





## 1 день

Наименование блюда	Продукты	Брутто Гр.	Нетто Гр.	Выход Гр.	Химический состав			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
<b>завтрак</b>								
Суп молочный с макаронами Т.к№69	Макароны	25	25	200				
	Молоко	170	170					
	Вода питьевая	80	80					
	Масло сливочное	4	4					
	Сахар	5	5					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
Чай с сахаром Т.к№136	Сухая заварка	0,6	0,6	200				
	Вода питьевая	200	200					
	Сахар	7	7					
Бутерброд со сливочным маслом, сыр Т.к№1	Хлеб пшеничный	45	45	60				
	Масло сливочное	7	7					
	Сыр Российский6%или	10	10					
	Сыр Голландский							

## 2 завтрак

Сок фруктовыйТ.к№134	Сок яблочный	150	50	200	0,2	0,9	10,1	43
----------------------	--------------	-----	----	-----	-----	-----	------	----

## обед

Суп свекольный на м\к бульоне со сметаной Т.к№46	Свекла	36	30	200				
	Картофель	125	100					
	Морковь	20	16					
	Лук	12	10					
	Сметана158%	8	8					
	Томат-паста	2	2					
	Бульон мясной прозрачный	-	200					
	соль пищевая йодированная	1	1					
Гуляш из отварного мяса Т.к№277	Говядина1С	70	30	80				
	Морковь	30	20					
	Лук	15	10,67					
	Томат-паста	3,75	3,75					
	Масло сливочное	4	4					
	Мука пшеничная	2,5	2,5					
	Овощной отвар или	-	33,12					
	Вода питьевая		50					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
	Каша гречневая (рассыпчатая) Т.к№67	Крупа гречневая	90	90	180			
Вода питьевая		105	105					
Масло сливочное		4	4					
Соль пищевая йодированная		1	1					

Салат из свежей моркови до 1.03 Т.к№17	Морковь свежая	68	60	60				
	Сахар изюм Масло растительное	2 10 0,05	2 10 0,05					
Салат из редиса свежих огурцов, зелёного лука Т.к№21	Соль пищевая йодированная	30	24					
	Редис	35	30	60				
	Огурцы свежие	10	7					
	Лук зелёный	4	4					
	Масло растительное	0,05	0,05					
	Соль пищевая йодированная							
Компот сухофрукты Т.к№126	Сухофрукты	10	10	200				
	Вода питьевая	200	200					
	Сахар	10	10					
Хлеб Т.к№701,700	Хлеб пшеничный	40	40	80				
	Хлеб ржаной	30	30					
					20,82	13,86	105,68	600,84
<b>ПОЛДНИК</b>								
Булочка «Твороженная»	Мука пшеничная	40	40	80				
	Молоко	30	30					
	Масло сливочное	3	3					
	Масло растительное	4	4					
	Сахар	8	8					
	Дрожжи	1	1					
	Яйцо1С	10	10					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
	Творог	20	20					
Какао-напиток Т.к№120	Какао-напиток	9	9	200				
	Вода питьевая	30	30					
	Молоко	170	170					
	Сахар	7	7					
					6,5	7,0	58,0	294,1
За день					41,5	45,0	190,27	1353,0

## 2 день

Наименование блюда	Продукты	Брутто Гр.	Нетто Гр.	Выход Гр.	Химический состав			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
<b>завтрак</b>								
Каша рисовая молочная Т.к№72	Рис	20	20	200				
	Молоко	150	150					
	Сахар	5	5					
	Масло сливочное	4	4					
	Соль пищевая йодированная	0,25	0,25					
Чай с сахаром Т.к№ 136	Сухая заварка	0,6	0.0006	200				
	Вода питьевая	200	200					
	Сахар	8	8					
Бутерброд со сливочным маслом Сыр Т.к№1	Хлеб пшеничный	40	40	40				
	Масло сливочное	7	7					
	Сыр Российский6%	10	10					
	Сыр Голландский	60	60					
					10,11	16,0	50,50	450,3
<b>2 завтрак</b>								
Фрукты Т.к№154	яблоки	100	100	130	0,6	0,1	10,1	47
<b>обед</b>								
Рассольник на м\к бульоне со сметаной Т.к№34	Картофель	90	64	200				
	Огурцы солёные	30	26					
	Лук	10	7					
	Морковь	20	16					
	Крупа перловая	8	8					
	Сметана15%	8	8					
	Петрушка	1,2	1					
	Бульон прозрачный мясной	-	220					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
Жаркое по – домашнему Т.к№96	Говядина1С	50,7	46,7	180				
	Картофель	220	180					
	Томат-паста	3	3					
	Морковь	20	16					
	Лук	15	11					
	Масло сливочное	3	3					
	Масло растительное	4	4					
	Соль пищевая йодированная	2	2					
	Вода питьевая	40	40					
	Масса тушеного мяса	-	27,4					
Икра кабачковая Салат «Витаминный» Т.к№5,21	Икра кабачковая	40	40	40				
	Морковь	18	15	40				
	Капуста	25	25					
	Сахар	2	2					

	Лимон	6	3					
	Яблоки	25	20					
	Лук	8	7					
	Масло растительное	3	3					
	Соль пищевая йодированная	0,05	0,05					
Компот из свежих фруктов	Вода питьевая	200	200	200				
	Фрукты свежие (яблоко)	20	20					
	Лимон	3	3					
	Сахар	15	15					
Хлеб Т.к№700,701	Хлеб пшеничный	70	70	80				
	Хлеб ржаной	30	30	30				
					25,6	21,0	97,5	642,8

### ПОЛДНИК

Омлет  Т.к№7  кондитерское изделие хлеб т.к№702,701	Яйцо1С	45	40	75				
	Молоко	50	50					
	Масло сливочное	3	3					
	Соль пищевая йодированная	0,25	0,25					
	Зефир	11	11	11				
	Хлеб пшеничный	20	20	20				
	чай Т.к №136	Сухая заварка	3	3	200			
	Сахар	8	8					
	Вода питьевая	200	200					
					13,81	17,3	72,8	260,6
За день					49,52	48,3	200,5	1360



Салат из моркови до 01.03. Т.к№20	Морковь свежая	70	50	60				
	Масло раст .	4	4					
	Соль пищевая йодированная	0,05	0,05					
Салат из свежих овощей Т.к№7	Огурцы	70	75	60				
	Петрушка	3	3					
	Укроп	3	3					
	Масло раст.	4	4					
	Соль пищевая йодированная	0,05	0,05					
Компот с х\ф Т.к№126	Сухофрукты	10	10	200				
	Сахар	10	10					
	Вода питьевая	200	200					
Хлеб Т.к№700,701	Хлеб пшеничный	80	80	80				
	Хлеб ржаной	30	30	30				
					24,24	20,46	99,89	770,84
<b>ПОЛДНИК</b>								
Венская сдоба Т.к№140	Мука пшеничная	60	60	80				
	Молоко	30	30					
	Яйцо 1С	15	15					
	Масло сливочное	2	2					
	Масло раст.	4	4					
	Сахар	8	8					
	Дрожжи	1	1					
	Соль пищевая йодированная	0,5	0,5					
Какао-напиток Т.к№136	какао	9	9	200				
	Сахар	7	7					
	молоко	200	200					
					6,4	9,6	47,2	230,1
За день					40,7	46,0	197,0	1351,1

## 4 день

Наименование блюда	Продукты	Брутто Гр.	Нетто Гр.	Выход Гр.	Химический состав			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
<b>завтрак</b>								
Каша пшённая с тыквой Т.к№68	Пшено	20	20	200				
	Вода питьевая	24	24					
	Молоко	160	160					
	Масло сливочное	3	3					
	Сахар	6	6					
	Соль пищевая йодированная	0,25	0,25					
	Тыква	40	35					
Чайс сахаром Т.к№136	Заварка сухая	0,6	0,6	200				
	Вода питьевая	200	200					
	Сахар	8	8					
Бутерброд со сливочным маслом Т.к№1	Хлеб пшеничный	70,82	70,82	80				
	Масло сливочное	7	7					
					13,75	13,64	39,48	430,39
<b>2 завтрак</b>								
Фрукты Т.к№156	яблоки	100 100		95	0,5	1,5	21	96
<b>обед</b>								
Суп с рыбными консервами Т.к№87	Картофель	110	84	200				
	Морковь	20	16					
	Лук	10	7					
	Масло сливочное	3	3					
	Манка	1,5	1,5					
	Вода питьевая	80	80					
	Консервы из рыбы	32	32					
Котлета рыбная Т.к№89	Треска или Минтай или	85 80,5	80 80	80				
	Горбуша	85	80					
	Хлеб пшеничный	10	10					
	Яйцо 1С	4	4					
	Вода питьевая	19	19					
	Соль пищевая йодированная	1,2	1,2					
	-масса полуфабриката	-	118					
Гороховое пюре Т.к№321	горох	40	40	180				
	Масло сл.	3	3					
Соус сметанный Т.к№120	Вода питьевая	24	24	25				
	Сметана 15%	8	8					
	Мука пшеничная	2	2					
	Соль пищевая	5	5					

Салат из свежей моркови и капусты Т.к№13	Морковь Раст.масло Капуста Соль пищевая йодированная	20 4 60 0,05	18 4 40 0,05	60				
Компот со свежих плодов Т.к№372	Яблоки или Груши Сахар Кислота лимонная пищевая	44,7 44,7 15 0,2	40 40 15 0,2	200				
Хлеб Т.к№700,701	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	70 30	70 30	80				

### ПОЛДНИК

Картофельное пюре	Картофель Молоко Масло сл. Соль	150 30 3 1	150 30 3 1	150 30 3 1				
Сельдь слабо\сол с луком	Сельдь с\с лук	42 10	42 10	42 10				
Хлеб Т.к.№ 700,701	Хлеб пшеничный	20	20	20				
Чай с сахаром Т.к№136	Чай с сахаром Вода питьевая Сахар	0,6 200 8	0,6 200 8	200				
За день					42,65	46,12	56,1	1351,0



Компот из с\ф	Вода питьевая	180	180	200				
	Фрукты сух.	10	10					
	Сахар	10	10					
Хлеб Т.к№700,701	Хлеб пшеничный	80	80	80				
	Хлеб ржаной	30	30	30				
					23,87	23,58	105,93	603,56

### ПОЛДНИК

Булочка «Забава»	Творог	15	15	75				
	Мука В/с	35	35					
	Сахар	8	8					
	Яйцо 1С	10	10					
	Масло сливочное	3	3					
	Соль пищевая							
	Йодированная	1	1					
	Молоко	15	15					
	Масло рос	4	4					
	дрожжи	1	1					
какаоТ.к№120	Молоко	108	180	200				
	Какао-напиток	5	5					
	Вода питьевая	30	30					
	сахар	7	7					
					6,21	7,57	25,2	241,5
За день					32,1	35,23	152,8	1050,46

## 6 день

Наименование блюда	Продукты	Брутто Гр.	Нетто Гр.	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность	
					Белки	Жиры	Углеводы		
Каша манная молочная Т.к№	Крупа манная	20	20	200					
	Вода питьевая	26	26						
	Молоко	160	160						
	Сахар	7	7						
	Масло сливочное	3	3						
	Соль пищевая йодированная	0,25	0,25						
Бутерброд с маслом и повидлом Т.к№2	Масло сливочное	7	7	80					
	Хлеб пшеничный джем или повидло	40	40						
		10	10						
Чай с сахаром Т.к№136	Сухая заварка	0,6	0,6	200					
	Сахар	7	7						
	Вода питьевая	200	200						
					14,01	21,45	55,4	465085	
<b>2 ЗАВТРАК</b>									
Сок т.к №134	вишневый	200	200	200	0,4	0,4	9,8	47	
<b>ОБЕД</b>									
БОРЩ НА М\К БУЛЬОНЕ Т.к№30	СВЕКЛА	30	27	200					
	МОРКОВЬ	20	16						
	КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	45	40						
	Лук	9	7						
	Картофель	30	27						
	Соль пищевая йодированная	1	1						
	Кислота лимонная Пищевая	0,05	0,05						
	Сметана15%	8	8						
	Бульон прозрачный Мясной	-	240						
Тефтеля с картофельным пюре Т.к№108,321	Говядина(1С)	74	74	80					
	Рис	12	12						
	Лук	10	8						
	Яйцо1С	5	5						
	Соль пищевая йодированная	0,2	0,2						
	Картофель	170	150						180
	Молоко	30	30						
	Масло сливочное	4	4						25
	Вода питьевая	22	22						
	Мука пшеничная	2	2						
	Масло сливочное	2	2						
	Сахар	1	1						
	Соль пищевая йодированная	0,25	0,25						
	Соус томатно- сливочный Т.К№119								

	Томат-паста	3	3					
Салат из свежей моркови и изюма Т.к№13	Изюм Морковь Масло растительное Сахар Соль пищевая йодированная	10 60 4 2 0,05	10 40 4 2 0,05	60				
Компот сухофрукты Т.к№126	Сухофрукты Сахар Вода питьевая	10 10 186	10 10 186	200				
Хлеб Т.к№700,701	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	80 30	80 30	80 30				
					14,0	11,3	99,1	615,2
<b>ПОЛДНИК</b>								
Венская сдоба Т.к№4536	Мука пшеничная Яйцо1С Дрожжи Молоко Масло растительное Масло сливочное Сахар Мак	35 5 3 30 4 3 8 1	35 4,6 3 30 4 3 8 1	80				
Какао-напиток Т.к№120	Какао-напиток Молоко Вода питьевая Сахар	5 180 30 6	5 180 30 6	200				
					13,0	14,1	41,5	271,0
За день					41,01	46,85	196,1	1352,05

## 7 день

Наименование блюда	Продукты	Брутто Гр.	Нетто Гр.	Выход Гр.	Химический состав			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
<b>завтрак</b>								
Каша из пшена и риса жидкая (Дружба) Т.к№68	Рис	12	12	200				
	Пшено	12	12					
	Вода питьевая	30	30					
	Молоко	170	170					
	Масло сливочное	4	4					
	Сахар	7	7					
	Соль пищевая йодированная	0,25	0,25					
Бутерброд со сливочным маслом ,сыр Т.к№3	Масло сливочное	7	7	40				
	Хлеб пшеничный	40	40					
	Сыр Российский 6%	60	60					
	Или сыр Голландский 8%	10	10					
Чай с сахаром	Сухая заварка	0.6	0.6	200				
	Сахар	8	8					
	Вода питьевая	200	200					
					9,87	13,5	50,3	459,0
<b>2 завтрак</b>								
фрукты.к№134	яблоки	100	100	100	0,5	0,1	10,1	47
<b>обед</b>								
Суп картофельный с бобовыми Т.к№81	Картофель	110	95	200				
	Морковь	20	16					
	Лук	10	6					
	Масло растительное	2	2					
	Бульон мясной или	-	126					
	Вода питьевая	126	126					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
	фасоль	15,1	15					
Котлета мясная рубленая паровая Т.к№101	Говядина (1С)	65	40	80				
	Хлеб пшеничный	10	10					
	Вода питьевая	5	5					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
	Яйцо 1С	10	10					
	Макаронные изделия	50	50		180			
Макаронные изделия Т.к№317	Масло сливочное	4	4	25				
	Соль пищевая йодированная	1	1					
	Масло сливочное	2	2					
	Мука пшеничная	3	3					
Соус сливочно- томатный Тк№120	томат	2	2					
	Соль пищевая	0,05	0,05					
	йодированная	25	25					

	Вода питьевая							
Салат из свежей моркови с яблоком до 1.03. Т.к№16 Салат из свежих помидор и огурцов Т.к№21	Морковь	60	55	60				
	Яблоки	35	30					
	Сахар	2	2					
	Масло растительное	4	4					
	Соль пищевая йодированная	0,025	0,025	40				
	Помидоры свежие	40	31					
	Огурцы	35	33					
	Лук	6	4					
	Масло растительное	4	4					
	Соль пищевая йодированная	0,5	0,5					
Компот из с\ф	Вода питьевая	200	200	200				
	Сух-фрукты	10	10					
	Сахар	10	10					
Хлеб Т.к№700,701	Хлеб пшеничный	80	80	80				
	Хлеб ржаной	30	30	30				
					28,35	26,1	110,0	601,0

## ПОЛДНИК

Булочка «Забава»	Мука в\с	35	35	35				
	Молоко	30	30	30				
	Масло сл.	3	3	3				
	Масло рос	4	4	4				
	Сахар	8	8	8				
	Дрожи	1	1	1				
	Творог 9%	23	22					
Хлеб Т.к№700	Хлеб пшеничный	20	20	20				
Кофейный напиток с молоком Т.к№ 395	Кофейный напиток	5	5	200				
	молоко	140	140					
	Сахар	8	8					
	Вода питьевая	80	80					
					6,78	10,9	35,7	290,0
За день					40,5	11,0	196,3	1350,0

## 8 день

Наименование блюда	Продукты	Брутто Гр.	Нетто Гр.	Выход Гр.	Химический состав			энергетическая ценность	
					Белки	Жиры	Углеводы		
<b>завтрак</b>									
Суп молочный с макаронными изделиями Т.к№35	Макаронные изделия	25	25	200					
	Вода питьевая	80	80						
	Молоко	170	170						
	Масло сливочное	4	4						
	Сахар	5	5						
	Соль пищевая йодированная	1	1						
	Чай с сахаром Т.к№136	Сухая заварка	0,6						0,6
	Сахар	7	7						
	Вода питьевая	200	200						
Бутерброд с со сливочным маслом Т.к№1	Хлеб пшеничный	40	40	40					
	Масло сливочное	7	7						
					11,97	17,92	42,0	478,9	
<b>2 завтрак</b>									
сок Т.к№145	Апельсиновый	200	200	200	0,2	0,9	8,1	43	
<b>обед</b>									
Буллон куриный прозрачный с гренками Т.к№38	Курица	45	26	200					
	Яйцо1С	10	40						
	Морковь	9	7						
	Петрушка	1,1	1						
	Лук	7	5						
	Вода питьевая	200	200						
	Гренки	40	30						
	Соль пищевая йодированная	1	1						
	Суфле куриное с рисом Т.к№311	Курица или Цыплёнок(бройлер)	149						128
-		150	104						
Рис		69,33	68						
Яйцо1С		6,27	6,27						
Масло сливочное		10	10						
Сыр российский6%		6	6						
Соль пищевая йодированная		3,07	3,07						
Картофель		1	1						
Молоко		165	150	130					
Масло сливочное		30	30						
Картофельное пюре Т.к№321		Соль пищевая йодированная	4	4	25				
	Сметана15%	1	1						
	Мука пшеничная	8	8						
Соус сметанный Т.к№120	Соль пищевая йодированная	3	3						
	Вода питьевая	0,25	0,25						
		25	25						

Салат из свежей моркови с изюмом до1.03 Т.к№15	Морковь	63,8	53	40				
	Сахар	1	1					
	Изюм	5	5					
	Масло растительное	4	4					
	Соль пищевая йодированная	0,05	0,05					
Салат из свежих помидор Т.к№22	Помидоры свежие	50	45	40				
	Масло растительное	4	4					
	Лук	15	13					
	Соль пищевая йодированная	0,025	0,05					
Компот сухофрукты Т.к№126	Сухофрукты	10	10	180				
	Сахар	10	10					
	Вода питьевая	200	200					
Хлеб Т.к№700,701	Хлеб пшеничный	40	40	50				
	Хлеб ржаной	30	30					
					23,0	15,78	104,5	595,0
<b>ПОЛДНИК</b>								
Пудинг творожный со сгущённым молоком Т.к№236	Творог	76	75	75				
	Рис	14	14					
	Сахар	7	7					
	Яйцо1С	6	6					
	Масло сливочное	3	3					
	Молоко	30	30					
	Соль пищевая йодированная	0,025	0,025					
	Молоко сгущённое	10	10	10				
Какао-напиток Т.к№120	Молоко	180	180	180				
	Какао-напиток	5	5					
	Вода питьевая	30	30					
	Сахар	6	6					
					11,3	11,3	49,1	280,1
За день					42,5	46,2	196,0	1354,0

## 9 день

Наименование блюда	Продукты	Брутто Гр.	Нетто Гр.	Выход Гр.	Химический состав			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
<b>завтрак</b>								
Суп молочный ячневый Т.к№35	Крупа ячневая	20	20	200				
	Молоко	170	170					
	Масло сливочное	4	4					
	Сахар	5	5					
	Вода питьевая	50	50					
	Соль пищевая йодированная	0,25	0,25					
	Бутерброд со сливочным маслом ,сыр Т.к№3	Масло сливочное	7		7	60		
	Хлеб пшеничный	45	45					
	Сыр Российский 6%	12	11					
	Или сыр Голландский 8%	12	12					
Чай с сахаром  Т.к№136	Сухая заварка	6	6	200				
	Сахар	8	8					
	Вода питьевая	200	200					
					13,17	20,6	51,3	392,3
<b>2 завтрак</b>								
фрукты Т.к№157	яблоки	100	100	100				
					0,6	0,1	10,2	46
<b>обед</b>								
Суп с рыбными консервами Т.к№87	Картофель	110	85	200				
	Морковь	20	16					
	Лук	10	7					
	Масло сливочное	3	3					
	Манка	2	2					
	Вода питьевая	160	160					
	Консервы из рыбы	32	32					
	Петрушка	1,44	1					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
Рыба запечённая под омлетом Т.к№249	Треска	67	64	80				
	-							
	Мука пшеничная	3	3					
	Яйцо 1С	22	22					
	Молоко	20	20					
	Масло сливочное	3	3					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
Картофельное пюре Т.к№321	Картофель	170	150	180				
	Масло сливочное	3	3					
	Молоко	30	30					

Соус сметанный Т.к№120	Соль пищевая йодированная Сметана15% Мука пшеничная Соль пищевая йодированная вода питьевая	1 8 3 0,25 25	1 8 3 0,25 25	25				
Салат витаминный Т.к№7	Лук зелёный Яблоки Лимон Сахар Соль пищевая йодированная Масло растительное	6 20,4 6 3 0,05 4	70	60				
Салат из отварной свеклы Т.к№20	Капуста белокочанная Свекла масло растительное Чеснок Соль пищевая йодированная	25,2 80 4 3,5 0,05	60	60				
Компот из свежих плодов Т.к№372	Яблоки Или груши Лимон Сахар Вода питьевая	44,7 44,7 6 15 200	40 40 5 15 200	200				
Хлеб Т.к№700,701	Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	40 30	40 30	80 30				
					21,93	20,78	91,5	645,86
<b>ПОЛДНИК</b>								
Пирожок скапустой Т.к№142	Мука пшеничная Молоко Масло сливочное Масло растительное Сахар Дрожжи Яйцо1С Соль пищевая йодированная капуста	40 30 3 4 5 1 10 1 38	40 30 3 4 5 1 10 1 38	80				
Чай с сахаром Т.к№136	Сухая заварка Сахар вода питьевая	0,6 7 200	0,6 7 200	200				
					5,58	2,8	53,2	311,8
За день					40,60	44,18	196,0	1350,0

## 1С день

Наименование блюда	Продукты	Брутто Гр.	Нетто Гр.	Выход Гр.	Химический состав			Энергетическая ценность
					Белки	Жиры	Углеводы	
<b>завтрак</b>								
Суп молочный гречневый Т.к№66	Крупа гречневая	20	20	200				
	Вода питьевая	60	60					
	Масло сливочное	3	3					
	Сахар	6	6					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
	Молоко	170	170					
Чай с сахаром Т.к№136	Сухая заварка	0,6	0,6	180				
	Вода питьевая	200	200					
	Сахар	7	7					
Хлеб Кондитерское изделие Т.к№700,152	Хлеб пшеничный	20	20	20				
	Вафля	11	11	11				
					12,0	15,35	47,66	413,03
<b>2 завтрак</b>								
Сок фруктовый Т.к№134	Яблоки	200	200	95	0,2	0,9	0,8	44
<b>обед</b>								
Суп картофельный на м\к бульоне со сметаной и гренками Т.к№38	Картофель	150	104	200				
	Морковь	40	32					
	Лук	10	7					
	Укроп	2	1					
	Сметана 15%	8	8					
	Бульон мясной прозрачный	200	200					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
	Хлеб пшеничный	40	40	40				
Плов из мяса птицы Т.к№304	Курица	112,5	99,55	180				
	Масло сливочное	5	5					
	Морковь	40	32					
	Лук	10	7					
	Томат-паста	3	3					
	Рис	43	43					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
Салат из отварной свеклы Т.к№20	Свекла	80	60	60				
	масло растительное	4	4					
	соль пищевая йодированная	0,05	0,05					
Компот сухофрукты Т.к№126	Сухофрукты	10	10	200				
	Вода питьевая	200	200					
	Сахар	10	10					
Хлеб Т.к№700,701	Хлеб пшеничный	40	40	80				
	Хлеб ржаной	30	30					

					22,48	15,83	107,1	592,8
<b>ПОЛДНИК</b>								
Булочка по - домашнему Т.к№4536	Мука пшеничная	40	40	80				
	Молоко	30	30					
	Сахар	5	5					
	Дрожжи	1	1					
	Яйцо1С	10	10					
	Масло сливочное	3	3					
	Масло растительное	4	4					
	Соль пищевая йодированная	1	1					
	Молоко сгущённое	10	10	10				
какаоТ.к№ 120	Молоко	108	180	200				
	Какао-напиток	5	5					
	Сахар	7	7					
	Вода питьевая	30	30					
					6,4	13,7	51,9	356,0
За день					40,88	44,88	200,7	1351,13

1 Завтрак	2 Завтрак	Обед	Полдник
<b>1 день</b> Суп молочный с макаронами Чай с сахаром Бутерброд со сливочным маслом	сок	Свекольник на м/к бульоне со сметаной. Гуляш из отварного мяса. Гречневая каша. Икра кабачковая. Компот с х /фр. Хлеб пшен., ржаной.	Булочка «Творожная» Какао - напиток
<b>2 день</b> Каша рисовая молочная .Чай . Бутерброд со сливочным маслом сыр.	фрукты	Рассольник на м/к бульоне со сметаной. Жаркое по - домашнему. Икра кабачковая компот из св\ф Хлеб пшен., ржаной.	Омлет. Конд. изделия чай .
<b>3 день</b> Каша гречневая молочная жидкая. чай Бутерброд со сливочным маслом и повидлом	сок	Суп «Полевой». Пельмени с маслом .Салат со свеклы Компот с /фр. Хлеб пшен., ржаной.	Венская сдоба Какао напиток
<b>4 день</b> Каша пшенная с тыквой. чай Бутерброд со сливочным маслом	Фрукты	Суп с рыбными консервами. Котлета рыбная, Гороховое пюре. Соус сметанный. Салат из св. моркови и капусты. Компот со св. плодов. Хлеб пшен., ржаной.	Картофельное пюре.Сельд с\с с луком. Хлеб пшеничный. Чай с сахаром.

<b>5 день</b> Макаронны отварные с сыром. Чай с сахаром. Бутерброд со сливочным маслом.	Фруктовый сок	Суп картофельный на м/к бульоне со сметаной. Плов из мяса птицы. Салат из отварной свеклы с чесноком. Компот из с\х\ф. Хлеб пшен., ржаной.	Булочка «Забава» Какао напиток
<b>1 завтрак</b>	<b>2 Завтрак</b>	<b>Обед</b>	<b>Полдник</b>
<b>6 день</b> Каша манная. Бутерброд со сливочным маслом и повидлом. Чай с сахаром.	сок	Борщ на м/к бульоне со сметаной. Тефтеля мясная. Картофельное пюре. Соус томатно-сливочный. Салат из моркови и изюма. Компот с /фр. Хлеб пшен.. ржаной.	Венская сдоба Какао-напиток
<b>7 день</b> Каша из пшена и риса (Дружба) Бутерброд со сливочным маслом, сыр. чай.	фрукты	Суп картофельный с бобовыми. Котлета мясная с макаронными изделиями. Соус сливочно-томатный. Салат из моркови с яблоками. Компот из с\х\ф. Хлеб пшен., ржаной.	Булочка «Забава» Кофейный напиток.
<b>8 день</b> Суп молочный с макаронными изделиями. Чай с сахаром. Бутерброд со сливочным маслом.	сок	Бульон куриный с гренками, Суфле куриное с рисом. Картофельное пюре. Соус сметанный. Салат из свежих овощей. Компот из с/фр. Хлеб пшен., ржаной.	Булочка по «Домашнему» Какао-напиток
<b>9 день</b> Суп молочный ячневый. Бутерброд со сливочным маслом, сыр. Чай с сахором	Фрукты	Суп рыбными консервами. Рыба запеченная в омлете, картофельное пюре, соус сметанный. Салат «Витаминный» Компот из свежих плодов. Хлеб пшен., ржаной.	Пирожок с капустой. Чай с сахаром

<b>10 день</b> Суп молочный гречневый. Чай с сахаром. Хлеб пшеничный кондит издел.	сок	Суп картофельный на м/к бульоне со сметаной и с гренками. Плов из мяса птицы. Салат из отварной свеклы компот из с\х\ф Хлеб пшен., ржаной.	Булочка «Забава» кофейный напиток
--	-----	--	--------------------------------------

