,66	100,24	617,25
10 час	Молоко	200	5,60	6,40	9,40	116,0

Обед 39%

№187\1996	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и курами	250\7\25	1,46	3,80	11,30	117,0
-----------	---	-----------------	-------------	-------------	--------------	--------------

	картофель	50	30			
	Капуста свежая	62	50			
	Морковь	12,5	10			
	Лук репчатый	12	10			
	Томат паста	3	3			
	Масло растительное	5	5			
	Сметана	7	7			
	куры	45	38			
№ 38\2006	Рис с овощами	180	4,05	8,25	30,30	198,60
	Крупа рисовая	48	48			
	морковь	33	26			
	Лук репчатый	21	17			
	Зеленый горошек консервированный	28	18			
	Масло сливочное	12	12			
№ 143\2005	Рыба тушеная в сметанном соусе	140	15,42	13,47	5,61	205,32
	Рыба минтай	115	85			
	Лук репчатый	17	14			
	Морковь	32	24			
	Масло растительное	8	8			
	Мука пшеничная	1	1			
	Масло сливочное	1	1			
	Сметана	8	8			
Промыш.	Сок фруктовый	200	1,0	-	28,0	112,0
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
	ИТОГО за обед	801	31,93	28,46	134,03	943,14
	Итого за день	1416	53,24	58,52	243,67	1676,39
Четвертый день 65%						
Завтрак 25%						
№42\05	Сыр порционный	16	7,68	7,86	0	104,13
	сыр	18	16			

№5\54\20	Пудинг из творожный с изюмом и молоком сгущенным	180\20	22,86	16,00	20,93	320,75
	творог	117	115			
	Крупа манная	12,5	12,5			
	яйцо	1\4 шт.	9			
	сахар	7	7			
	Масло сливочное	3,5	3,5			
	изюм	9	9			
	Молоко сгущенное	21	20			
№253\05	Кофейный напиток	200	2,79	3,19	19,71	118,69
	Молоко	100	100			
	Сахар	11	11			
	Кофейный напиток	2	2			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак:	416	37,77	28,85	71,49	693,63
10 час	Кисломолочный продукт	216	10,80	3,24	18,37	126,05
Обед 40%						
Табл.№32\05	Овощи порционные	100	1,33	0,16	5,66	23,33
	Огурец свежий или	102	100			
	Помидор свежий	118	100			
№35\05	Суп картофельный с крупой и рыбными консервами и сметаной	250\7	5,20	4,90	29,20	162,0
	картофель	125	75			
	морковь	13	10			
	Лук репчатый	12	10			
	Крупа рисовая	10	10			
	Масло растительное	3	3			
	Консервы рыбная в собст.соку	25	25			
	Сметана	7	7			
№274\05	Мясо тушеное с овощами в	200	19,06	15,62	12,98	268,24

	соусе					
	Мясо говядины	110	81			
	морковь	14	11,5			
	картофель	83,5	63,5			
	Горошек зелёный консерв.	8,5	5,6			
	Томат паста	4	4			
	Мука пшеничная	4	4			
	Лук репчатый	10	7,5			
	Масло растительное	4	4			
Промыш.	Сок фруктовый	200	1,0	-	28,0	112,0
Промыш.	Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,6	86,0
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
	ИТОГО за обед	956	37,39	24,42	154,26	961,79
	ИТОГО за день:		85,96	56,51	244,12	1781,47
Пятый день 52,5%						
Завтрак 24%						

№41\2005	Масло сливочное порционное	15	0,15	10,90	0,15	47,29
№183\20	Омлет по деревенский с зелёным горошком	200\20	12,68	14,52	16,46	247,24
	яйцо	2 шт.	80			
	молоко	100	100			
	картофель	38,5	30			
	Масло сливочное	6	6			
	Зелёный горошек консервированный	31	20			
№261\2005	Чай с молоком	200	1,40	-	17,34	89,32
	чай	0,5	0,5			
	сахар	14	14			
	молоко	47	47			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак:	435	18,67	27,22	64,80	533,91

10 час	Молоко	200	5,60	6,40	9,40	116,0
Обед 28,5%						
№197\05	Рассольник «Ленинградский» со сметаной и курами	250\7\25	4,50	5,10	19,90	150,80
	картофель	125	75			
	Крупа рисовая	5	5			
	морковь	12,5	10			
	Лук репчатый	6	5			
	Огурцы соленые	17	15			
	Масло растительное	5	5			
	томат	3	3			
	сметана	7	7			
	куры	45	38			
№723\05	Селянка сборная мясная	210	11,02	15,68	4,74	204,64
	куры	61,5	54			
	Мясо говяд.	54	40			
	Капуста свежая	104	83			
	Лук репчатый	11	9,5			
	морковь	37	30			
	Томат паста	3	3			
	Огурцы солёные	14	8			
	Масло сливочное	8,5	8,5			
Промыш.	Сок фруктовый	200	1,0	-	28,0	112,0
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
	Итого за обед	691	26,52	23,72	111,46	777,66
	ИТОГО за день:	1326	50,79	57,34	185,66	1427,57
День шестой 69%						
Завтрак 31%						
№42\05	Сыр порционный	16	7,68	7,86	0	104,13
	сыр	18	16			
№138\2005	Рыба запечённая	85	17,31	7,65	3,06	151,43
	Рыба минтай	93	85			

	Мука пшеничная	8	8			
	Масло растительное	6,5	6,5			
№191\2005	Рис отварной с маслом	150\5	3,22	4,23	33,57	187,83
	Крупа рисовая	54	54			
	Масло сливочное	10	10			
№248\2005	Какао с молоком	200	3,80	3,20	22,80	154,10
	Какао порошок	4	4			
	молоко	100	100			
	Сахар песок	11	11			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	456	36,45	24,74	90,28	747,55
10 час.	Кисломолочный продукт	216	10,80	3,24	18,37	126,05
Обед 38%						
Промыш.	Икра кабачковая(для детского питания)	100	0,8	4	4,3	55,0
	Икра кабачковая	102	100			
№96\20	Суп крестьянский со сметаной и мясом	250\7\25	3,02	2,02	16,50	96,32
	картофель	117	70			
	морковь	21	16			
	Лук репчатый	12,5	10,5			
	Крупа пшено	10	10			
	Масло растительное	5	5			
	Говядина б\к	45	41			
	Сметана	7	7			
ТТК	Котлета мясная «Детская»	80	11,82	9,97	11,82	205,78
	говядина	56	51			
	Хлеб пшеничный	9	9			
	Яйцо	1\3 шт.	16			
	Лук репчатый	9	8			
	Мука пшеничная	8	8			
	Масло растительное	3	3			

№694\05	Картофельное пюре	150	3,19	6,05	23,29	160,46
	Картофель	171	127,5			
	Молоко	25	24			
	Масло сливочное	5	5			
№241\05	Компот из сухофруктов	200	1,0	-	28,0	112,0
	сухофрукты	20	24*			
	сахар	15	15			
Промыш.	Фрукты свежие	200	0,8	0,8	19,6	86,0
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
	Итого за обед	1011	30,63	21,78	162,33	1025,78
	ИТОГО за день:	1683	77,88	49,76	270,98	1899,38
День седьмой 53,5%						
Завтрак 25,5%						
№ 41\05	Масло сливочное порционное	15	0,15	10,90	0,15	47,29
Табл.№8\05	Каша молочная рисовая с маслом	200\10	7,76	10,0	43,52	296,0
	Молоко	164	164			
	Крупа рис	44	44			
	Сахар	6	6			
	Масло сливочное	10	10			
№261\2005	Чай с молоком	200	1,40	-	17,34	89,32
	чай	0,5	0,5			
	сахар	14	14			
	молоко	47	47			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	425	13,75	22,70	91,86	582,67
10 час	Молоко	200	5,60	6,40	9,40	116,0
Обед 28%						
Табл.№32\05	Овощи порционные	100	1,33	0,16	5,66	23,33
	Огурец свежий или	102	100			
	Помидор свежий	118	100			
№170\05	Борщ с капустой и картофелем	250\7\25	4,10	5,60	15,0	132,0

	со сметаной и курами					
	Свекла	50	40			
	Картофель	33	20			
	Капуста белокочанная	25	20			
	Лук репчатый	12	10			
	морковь	12,5	10			
	Масло растительное	5	5			
	Томат паста	3	3			
	Сахар	2,5	2,5			
	Сметана	7	7			
	куры	46	38			
ТТК	Рагу овощное с мясом	200	10,49	8,76	15,51	178,70
	Картофель	141	99			
	Морковь	27	21			
	Лук репчатый	15	13			
	Томат паста	3	3			
	Масло растительное	4	4			
	Мясо говядины	86	79			
Промыш.	Сок фруктовый	200	1,0	-	28,0	112,0
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
	Итого за обед	781	26,92	17,46	122,99	756,25
	Итого за день	1406	46,27	46,56	224,25	1454,92

День восьмой 67,5%

Завтрак 32%

№42\05	Сыр порционный	16	7,68	7,86	0	104,13
	сыр	18	16			
№5\54\20	Пудинг из творожный с изюмом и молоком сгущенным	180\20	22,86	16,00	20,93	320,75
	творог	117	115			
	Крупа манная	12,5	12,5			
	яйцо	1\4 шт.	9			
	сахар	7	7			

	Масло сливочное	3,5	3,5			
	изюм	9	9			
	Молоко сгущенное	21	20			
№261\2005	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
	чай	1	1			
	сахар	11	11			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	406	32,64	32,33	63,82	623,58
10 час.	Кисломолочный продукт	216	10,80	3,24	18,37	126,05
Обед 35,5%						
Табл.№32\05	Овощи порционные	100	1,33	0,16	5,66	23,33
	Огурец свежий или	102	100			
	Помидор свежий	118	100			
№148\2005	Суп картофельный с крупой «Волна»	250\25	2,82	2,86	21,78	124,20
	морковь	6	4,5			
	Лук репчатый	6	5			
	Пшено	11	11			
	Масло растительное	2,5	2,5			
	Картофель	88	66			
	Яйцо	1\4 шт.	4			
	куры	46	38			
№259\06	Биточки рыбные с овощами запечённые	100	12,22	7,27	17,65	185,0
	Рыба минтай или горбуша	68	41,2			
	морковь	10	7,5			
	Капуста белокочанная	10	7,5			
	молоко	6,25	6,25			
	Масло растительное	4	4			
	Сыр	10,5	10			
	Соус молочный : мука	3	3			

	пшеничная					
	Масло сливочное	3	3			
	молоко	35	35			
№708\05	Капуста тушеная	180	4,72	5,87	24,23	157,04
	Капуста свежая	258	206			
	Лук репчатый	9	7			
	Морковь	5	3			
	Томат паста	4	4			
	Масло сливочное	6,5	6,5			
	Мука пшеничная	2,2	2,2			
	Сахар	3	3			
№241\05	Компот из свежих фруктов	200	0,16	-	14,99	60,64
	Фрукты свеж.	45,4	40			
	сахар	15	15			
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
Промыш.	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	86,0
	Итого за обед	1030	32,05	19,90	162,73	946,43
	ИТОГО за день:	1652	75,49	55,47	244,92	1696,06
День девятый 55%						
Завтрак 22%						
№41\2005	Масло сливочное порционное	15	0,15	10,90	0,15	47,29
№36\05	Каша молочная «Дружба « с маслом	200\10	7,0	4,0	42,0	232,0
	Крупа пшено	23,5	23,5			
	Крупа рисовая	23,5	23,5			
	молоко	97	97			
	сахар	6	6			
	Масло сливочное	10	10			
№261\2005	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	чай	0,5	0,5			
	сахар	15	15			
	лимон	8	7			

Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	425	11,66	16,71	88,31	490,97
10 час.	Молоко	200	5,60	6,40	9,40	116,0
Обед 33%						
Табл.№32\05	Овощи порционные	100	1,33	0,16	5,66	23,33
	Огурец свежий или	102	100			
	Помидор свежий	118	100			
№35\2005	Суп из овощей с курами и сметаной	250\25\7	9,90	12,90	17,20	203,70
	картофель	82	49			
	Капуста свежая	24	20			
	морковь	13	10			
	Лук репчатый	14	12			
	Горошек зеленый консервированный	11	7,5			
	Масло сливочное	5	5			
	Куры	46	38			
	сметана	7	7			
№596\2005	Азу по татарски	150\50	12,33	10,0	16,91	252,08
	Говядина б\к	86	79			
	Масло растительное	8	8			
	Томат паста	3	3			
	Лук репчатый	14	12			
	Мука пшеничная	2,5	2,5			
	Огурцы соленые	20	12			
	картофель	128	96			
Промыш.	Сок фруктовый	200	1,0	-	28,0	112,0
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
	Итого за обед:	781	34,56	26,0	126,59	901,33
	Итого за день	1406	51,82	49,11	224,30	1508,30
День десятый 72%						
Завтрак 33%						

№42\05	Сыр порционный	16	7,68	7,86	0	104,13
	сыр	18	16			
№47\2006	Суфле «Золотая рыбка»	200	27,38	23,40	19,14	396,0
	Рыба минтай	172	120			
	рис	18	18			
	яйцо	1\2 шт.	20			
	Масло сливочное	20	20			
	Лук репчатый	24	20			
	молоко	20	20			
	Масло растительное	4	4			
№248\05	Какао на молоке	200	3,76	3,93	25,96	154,06
	Какао порошок	4	4			
	молоко	100	100			
	Сахар песок	11	11			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	416	43,26	36,99	75,95	804,24
10 час.	Кисломолочный продукт	216	10,80	3,24	18,37	126,05
Обед 39%						
Табл.№32\05	Овощи порционные	100	1,33	0,16	5,66	23,33
	Огурец свежий или	102	100			
	Помидор свежий	118	100			
№35\2005	Суп шахтёрский с крупой с курами	250\25	5,20	4,90	29,20	162,0
	картофель	125	75			
	морковь	13	10			
	Лук репчатый	12	10			
	Крупа греча	5	5			
	Масло сливочное	4	4			
	куры	46	38			
№423\05	Тфтели мясные с соусом	60\50	9,0	13,9	10,5	187,0
	Мясо говядина	52	38			
	Крупа рис	5	5			

	Лук репчатый	23	19			
	Масло растительное	9	9			
	Мука пшеничная	6,5	6,5			
	Томат паста	2	2			
	морковь	5,5	4			
№694\05	Картофельное пюре	150	3,19	6,05	23,29	160,46
	Картофель	171	127,5			
	Молоко	25	24			
	Масло сливочное	5	5			
	Сок фруктовый	200	1,0	-	28,0	112,0
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
Промыш.	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	86,0
	Итого за обед:	1035	30,52	28,75	175,07	1041,02
	Итого за день	1667	84,58	68,98	269,39	1971,31
	Итого за 10 дней		65,82	58,90	239,03	1694,33
День одиннадцатый 54%						
Завтрак 23%						
№41\2005	Масло сливочное порционное	15	0,15	10,90	0,15	47,29
№138\05	Рыба запечённая в омлете	138	23,49	14,62	7,06	253,78
	Рыба минтай	146	108			
	Мука пшеничная	9	9			
	Масло растительное	9	9			
	молоко	13	13			
	яйцо	1\14 шт.	35			
№261\2005	Чай с лимоном	200	0,07	0,01	15,31	61,62
	чай	0,5	0,5			
	сахар	15	15			
	лимон	8	7			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	353	28,15	27,33	53,37	512,75
10 час.	Молоко	200	5,60	6,40	9,40	116,0
Обед 31%						

№126\05	Икра морковная	100	1,63	11,45	9,60	94,7
	Морковь	95	74			
	Лук репчатый	23	17			
	Томат паста	12	12			
	Масло растительное	7	7			
	Сахар	1,3	1,3			
№34\05	Свекольник со сметаной	250\7	1,92	6,33	10,05	104,16
	картофель	57,5	43			
	морковь	12,5	10			
	Лук репчатый	14	11			
	свёкла	80	64			
	Масло растительное	5	5			
	сахар	2	2			
	Томат паста	1,5	1,5			
	сметана	7	7			
№723\05	Селянка сборная мясная	210	11,02	15,68	4,74	204,64
	куры	61,5	54			
	Мясо говяд.	54	40			
	Капуста свежая	104	83			
	Лук репчатый	11	9,5			
	морковь	37	30			
	Томат паста	3	3			
	Огурцы солёные	14	8			
	Масло сливочное	8,5	8,5			
№241\05	Компот из свежих фруктов	200	0,16	-	14,99	60,64
	Фрукты свеж.	45,4	40			
	сахар	15	15			
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
Промыш.	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	86,0
	Итого за обед	966	25,53	37,20	117,80	860,36
	ИТОГО за день:	1519	59,28	70,93	180,57	1489,11
День двенадцатый 63%						

Завтрак 24%						
№42\05	Сыр порционный	16	7,68	7,86	0	104,13
	сыр	18	16			
№37\05	Каша молочная «Здоровье» с маслом	200\10	7,20	5,20	44,60	254,0
	Крупа рис	15	15			
	Крупа греча	26	26			
	молоко	217	217			
	сахар	6	6			
	Масло сливочное	10	10			
№261\2005	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
	чай	1	1			
	сахар	11	11			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	426	19,44	14,86	87,49	556,83
10 час.	Кисломолочный продукт	216	10,80	3,24	18,37	126,05
Обед 39%						
Табл.№32\05	Овощи свежие порционные	100	1,33	0,16	5,66	23,33
		брутто	нетто			
	Огурец свежий или	102	100			
	Помидор свежий	118	100			
№101\05	Суп «Харчо» со сметаной	250\7	4,97	6,19	21,3	152,84
	картофель	125	75			
	Крупа рисовая	5	5			
	морковь	12,5	10			
	Лук репчатый	12	10			
	чеснок	4	3,5			
	Масло растительное	5	5			
	Томат паста	4	4			
	сметана	7	7			
ТТК №121	Котлета «ЗАИНЬКА»	80	8,80	18,0	5,40	289,74

	Капуста свежая	44	30			
	говядина	80	60			
	Лук репчатый	26	20			
	Масло растительное	12	12			
	яйцо	1\5 шт.	8			
	Мука пшеничная	4	4			
№694\05	Картофельное пюре	150	3,19	6,05	23,29	160,46
	Картофель	171	127,5			
	Молоко	25	24			
	Масло сливочное	5	5			
Промыш.	Сок фруктовый	200	1,0	-	28,0	112,0
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
	Итого за обед:	786	29,29	33,34	142,47	1048,59
	ИТОГО за день:	1428	59,53	51,44	248,33	1731,47
День тринадцатый 61%						
Завтрак 24,5%						
№41\2005	Масло сливочное порционное	15	0,15	10,90	0,15	47,29
№469\2005	Творожный десерт с бананом	180	19,36	16,64	20,72	310,19
	творог	117	114			
	Бананы	26	18			
	сахар	9	9			
	Мука пшеничная	7	7			
	яйцо	1\2 шт.	18			
	молоко	36	36			
	Масло сливочное	3,5	3,5			
	Сухари панировочные для листа	3,5	3,5			
№261\2005	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
	чай	1	1			
	сахар	11	11			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	395	24,07	29,34	63,76	556,18
10 час.	Молоко	200	5,60	6,40	9,40	116,0

Обед 36,5%						
Промыш.	Икра кабачковая(для детского питания)	100	0,8	4	4,3	55,0
	Икра кабачковая	102	100			
№187\1996	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и курами	250\7\25	1,46	3,80	11,30	117,0
	картофель	50	30			
	Капуста свежая	62	50			
	Морковь	12,5	10			
	Лук репчатый	12	10			
	Томат паста	3	3			
	Масло растительное	5	5			
	Сметана	7	7			
	куры	46	38			
№ 38\2006	Рис с овощами	180	4,05	8,25	30,30	198,60
	Крупа рисовая	48	48			
	морковь	33	26			
	Лук репчатый	21	17			
	Зеленый горошек консервированный	28	18			
	Масло сливочное	12	12			
№ 143\2005	Рыба тушеная в сметанном соусе	140	15,40	13,44	5,60	205,11
	Рыба минтай	115	85			
	Лук репчатый	17	14			
	Морковь	32	24			
	Масло растительное	8	8			
	Мука пшеничная	1	1			
	Масло сливочное	1	1			
	Сметана	8	8			
Промыш.	Сок фруктовый	200	1,0	-	28,0	112,0
Промыш.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22

	ИТОГО за обед	901	32,71	32,43	138,32	997,93
	Итого за день	1496	62,38	68,17	211,48	1670,11
День четырнадцатый 65%						
Завтрак 25,5%						
№42\05	Сыр порционный	20	9,60	9,83	0	130,16
	сыр	22	20			
№183\20	Омлет по деревенский с зелёным горошком	200\20	12,68	14,52	16,46	247,24
	яйцо	2 шт.	80			
	молоко	100	100			
	картофель	38,5	30			
	Масло сливочное	6	6			
	Зелёный горошек консервированный	31	20			
№261\2005	Чай с сахаром	200	0,12	-	12,04	48,64
	чай	1	1			
	сахар	11	11			
Промыш.	Хлеб пшеничный	60	4,44	1,80	30,85	150,06
	Итого за завтрак	440	26,84	26,15	59,35	576,10
10 час.	Кисломолочный продукт	216	10,80	3,24	18,37	126,05
Обед 39,5%						
Табл.№32\05	Овощи свежие порционные	100	1,33	0,16	5,66	23,33
		брутто	нетто			
	Огурец свежий или	102	100			
	Помидор свежий	118	100			
№148\2005	Суп картофельный с крупой «Волна» с курами	250\25	2,82	2,86	21,78	124,20
	морковь	6	4,5			
	Лук репчатый	6	5			
	Пшено	11	11			
	Масло растительное	2,5	2,5			
	Картофель	88	66			

	Яйцо	1\4 шт.	4			
	куры	46	38			
№152\2005	Гуляш из говядины	50\50	20,0	8,0	6,5	173,0
	говядина	110	81			
	Масло растительное	5	5			
	Лук репчатый	17	14			
	Томат паста	12	12			
	Мука пшеничная	4	4			
№194\05	Макаронные изделия отварные	180	6,71	5,76	46,09	250,30
	Макаронные изделия	63	63			
	Масло сливочное	9	9			
Промыш.	Сок фруктовый	200	1,0	-	28,0	112,0
Пром.	Хлеб пшеничный ,ржаной	70\70	10,0	2,94	58,82	310,22
Промыш.	Фрукты	200	0,8	0,8	19,6	86,0
	Итого за обед	1055	42,66	20,52	186,45	1079,05
	ИТОГО за день:	1711	80,30	49,91	264,17	1781,20
62%	Итого за 14 дней		65,69	59,24	235,34	1686,78