|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ***  ***Для детей 3-7 лет*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| № по сбор.рецептур | | Наименования блюд и кулинарных изделий | ***Выход блюда, р.*** | | Масса брутто на 100пор. | | Масса брутто на 1 порц. | | | Белки, гр. | | Жиры, гр. | | Углеводы гр. | | энерг. Ценн. Ккал. | | Витамин С | |
| ***1 ДЕНЬ*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №223 сб.2005 | | **Запеканка из творога с соусом молочным** | ***120/40*** | |  | |  | | |  | |  | | **0** | | **кол- детей** | |  | |
|  | | творог |  | | 11,26 | | 0,1126 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | крупа манная |  | | 0,72 | | 0,0072 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,96 | | 0,0096 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | яйца |  | | 9,00 | | 0,0036 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,48 | | 0,0048 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сухари панировочные |  | | 0,48 | | 0,0048 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 0,48 | | 0,0048 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,08 | | 0,0008 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса готового изделия*** |  | | ***12,00*** | | ***0,1200*** | | |  | |  | | **0,000** | |  | |  | |
|  | | ***соус молочный(сладкий) №327*** |  | | ***4,00*** | | ***0,04*** | | |  | |  | | **0,000** | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 2,000 | | 0,02000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 0,18 | | 0,00180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,18 | | 0,00180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,32 | | 0,00320 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 2,00 | | 0,02000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 27,12 | | 12,2 | | 48,72 | | 412,8 | | 0,0 | |
| №379 сб.2012 | | **Кофейный напиток с молоком** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Кофейный напиток |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 9,00 | | 0,0900 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 10,80 | | 0,1080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,4 | | 25,5 | | 136,6 | | 0,0 | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗАВТРАК: |  | |  | |  | | | 32,7 | | 15,1 | | 86,420 | | 613,0 | | 0,0 | |
| ***2 завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №389 сб.2005 | | **Сок фруктовый** | ***150*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сок фруктовый |  | | 15,0 | | 0,1500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,8 | | 0,0 | | 18,3 | | 76,2 | | 10,0 | |
| ***обед*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №84 сб.2011 | | **Борщ с фасолью и картофелем со сметаной** | ***200/4*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Свекла с1.01 |  | | 4,00 | | 0,0400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Свекла до1.01 |  | | 4,5 | | 0,0450 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук |  | | 0,96 | | 0,0096 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 2,660 | | 0,0266 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 2,860 | | 0,0286 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 3,080 | | 0,0308 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 3,340 | | 0,0334 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь до 1.01 |  | | 1,33 | | 0,0133 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1,01 |  | | 1,41 | | 0,0141 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,12 | | 0,0012 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | фасоль |  | | 0,8 | | 0,0080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,4 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томат |  | | 0,24 | | 0,0024 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,16 | | 0,0016 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 0,4 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,60 | | 5,10 | | 20,2 | | 133,20 | | 1,20 | |
| № 269 c,/2005 | | **Биточки (особые) из говядины** | ***70*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | говядина без кости |  | | 7,00 | | 0,0700 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 1,120 | | 0,0112 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода питьевая |  | | 1,40 | | 0,0140 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сухари панировочные |  | | 0,7 | | 0,0070 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,12 | | 0,0012 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса п/ф*** |  | | ***8,66*** | | ***0,0866*** | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,35 | | 0,0035 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса готовых изделий*** |  | | ***7,0*** | | ***0,0700*** | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 5,6 | | 14,8 | | 6,2 | | 115,0 | | 0,00 | |
| №171 сб.2005 | | **Каша гречневая рассыпчатая** | ***130*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | крупа гречневая |  | | 6,15 | | 0,0615 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,50 | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,10 | | 0,0010 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 9,23 | | 0,0923 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 6,7 | | 10,6 | | 49,8 | | 321,0 | | 0,0 | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №349 сб.2005 | | **Компот из сухофруктов** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сухофрукты |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,00 | | 0,1800 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,018 | | 0,00018 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,072 | | 0,0 | | 19,63 | | 78,8 | | 5,6 | |
| № х/к | | **Хлеб пшенич. /ржаной** | ***30/30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб ржаной |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ОБЕД: |  | |  | |  | | | 8,47 | | 5,84 | | 64,2 | | 335,04 | | 6,80 | |
| ***уплотненный полдник*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №73 сб.2005 | | **Икра кабачковая** | ***80*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Икра кабачковая |  | | 8,50 | | 0,0850 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,4 | | 0,1 | | 1,6 | | 9,0 | | 0,01 | |
| №204 сб 2005 | | **макароны отварные с сыром** | ***130*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | макаронные изделия |  | | 3,50 | | 0,0350 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Сыр российский |  | | 2,64 | | 0,0264 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,60 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,12 | | 0,0012 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 8,20 | | 10,3 | | 25,0 | | 226,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,36 | | 0,1836 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ПОЛДНИК: |  | |  | |  | | | 10,70 | | 10,70 | | 52,2 | | 349,60 | | 0,00 | |
| ***ужин*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром и лимоном** | ***180/6*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лимон |  | | 0,70 | | 0,0070 | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № | | **Печенье весовое** | ***20*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | печенье весовое |  | | 2,00 | | 0,0200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО УЖИН: |  | |  | |  | | | 3,3 | | 2,8 | | 42,4 | | 134,0 | | 0,0 | |
|  | | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** |  | |  | |  | | | **55,96** | | **34,39** | | **263,55** | | **1507,84** | | **16,80** | |
| ***2 ДЕНЬ*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №182 год 2005 | | **Каша жидкая молочная рисовая с маслом** | ***200/5*** | |  | |  | | |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | | крупа рисовая |  | | 3,10 | | 0,0310 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 13,00 | | 0,1300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 4,50 | | 0,0450 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,60 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,50 | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,10 | | 0,0010 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,00 | | 0,0000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 6,0 | | 3,0 | | 43,4 | | 225,0 | | 0,0 | |
| №15 сб.2005г. | | **Сыр российский** | ***15*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Сыр российский |  | | 1,59 | | 0,0159 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,9 | | 4,0 | | 0,000 | | 51,0 | | 0,1 | |
| № 14 сб. 2005 | | **Масло сливочное** | ***8*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,80 | | 0,0080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 8,2 | | 0,1 | | 75,0 | | 0,0 | |
| №382 сб.2005 | | **Какао с молоком** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Какао-порошок |  | | 0,25 | | 0,0025 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 9,00 | | 0,0900 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 9,90 | | 0,0990 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,4 | | 2,9 | | 24,06 | | 180,0 | | 135,72 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗАВТРАК |  | |  | |  | | | 11,8 | | 6,3 | | 79,7 | | 468,6 | | 135,7 | |
| ***2 завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № сб.2005 | | **Банан свежий** | ***100*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Банан свежий |  | | 10,00 | | 0,1000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 6,2 | | 1,2 | | 29,28 | | 201,6 | | 0,8 | |
| ***обед*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 71 сб 2005 | | **Огурец соленыйпорц.** | ***20*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Огурец соленый порц. |  | | 2,75 | | 0,0275 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,4 | | 0,1 | | 1,6 | | 9,0 | | 0,01 | |
| №102 сб. 2005 | | **Суп картофельный с бобовыми (горох)** | ***200*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 5,33 | | 0,0533 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 5,73 | | 0,0573 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 6,10 | | 0,0610 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 6,60 | | 0,0660 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь до 1.01 |  | | 1,30 | | 0,0130 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1,01 |  | | 1,38 | | 0,0138 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | горох |  | | 1,600 | | 0,01600 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 0,96 | | 0,0096 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода или бульон |  | | 14,0 | | 0,1400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,15 | | 0,0015 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,1 | | 4,3 | | 19,08 | | 131,0 | | 0,0 | |
| № 292/331 сб.2005 | | **Птица, тушенная в соусе с овощами** | ***80/150*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | цыплята бройлера |  | | 13,20 | | 0,1320 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,700 | | 0,0070 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 13,40 | | 0,1340 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 14,30 | | 0,1430 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 15,40 | | 0,1540 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 16,70 | | 0,1670 | | |  | |  | | 7,248 | |  | |  | |
|  | | морковь |  | | 4,35 | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 2,40 | | 0,0240 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Горошек консервированный |  | | 1,600 | | 0,0160 | | |  | |  | | 0,694 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,30 | | 0,0030 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***соус сметанный с томатом*** |  | | ***50 гр.*** | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 1,25 | | 0,0125 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 0,37 | | 0,0037 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 3,75 | | 0,0375 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томатная паста |  | | 0,20 | | 0,0020 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,05 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса гарнира и соуса*** |  | | ***150 гр.*** | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 23,0 | | 19,1 | | 21,49 | | 336,3 | | 0,0 | |
| №349 сб.2005 | | **Компот из сухофруктов** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сухофрукты |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,00 | | 0,1800 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,018 | | 0,00018 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 0,0 | | 19,6 | | 78,8 | | 0,2 | |
| № х/к | | **Хлеб пшенич. /ржаной** | ***30/30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб ржаной |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ОБЕД: |  | |  | |  | | | 31,88 | | 24,08 | | 84,57 | | 669,14 | | 0,20 | |
| ***уплотненный полдник*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №75 сб.2004 | | **Икра свекольная** | ***100*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | свекла до 1.01 |  | | 9,57 | | 0,0957 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Свекла с 1.01 |  | | 10,19 | | 0,1019 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 2,08 | | 0,0208 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томатная паста |  | | 1,00 | | 0,0100 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,75 | | 0,0075 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,12 | | 0,0012 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,05 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | | 2,3 | | 6,8 | | 15,4 | | 132,0 | | 1,2 | |
| №210 сб.2007 | | **Омлет натуральный** | ***58*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | яйцо куриное |  | | 100,00 | | 0,0400 | | |  | |  | | 0,0 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,70 | | 0,0070 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 1,50 | | 0,0150 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,10 | | 0,0010 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 5,3 | | 10,7 | | 5,6 | | 180,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,32 | | 0,0132 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 0,0 | | 12,0 | | 49,0 | | 0,00 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,20 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ПОЛДНИК: |  | |  | |  | | | 10,10 | | 17,90 | | 45,20 | | 424,60 | | 1,20 | |
| ***ужин*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | | **Вафли весовое** | ***20*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Вафли весовое |  | | 2,00 | | 0,0200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180/5*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,36 | | 0,1836 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО УЖИН: |  | |  | |  | | | 3,30 | | 2,80 | | 42,40 | | 134,00 | | 0,00 | |
|  | | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** |  | |  | |  | | | **63,30** | | **52,26** | | **281,11** | | **1897,94** | | **137,92** | |
| ***3 ДЕНЬ*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | | **0** | |  | |  | |
| №1210-2010 год 2003 | | **Суфле творожное с соусом молочным сладким** | ***120/40*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | творог |  | | 8,6 | | 0,0860 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 1,10 | | 0,0110 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,80 | | 0,0080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | яйца |  | | 14,0 | | 0,0056 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 0,87 | | 0,0087 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 1,70 | | 0,0170 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса п/ф*** |  | | ***133,2*** | | ***1,3320*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,12 | | 0,0012 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***соус молочный(сладкий) №327*** |  | | ***4,00*** | | ***0,04*** | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 2,000 | | 0,02000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 0,18 | | 0,00180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,18 | | 0,00180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,32 | | 0,00320 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 2,00 | | 0,02000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 27,12 | | 12,2 | | 48,72 | | 412,8 | | 0,0 | |
| №378 сб. 2005 | | **Чай с молоком и сахаром** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай в/с |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,32 | | 0,0132 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 4,50 | | 0,0450 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 13,50 | | 0,1350 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 1,4 | | 1,6 | | 17,7 | | 91,0 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗАВТРАК: |  | |  | |  | | | 30,92 | | 14,24 | | 78,62 | | 567,40 | | 0,00 | |
| ***2 завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №388 сб.2005 | | **Банан свежий** | ***100*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Банан свежий |  | | 10,0 | | 0,1000 | | | 9,0 | | 0,0 | | 0,0 | | 98,0 | | 23,0 | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 9,0 | | 0,0 | | 0,0 | | 98,0 | | 23,0 | |
| ***обед*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №82 сб 2005 | | **Борщ с картофелем и капустой со сметаной** | ***200/4*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | капуста свежая |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 2,66 | | 0,0266 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 2,83 | | 0,0283 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 3,04 | | 0,0304 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 3,29 | | 0,0329 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь до 1.01 |  | | 1,00 | | 0,0100 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1,01 |  | | 1,10 | | 0,0110 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томатная паста |  | | 0,24 | | 0,0024 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,20 | | 0,0020 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | свекла |  | | 4,00 | | 0,0400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 0,96 | | 0,0096 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | бульон или вода |  | | 16,00 | | 0,1600 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,15 | | 0,0015 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 1,5 | | 3,9 | | 12,16 | | 89,8 | | 0,2 | |
| №203 сб 2005 | | **Макароны отварные с маслом сливочным** | ***130*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | макаронные изделия |  | | 4,55 | | 0,0455 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,65 | | 0,0065 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,15 | | 0,0015 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,7 | | 5,5 | | 31,7 | | 195,0 | | 0,0 | |
| №297 сб 2013 | | **Фрикадельки из птицы с соусом сметанным (из филе цыпленка)** | ***70/50*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | филе цыпленка |  | | 5,46 | | 0,0546 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб пшеничный |  | | 1,05 | | 0,0105 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 0,00 | | 0,0000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,50 | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса п/ф*** |  | | ***79,80*** | | ***0,7980*** | | |  | |  | | ***79,800*** | |  | |  | |
|  | | ***масса готового изделия*** |  | | ***7,00*** | | ***0,0700*** | | |  | |  | | ***7,000*** | |  | |  | |
|  | | ***соус сметанный*** |  | | ***5,00*** | | ***0,0500*** | | |  | |  | | ***5,000*** | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 1,25 | | 0,0125 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука |  | | 0,38 | | 0,0038 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 3,75 | | 0,0375 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,15 | | 0,0015 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 14,4 | | 17,5 | | 5,6 | | 322,0 | | 0,00 | |
| №342 сб 2005 | | **Компот из свежих яблок** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | яблоки свежие |  | | 4,08 | | 0,0408 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 15,48 | | 0,1548 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 2,20 | | 0,0220 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,02 | | 0,0002 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,2 | | 0,0 | | 35,8 | | 136,0 | | 6,4 | |
| № х/к | | **Хлеб пшенич. /ржаной** | ***30/30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб ржаной |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗА ОБЕД: |  | |  | |  | | | 25,54 | | 27,62 | | 109,66 | | 865,80 | | 6,60 | |
| ***уплотненный полдник*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №182 сб.2005 | | **Каша жидкая молочная с овсяной крупой и маслом сливочным** | ***200/5*** | |  | |  | | |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | | крупа овсяная |  | | 4,00 | | 0,0400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 13,00 | | 0,1300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,60 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,500 | | 0,00500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 3,0 | | 0,03000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 7,2 | | 13,3 | | 37,8 | | 300,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180/5*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,36 | | 0,1836 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ПОЛДНИК: |  | |  | |  | | | 9,70 | | 13,70 | | 65,00 | | 423,60 | | 0,00 | |
| ***ужин*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №354 сб 2005г. | | **Кисель из яблок сушеных** | ***150*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | яблоки сушеные (сухофрукт) |  | | 0,90 | | 0,0090 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | крахмал картофельный |  | | 0,60 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,02 | | 0,0002 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 16,20 | | 0,1620 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | | 0,3 | | 0,0 | | 29,52 | | 119,3 | | 0,2 | |
| № | | **Печенье весовое** | ***20*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | печенье весовое |  | | 2,00 | | 0,0200 | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,5 | | 2,8 | | 56,9 | | 193,3 | | 0,2 | |
|  | | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** |  | |  | |  | | | **78,66** | | **58,36** | | **310,20** | | **2148,05** | | **29,80** | |
| ***4 ДЕНЬ*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | | **0** | |  | |  | |
| №183 сб.2005 | | **Каша жидкая молочная гречневая с маслом** | ***200/5*** | |  | |  | | |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | | крупа гречневая |  | | 4,0 | | 0,0400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 2,00 | | 0,0200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 15,0 | | 0,1500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,60 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,100 | | 0,00100 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,5 | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса каши*** |  | | ***20,0*** | | ***0,2000*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | | 6,3 | | 13,1 | | 37,5 | | 293 | | 0,0 | |
| №15 сб.2005г. | | **Сыр российский** | ***15*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Сыр российский |  | | 1,59 | | 0,0159 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,9 | | 4,0 | | 0,000 | | 51,0 | | 0,1 | |
| № 14 сб. 2005 | | **Масло сливочное** | ***8*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,80 | | 0,0080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 8,2 | | 0,1 | | 75,0 | | 0,0 | |
| №379 сб.2012 | | **Кофейный напиток с молоком** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Кофейный напиток |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 9,00 | | 0,0900 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 10,80 | | 0,1080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,22 | | 2,4 | | 25,5 | | 136,6 | | 2,2 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗАВТРАК: |  | |  | |  | | | 11,92 | | 15,90 | | 75,2 | | 493,20 | | 2,20 | |
| ***2 завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 386 сб 2005 | | **Кефир (кисл.мол.продукт)** | ***150*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Кефир (кисл.мол.продукт) |  | | 15,51 | | 0,1551 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 5,6 | | 6,4 | | 8,2 | | 113,0 | | 0,3 | |
| ***обед*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №104/105 сб 2005 | | **Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина)** | ***30/200*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 10,66 | | 0,1066 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 11,42 | | 0,1142 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 12,29 | | 0,1229 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 13,30 | | 0,1330 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь до 1.01 |  | | 1,06 | | 0,0106 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1,01 |  | | 1,13 | | 0,0113 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томатная паста |  | | 0,08 | | 0,0008 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 0,96 | | 0,0096 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,20 | | 0,0020 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода или бульон |  | | 14,0 | | 0,1400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,25 | | 0,0025 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***фрикадельки мясные №105*** |  | | ***3,0*** | | ***0,03*** | | |  | |  | | ***3,000*** | |  | |  | |
|  | | говядина без кости |  | | 3,42 | | 0,0342 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 0,36 | | 0,0036 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | яйцо куриное |  | | 6 | | 0,0024 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 7,6 | | 1,6 | | 18,64 | | 152,8 | | 0,0 | |
| №234 сб.2005 | | **Биточки рыбные (Минтай)** | ***70*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | минтай потрошенный с/м |  | | 7,49 | | 0,0749 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 1,82 | | 0,0182 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,20 | | 0,0020 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 1,26 | | 0,0126 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сухари панировочные |  | | 0,70 | | 0,0003 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,70 | | 0,0070 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***Масса жареного изделия*** |  | | ***7,00*** | | ***0,07*** | | |  | |  | | ***3,000*** | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 9,24 | | 13,0 | | 8,12 | | 186,2 | | 0,0 | |
| №312 сб.2005 | | **Пюре картофельное** | ***130*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 14,82 | | 0,1482 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 15,86 | | 0,1586 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 17,01 | | 0,1701 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 18,40 | | 0,1840 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 2,05 | | 0,0205 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,455 | | 0,0046 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,1 | | 0,0010 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,7 | | 4,4 | | 16,09 | | 114,9 | | 0,0 | |
| №342 сб 2005 | | **Компот из свежих яблок** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | яблоки свежие |  | | 4,08 | | 0,0408 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 15,48 | | 0,1548 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 2,20 | | 0,0220 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,02 | | 0,0002 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,14 | | 0,0 | | 26,1 | | 104,9 | | 0,2 | |
| № х/к | | **Хлеб пшенич. /ржаной** | ***30/30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб ржаной |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗА ОБЕД: |  | |  | |  | | | 24,48 | | 19,78 | | 93,35 | | 681,82 | | 0,20 | |
| ***уплотненный полдник*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №188 сб.2005 | | **Запеканка рисовая с творога с соусом молочным (сладким)** | ***130/40*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №327 сб 2005 | | творог |  | | 2,10 | | 0,0210 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | крупа рисовая |  | | 3,90 | | 0,0390 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,78 | | 0,0078 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | яйца |  | | 13,00 | | 0,0052 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,26 | | 0,0026 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сухари панировочные |  | | 0,26 | | 0,0026 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 0,26 | | 0,0026 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,02 | | 0,0002 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса готовой запеканки*** |  | | ***13,00*** | | 0,1300 | | |  | |  | | ***13,000*** | |  | |  | |
|  | | ***соус молочный(сладкий) №327*** |  | | ***4,00*** | | ***0,04*** | | |  | |  | | **0,000** | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 2,000 | | 0,02000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 0,18 | | 0,00180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,18 | | 0,00180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,32 | | 0,00320 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 2,00 | | 0,02000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 9,35 | | 11,9 | | 51,68 | | 351,9 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180/5*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,36 | | 0,1836 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ПОЛДНИК: |  | |  | |  | | | 11,75 | | 12,30 | | 63,88 | | 415,50 | | 0,00 | |
| ***ужин*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 389 сб. 2005 | | **Сок фруктовый** | ***150*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сок фруктовый |  | | 15,00 | | 0,1500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 0,0 | | 18,3 | | 76,3 | | 0,8 | |
| № | | **Вафли весовые** | ***20*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Вафли весовое |  | | 2,00 | | 0,0200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО УЖИН: |  | |  | |  | | | 3,30 | | 2,80 | | 45,70 | | 150,30 | | 0,80 | |
|  | | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** |  | |  | |  | | | **57,1** | | **57,2** | | **286,3** | | **1853,8** | | **3,5** | |
| ***5 ДЕНЬ*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №73 сб.2005 | | **Икра кабачковая** | ***80*** | |  | |  | | |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | | Икра кабачковая |  | | 8,500 | | 0,0850 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 1,2 | | 3,5 | | 6,800 | | 62,0 | | 0,3 | |
| №211 сб.2007 | | **Омлет натуральный с сыром** | ***60*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | яйцо куриное |  | | 100,00 | | 0,0400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,70 | | 0,0070 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 1,50 | | 0,0150 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Сыр российский |  | | 0,80 | | 0,0080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,10 | | 0,0010 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 6,9 | | 12,0 | | 5,7 | | 158,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗАВТРАК: |  | |  | |  | | | 10,60 | | 15,90 | | 39,70 | | 343,60 | | 0,32 | |
| ***2 завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 338 сб. 2005 | | **Яблоко свежее** | ***100*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Яблоко свежее |  | | 10,00 | | 0,1000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,4 | | 0,0 | | 12,6 | | 52,0 | | 0,2 | |
| ***обед*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №113/114 сб.2005 | | **Суп с лапшой домашней** | ***200*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | ***лапша домашняя:*** |  | | ***0,80*** | | ***0,0080*** | | |  | |  | | ***0,800*** | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 1,400 | | 0,01400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука на подпыл |  | | 0,11 | | 0,0011 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | яйцо куриное |  | | 10,00 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 0,28 | | 0,0028 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса вареной лапши:*** |  | | ***2,00*** | | ***0,0200*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 1,00 | | 0,0100 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,20 | | 0,0020 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | бульон или вода |  | | 19,00 | | 0,1900 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,1 | | 4,4 | | 10,72 | | 91,0 | | 0,0 | |
| №299 сб.2005 | | **Суфле из птицы с соусом №329** | ***90*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №329 сб 2005 | | цыплята бройлера |  | | 12,00 | | 0,12000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | яйца |  | | 39,00 | | 0,016 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,20 | | 0,00200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 1,05 | | 0,01050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***соус молочный густой №329*** |  | | ***2,50*** | | 0,02500 | | |  | |  | | ***2,500*** | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 1,87 | | 0,01870 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,320 | | 0,00320 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука |  | | 0,32 | | 0,00320 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 0,37 | | 0,00370 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 17,18 | | 23,0 | | 3,43 | | 289,6 | | 0,0 | |
| №321 сб 2005 | | **Капуста тушеная** | ***130*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | капуста белокочан. Свежая |  | | 18,59 | | 0,1859 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,43 | | 0,0043 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1.01 |  | | 0,34 | | 0,0034 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 0,61 | | 0,0061 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томат |  | | 0,30 | | 0,0030 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лимонная кислота |  | | 0,008 | | 0,00008 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука |  | | 0,143 | | 0,0014 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,39 | | 0,0039 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,08 | | 0,0008 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,69 | | 3,5 | | 17,42 | | 111,6 | | 0,5 | |
| №349 сб.2005 | | **Компот из сухофруктов** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сухофрукты |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,00 | | 0,1800 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,018 | | 0,00018 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 0,0 | | 19,63 | | 78,8 | | 0,2 | |
| № х/к | | **Хлеб пшенич. /ржаной** | ***30/30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб ржаной |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗА ОБЕД: |  | |  | |  | | | 26,83 | | 31,65 | | 75,6 | | 694,00 | | 0,73 | |
| ***уплотненный полдник*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №174 сб.2005 | | **Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным** | ***200/5*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | крупа пшенная |  | | 4,0 | | 0,0400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 4,50 | | 0,0450 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 13,0 | | 0,1300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,60 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,1 | | 0,00100 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,5 | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса каши*** |  | | ***20,0*** | | ***0,2000*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | | 6,1 | | 12,1 | | 35,00 | | 273,0 | | 0,0 | |
| №382 сб.2005 | | **Какао с молоком** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Какао-порошок |  | | 0,25 | | 0,0025 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 9,00 | | 0,0900 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 9,90 | | 0,0990 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,4 | | 2,9 | | 24,0 | | 135,7 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ПОЛДНИК: |  | |  | |  | | | 11,88 | | 15,38 | | 71,2 | | 472,30 | | 0,00 | |
| ***ужин*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | | **Печенье весовое** | ***20*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | печенье весовое |  | | 2,00 | | 0,0200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,36 | | 0,1836 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО УЖИН: |  | |  | |  | | | 3,30 | | 2,80 | | 42,4 | | 134,00 | | 0,00 | |
|  | | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** |  | |  | |  | | | **53,01** | | **65,73** | | **241,50** | | **1695,90** | | **1,25** | |
| ***6 ДЕНЬ*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №222сб 2005 | | **Пудинг из творога (запеченный) с повидлом фруктовым** | ***130/30*** | |  | |  | | |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | | творог |  | | 9,9 | | 0,0990 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,4 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 0,4 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | яйца |  | | 16,0 | | 0,006 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,0 | | 0,0100 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,05 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сухари панировочные |  | | 0,4 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | крупа манная |  | | 1,0 | | 0,0100 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | виноград сушеный (изюм) |  | | 1,3 | | 0,0130 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса пудинга*** |  | | ***13,0*** | | 0,1300 | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | | повидло фруктовое |  | | 3,0 | | 0,0300 | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | | 27,12 | | 12,2 | | 48,72 | | 412,8 | | 0,0 | |
| №382 сб.2005 | | **Какао с молоком** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Какао-порошок |  | | 0,25 | | 0,0025 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 9,00 | | 0,0900 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 9,90 | | 0,0990 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,4 | | 2,9 | | 24,0 | | 135,7 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗАВТРАК: |  | |  | |  | | | 32,90 | | 15,52 | | 84,920 | | 612,10 | | 0,00 | |
| ***2 завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 386 сб 2005 | | **Кефир (кисл.мол.продукт)** | ***150*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Кефир (кисл.мол.продукт) |  | | 15,51 | | 0,1551 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,20 | | 4,8 | | 6,15 | | 84,8 | | 0,0 | |
| ***обед*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №82 сб 2005 | | **Борщ с картофелем и капустой со сметаной** | ***200/4*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | капуста свежая |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 2,66 | | 0,0266 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 2,83 | | 0,0283 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 3,04 | | 0,0304 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 3,29 | | 0,0329 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томатная паста |  | | 0,24 | | 0,0024 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,20 | | 0,0020 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь до 1.01 |  | | 1,00 | | 0,0100 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1,01 |  | | 1,10 | | 0,0110 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | свекла |  | | 4,00 | | 0,0400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 0,96 | | 0,0096 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | бульон или вода |  | | 16,00 | | 0,1600 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,15 | | 0,0015 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 1,5 | | 3,9 | | 12,16 | | 89,8 | | 0,0 | |
| №278 сб 2005 | | **Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом** | ***60/50*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №331 сб 2005 | | говядина без кости |  | | 4,05 | | 0,0405 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | крупа рисовая |  | | 0,50 | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 0,12 | | 0,0012 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,15 | | 0,0015 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 2,1 | | 0,0210 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,6 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса пассированного лука*** |  | | ***0,997*** | | ***0,0100*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса п/ф*** |  | | ***7,10*** | | ***0,0710*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,3 | | 0,0030 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса готовых тефтелей*** |  | | ***6,0*** | | ***0,0600*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | | ***Соус №331*** |  | | ***5,0*** | | ***0,0500*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 1,25 | | 0,0125 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 0,375 | | 0,0038 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 3,75 | | 0,0375 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томат |  | | 0,5 | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 8,1 | | 14,1 | | 12,3 | | 209,0 | | 0,0 | |
| №203 сб 2005 | | **Макароны отварные с маслом сливочным** | ***130*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | макаронные изделия |  | | 4,55 | | 0,0455 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,65 | | 0,0065 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,15 | | 0,0015 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,7 | | 5,5 | | 31,70 | | 195,0 | | 0,0 | |
| №349 сб.2005 | | **Компот из сухофруктов** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сухофрукты |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,00 | | 0,1800 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,018 | | 0,00018 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 0,0 | | 19,630 | | 78,8 | | 0,2 | |
| № х/к | | **Хлеб пшенич. /ржаной** | ***30/30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб ржаной |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗА ОБЕД: |  | |  | |  | | | 19,1 | | 24,2 | | 100,2 | | 695,6 | | 0,2 | |
| ***уплотненный полдник*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №289 сб.2005 | | **Рагу из филе цыпленка** | ***70/125*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | филе цыпленка |  | | 9,50 | | 0,0950 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,60 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель |  | | 11,44 | | 0,1144 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь |  | | 2,10 | | 0,0210 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томатная паста |  | | 0,24 | | 0,0024 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук |  | | 1,20 | | 0,0120 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука |  | | 0,10 | | 0,000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,20 | | 0,0020 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 9,24 | | 13,0 | | 8,12 | | 186,2 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,36 | | 0,1836 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ПОЛДНИК: |  | |  | |  | | | 11,74 | | 13,42 | | 35,32 | | 309,80 | | 0,00 | |
| ***ужин*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | | **Вафли весовое** | ***20*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Вафли весовое |  | | 2,00 | | 0,0200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,022 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,658 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,36 | | 0,1836 | | |  | |  | | 8,945 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО УЖИН: |  | |  | |  | | | 3,30 | | 2,80 | | 42,40 | | 134,00 | | 0,00 | |
|  | | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** |  | |  | |  | | | **71,28** | | **60,76** | | **268,98** | | **1836,25** | | **0,20** | |
| ***7 ДЕНЬ*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №175 сб 2005 | | **Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным** | ***200/5*** | |  | |  | | |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | | крупа рисовая |  | | 1,40 | | 0,0140 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | крупа пшено |  | | 1,90 | | 0,0190 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 13,0 | | 0,1300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,60 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 3,5 | | 0,0350 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса каши*** |  | | ***20,00*** | | ***0,2000*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,50 | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 6,1 | | 3,8 | | 44,9 | | 238,0 | | 0,0 | |
| №15 сб.2005г. | | **Сыр российский** | ***15*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Сыр российский |  | | 1,59 | | 0,0159 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,9 | | 4,0 | | 0,000 | | 51,0 | | 0,1 | |
| № 14 сб. 2005 | | **Масло сливочное** | ***8*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,80 | | 0,0080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 6,5 | | 0,1 | | 60,0 | | 0,0 | |
| №378 сб. 2005 | | **Чай с молоком и сахаром** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай в/с |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,32 | | 0,0132 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 4,50 | | 0,0450 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 13,50 | | 0,1350 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 1,4 | | 1,6 | | 17,7 | | 91,0 | | 0,2 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗАВТРАК: |  | |  | |  | | | 9,90 | | 5,80 | | 74,8 | | 392,60 | | 0,20 | |
| ***2 завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №388 сб.2005 | | **Напиток из плодов шиповника** | ***150*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | плоды шиповника |  | | 1,5 | | 0,0150 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | саха |  | | 1,5 | | 0,0150 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 15,0 | | 0,1500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,51 | | 0,0 | | 26,44 | | 107,9 | | 0,8 | |
| ***обед*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №131 сб.2004 | | **Горошек консервированный** | ***70*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Горошек консервированный |  | | 10,76 | | 0,1076 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | | 2,2 | | 3,1 | | 4,55 | | 54,6 | | 0,0 | |
| №101 сб.2005 | | **Суп картофельный с крупой перловой** | ***200*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 8,00 | | 0,0800 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 8,56 | | 0,0856 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 9,20 | | 0,0920 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 10,00 | | 0,1000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь до 1.01 |  | | 1,000 | | 0,0100 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1,01 |  | | 1,250 | | 0,0125 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 0,96 | | 0,0096 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | крупа перловая |  | | 0,80 | | 0,0080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,20 | | 0,0020 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | бульон или вода |  | | 14,0 | | 0,1400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,12 | | 0,0012 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 1,76 | | 2,3 | | 16,46 | | 93,2 | | 0,0 | |
| № 268 c,/2005 | | **Шницель из говядины** | ***70*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | говядина без кости |  | | 7,00 | | 0,0700 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 1,260 | | 0,0126 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода питьевая |  | | 1,68 | | 0,0168 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сухари панировочные |  | | 0,7 | | 0,0070 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,12 | | 0,0012 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса п/ф*** |  | | ***84,00*** | | ***0,8400*** | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,42 | | 0,0042 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса готовых изделий*** |  | | ***7,0*** | | ***0,0700*** | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 12,9 | | 13,5 | | 7,6 | | 204,0 | | 0,00 | |
| №171 сб.2005 | | **Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным** | ***130/5*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | крупа гречневая |  | | 6,15 | | 0,0615 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,65 | | 0,0065 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 9,23 | | 0,0923 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,10 | | 0,0010 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 6,7 | | 10,6 | | 49,8 | | 321,0 | | 0,0 | |
| №342 сб 2005 | | **Компот из свежих яблок** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | яблоки свежие |  | | 4,08 | | 0,0408 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 15,48 | | 0,1548 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 2,20 | | 0,0220 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,02 | | 0,0002 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,14 | | 0,0 | | 26,1 | | 104,9 | | 6,4 | |
| № х/к | | **Хлеб пшенич. /ржаной** | ***30/30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб ржаной |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,80 | | 0,74 | | 24,40 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗА ОБЕД: |  | |  | |  | | | 26,30 | | 27,10 | | 124,36 | | 846,10 | | 6,40 | |
| ***уплотненный полдник*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №208 сб 2005 | | **Лапшевник с творогом и c соусом молочным сладким** | ***130/50*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | лапша,или вермишель |  | | 3,20 | | 0,0320 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 6,90 | | 0,0690 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | творог |  | | 4,40 | | 0,0440 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,43 | | 0,0043 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,24 | | 0,0024 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 0,24 | | 0,0024 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,08 | | 0,0008 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сухари панировочные |  | | 0,24 | | 0,0024 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***соус молочный(сладкий) №327*** |  | | ***4,00*** | | ***0,04*** | | |  | |  | | **0,000** | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 2,500 | | 0,02500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 0,22 | | 0,00220 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,22 | | 0,00220 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,40 | | 0,00400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 2,50 | | 0,02500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 12,70 | | 7,8 | | 36,6 | | 267,0 | | 0,0 | |
| №379 сб.2005 | | **Кофейный напиток с молоком** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Кофейный напиток |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 9,00 | | 0,0900 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 10,80 | | 0,1080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,41 | | 25,5 | | 136,6 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ПОЛДНИК: |  | |  | |  | | | 18,32 | | 10,61 | | 74,30 | | 467,20 | | 0,00 | |
| ***ужин*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | | **Печенье весовое** | ***20*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Печенье весовое |  | | 2,00 | | 0,0200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 1,0 | | 0,0 | | 21,2 | | 88,0 | | 2,0 | |
|  | | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** |  | |  | |  | | | **56,03** | | **43,51** | | **321,10** | | **1901,75** | | **9,40** | |
| ***8 ДЕНЬ*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №181 сб 2005 | | **Каша жидка молочная из манной крупы с маслом сливочным** | ***200/5*** | |  | |  | | |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | | крупа манная |  | | 3,1 | | 0,0310 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 13,0 | | 0,1300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 4,5 | | 0,0450 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | саха |  | | 0,6 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,1 | | 0,0010 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса каши*** |  | | 20,0 | | 0,2000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | *0,5* | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 6,1 | | 3,0 | | 43,4 | | 225,0 | | 0,0 | |
| №15 сб.2005г. | | **Сыр российский** | ***15*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Сыр российский |  | | 1,59 | | 0,0159 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,9 | | 4,0 | | 0,000 | | 51,0 | | 0,1 | |
| № 14 сб. 2005 | | **Масло сливочное** | ***8*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,80 | | 0,0080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 6,5 | | 0,1 | | 60,0 | | 0,0 | |
| №377 сб.2005 | | **Чай с сахаром и лимоном** | ***180/5*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,36 | | 0,1836 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лимон |  | | 0,60 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,20 | | 0,0 | | 16,0 | | 65,0 | | 0,5 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗАВТРАК: |  | |  | |  | | | 8,8 | | 9,9 | | 71,7 | | 413,6 | | 0,5 | |
| ***2 завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 338 сб. 2005 | | **Банан свежий** | ***100*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Банан свежий |  | | 10,00 | | 0,1000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 1,5 | | 0,0 | | 23,6 | | 100,0 | | 0,3 | |
| ***обед*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 70 сб 2005 | | **Огурец соленый порц.** | ***25*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Огурец соленый порц. |  | | 2,75 | | 0,0275 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,4 | | 0,1 | | 1,6 | | 9,0 | | 0,01 | |
| №96 сб.2005 | | **Рассольник ленинградский с крупой пшеничной со сметаной** | ***200/4*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 8,00 | | 0,0800 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 8,51 | | 0,0851 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 9,16 | | 0,0916 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 9,92 | | 0,0992 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь до 1.01 |  | | 1,330 | | 0,0133 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1,01 |  | | 1,400 | | 0,0140 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | крупа пшеничная |  | | 0,4 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 0,48 | | 0,0048 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | огурцы соленые |  | | 1,7 | | 0,0170 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,5 | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,8 | | 0,1880 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,18 | | 0,0018 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 1,76 | | 4,1 | | 16,4 | | 109,6 | | 0,0 | |
| №291 сб 2005 | | **Плов из птицы** | ***70/130*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Бройлер-цыпленок |  | | 13,40 | | 0,1340 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | крупа рисовая |  | | 4,55 | | 0,0455 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь до 1.01 |  | | 1,70 | | 0,0170 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1,01 |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 1,04 | | 0,0104 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,90 | | 0,0090 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томат |  | | 0,26 | | 0,0026 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,20 | | 0,0020 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 19,80 | | 25,3 | | 32,1 | | 436,0 | | 0,0 | |
| №349 сб.2005 | | **Компот из сухофруктов** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сухофрукты |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,00 | | 0,1800 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,018 | | 0,00018 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 0,0 | | 19,6 | | 78,8 | | 0,2 | |
| № х/к | | **Хлеб пшенич. /ржаной** | ***30/30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб ржаной |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,80 | | 0,74 | | 24,40 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗА ОБЕД: |  | |  | |  | | | 26,86 | | 30,24 | | 94,10 | | 756,40 | | 0,21 | |
| ***уплотненный полдник*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №225 /327сб2005 | | **Оладьи из творога с соусом молочным ( сладким)** | ***120/40*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | творог |  | | 6,1 | | 0,0612 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 2,2 | | 0,0216 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,48 | | 0,0048 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | яйца |  | | 20,0 | | 0,020 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сода пищевая |  | | 0,012 | | 0,00012 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 2,4 | | 0,02400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,72 | | 0,00720 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***Масса готовых оладий*** |  | | ***12,0*** | | ***0,12000*** | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***соус молочный(сладкий) №327*** |  | | ***4,00*** | | ***0,04*** | | |  | |  | | **0,000** | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 2,000 | | 0,02000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 0,18 | | 0,00180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,18 | | 0,00180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,32 | | 0,00320 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 2,00 | | 0,02000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 15,6 | | 11,57 | | 33,9 | | 342,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ПОЛДНИК: |  | |  | |  | | | 15,70 | | 11,57 | | 48,9 | | 402,00 | | 0,00 | |
| ***ужин*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №388 сб.2005 | | **Напиток из плодов шиповника** | ***150*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | плоды шиповника |  | | 1,5 | | 0,0150 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | саха |  | | 1,5 | | 0,0150 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 15,0 | | 0,1500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,5 | | 0,0 | | 26,4 | | 107,8 | | 0,8 | |
| № | | **Вафли весовое** | ***20*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Вафли весовое |  | | 2,00 | | 0,0200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО УЖИН: |  | |  | |  | | | 3,7 | | 2,8 | | 53,8 | | 181,8 | | 0,8 | |
|  | | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** |  | |  | |  | | | **56,52** | | **54,51** | | **292,10** | | **1853,80** | | **1,81** | |
| ***9 ДЕНЬ*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №173 сб 2005 | | **Каша вязкая молочная пшеничная с маслом** | ***200/5*** | |  | |  | | |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | | крупа пшеничная |  | | 5,00 | | 0,0500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 13,0 | | 0,1300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,60 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 3,5 | | 0,0350 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса каши*** |  | | ***20,00*** | | ***0,2000*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,50 | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 8,6 | | 12,4 | | 46,0 | | 330,0 | | 0,0 | |
| №15 сб.2005г. | | **Сыр российский** | ***15*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Сыр российский |  | | 1,59 | | 0,0159 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,9 | | 4,0 | | 0,000 | | 51,0 | | 0,1 | |
| № 14 сб. 2005 | | **Масло сливочное** | ***8*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,80 | | 0,0080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 8,2 | | 0,1 | | 75,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,01350 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,36 | | 0,1836 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,20 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗАВТРАК: |  | |  | |  | | | 15,00 | | 16,80 | | 73,2 | | 504,60 | | 0,08 | |
| ***2 завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 338 сб. 2005 | | **Яблоко свежее** | ***100*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Яблоко свежее |  | | 10,00 | | 0,1000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,4 | | 0,0 | | 12,6 | | 52,0 | | 10,0 | |
| ***обед*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №101 сб 2005 | | **Суп картофельный с крупой (рисовой)** | ***200*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 8,00 | | 0,0800 | | |  | |  | | 4,304 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 8,57 | | 0,0857 | | |  | |  | | 4,611 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 9,22 | | 0,0922 | | |  | |  | | 4,960 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 9,98 | | 0,0998 | | |  | |  | | 29,152 | |  | |  | |
|  | | морковь до 1.01 |  | | 1,00 | | 0,0100 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1,01 |  | | 1,06 | | 0,0106 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 0,96 | | 0,0096 | | |  | |  | | 0,516 | |  | |  | |
|  | | крупа рисовая |  | | 0,80 | | 0,0080 | | |  | |  | | 0,430 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,2 | | 0,0020 | | |  | |  | | 0,108 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 15,04 | | 0,1504 | | |  | |  | | 8,092 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,12 | | 0,0012 | | |  | |  | | 0,065 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 1,6 | | 21,8 | | 16,7 | | 93,0 | | 0,0 | |
| №259 сб 2005 | | **Жаркое по-домашнему с говядиной** | ***70/130*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | говядина без кости |  | | 11,100 | | 0,1110 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 13,80 | | 0,1380 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 14,70 | | 0,1470 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 15,80 | | 0,1580 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 17,10 | | 0,1710 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 1,200 | | 0,0120 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,50 | | 0,0050 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томат |  | | 0,25 | | 0,0025 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,20 | | 0,00200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 15,80 | | 18,6 | | 21,000 | | 365,0 | | 0,1 | |
| №349 сб.2005 | | **Компот из сухофруктов** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сухофрукты |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 18,00 | | 0,1800 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,018 | | 0,00018 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,1 | | 0,0 | | 19,63 | | 78,8 | | 0,2 | |
| № х/к | | **Хлеб пшенич. /ржаной** | ***30/30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб ржаной |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ОБЕД: |  | |  | |  | | | 22,30 | | 41,14 | | 81,73 | | 659,84 | | 0,30 | |
| ***уплотненный полдник*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №131 сб.2004 | | **Горошек консервированный** | ***70*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Горошек консервированный |  | | 10,76 | | 0,1076 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | | 2,2 | | 3,1 | | 4,55 | | 54,6 | | 0,0 | |
| №210 сб.2007 | | **Омлет натуральный** | ***58*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | яйцо куриное |  | | 100,00 | | 0,0400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,70 | | 0,0070 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 1,50 | | 0,0150 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,10 | | 0,0010 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 5,3 | | 10,7 | | 5,6 | | 140,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с и сахаром** | ***180/5*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ПОЛДНИК: |  | |  | |  | | | 10,0 | | 14,2 | | 37,4 | | 318,2 | | 0,0 | |
| ***ужин*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | | **Печенье весовое** | ***20*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Печенье весовое |  | | 2,00 | | 0,0200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №354 сб 2005г. | | **Кисель из яблок сушеных** | ***150*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | яблоки сушеные (сухофрукт) |  | | 0,90 | | 0,0090 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | крахмал картофельный |  | | 0,60 | | 0,0060 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,015 | | 0,00015 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 16,20 | | 0,1620 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | | 0,3 | | 0,0 | | 29,52 | | 119,2 | | 0,5 | |
|  | | ИТОГО УЖИН: |  | |  | |  | | | 3,5 | | 2,8 | | 56,9 | | 193,2 | | 0,5 | |
|  | | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** |  | |  | |  | | | **51,17** | | **74,92** | | **261,80** | | **1727,84** | | **10,88** | |
| ***10 ДЕНЬ*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №ст 74 сб2015 | | **Творожно-яблочный пудинг с соусом молочным сладким** | ***130/40*** | |  | |  | | |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | | творог |  | | 4,80 | | 0,04800 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | яблоки свежие |  | | 5,50 | | 0,05500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | яйцо куриное |  | | 6,00 | | 0,0024 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,40 | | 0,01400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сухари панировочные |  | | 0,40 | | 0,00400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,40 | | 0,00400 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | манная крупа |  | | 1,00 | | 0,01000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***соус молочный(сладкий) №327*** |  | | ***4,0*** | | ***0,04000*** | | |  | |  | | ***4,000*** | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 2,000 | | 0,02000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 0,18 | | 0,00180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,18 | | 0,00180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,32 | | 0,00320 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 2,00 | | 0,02000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | | 27,12 | | 12,2 | | 48,72 | | 412,8 | | 0,0 | |
| №379 сб.2012 | | **Кофейный напиток с молоком** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Кофейный напиток |  | | 0,40 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,80 | | 0,0180 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 9,00 | | 0,0900 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 10,80 | | 0,1080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,58 | | 2,4 | | 25,5 | | 136,6 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗАВТРАК: |  | |  | |  | | | 33,10 | | 15,04 | | 86,42 | | 613,00 | | 0,00 | |
| ***2 завтрак*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 389 сб. 2005 | | **Сок фруктовый** | ***150*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сок фруктовый |  | | 15,00 | | 0,1500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,8 | | 0,0 | | 18,3 | | 76,2 | | 10,0 | |
| ***обед*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №108/109сб 2005 | | **Суп картофельный с клецками** | ***200/50*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 5,34 | | 0,0534 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 5,72 | | 0,0572 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 6,16 | | 0,0616 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 6,67 | | 0,0667 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь до 1.01 |  | | 0,960 | | 0,0096 | | |  | |  | | 0,038 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1,01 |  | | 1,020 | | 0,0102 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 0,93 | | 0,0093 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,20 | | 0,0020 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,10 | | 0,0010 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 15,00 | | 0,1500 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***КЛЕЦКИ:*** |  | | ***5,2*** | | ***0,0520*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 1,6 | | 0,0160 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло сливочное |  | | 0,174 | | 0,0017 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | яйца |  | | 10,00 | | 0,0040 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 2,40 | | 0,0240 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,05 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,75 | | 4,1 | | 16,900 | | 119,7 | | 12,0 | |
| №295 сб 2005 | | **Котлета рубленая из птицы** | ***80*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | цыплята бройлера |  | | 13,62 | | 0,1362 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб пшеничный |  | | 1,28 | | 0,0128 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 0,96 | | 0,0096 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сухари панировочные |  | | 0,8 | | 0,0080 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,48 | | 0,0048 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,15 | | 0,0015 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | ***масса готового изделия*** |  | | ***8,0*** | | ***0,0800*** | | |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 9,6 | | 15,2 | | 10,3 | | 226,0 | | 0,00 | |
| №134 сб.2013 | | **Пюре из свеклы** | ***130*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Свекла до1.01 |  | | 13,33 | | 0,1333 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Свекла с 1.01 |  | | 14,20 | | 0,1420 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,45 | | 0,0045 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,13 | | 0,0013 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | мука пшеничная |  | | 0,45 | | 0,0045 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сметана |  | | 1,37 | | 0,0137 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,3 | | 5,59 | | 18,5 | | 13,1 | | 0,0 | |
| №342 сб 2005 | | **Компот из свежих яблок** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | яблоки свежие |  | | 4,08 | | 0,0408 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода |  | | 15,48 | | 0,1548 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 2,20 | | 0,0220 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | кислота лимонная |  | | 0,02 | | 0,0002 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,14 | | 0,0 | | 26,1 | | 104,9 | | 0,2 | |
| № х/к | | **Хлеб пшенич. /ржаной** | ***30/30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Хлеб пшеничный |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | хлеб ржаной |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 4,80 | | 0,74 | | 24,40 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ЗА ОБЕД: |  | |  | |  | | | 20,63 | | 25,63 | | 96,20 | | 586,73 | | 12,20 | |
| ***уплотненный полдник*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| №312 сб.2005 | | **Пюре картофельное** | ***130*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.09 |  | | 14,82 | | 0,1482 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 1.11 |  | | 15,86 | | 0,1586 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.01 |  | | 17,01 | | 0,1701 | | |  | |  | | 0,680 | |  | |  | |
|  | | картофель с 01.03 |  | | 18,40 | | 0,1840 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | молоко |  | | 2,05 | | 0,0205 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | Масло сливочное |  | | 0,455 | | 0,0046 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль |  | | 0,1 | | 0,0010 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,7 | | 4,4 | | 16,09 | | 114,9 | | 0,0 | |
| №229 сб.2005 | | **Рыба, тушенная в томате с овощами** | ***70/50*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | минтай потрошенный с/м |  | | 12,04 | | 0,1204 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | вода питьевая |  | | 2,33 | | 0,0233 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь до 1.01 |  | | 0,37 | | 0,0037 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | морковь с 1,01 |  | | 0,39 | | 0,0039 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лук репчатый |  | | 1,50 | | 0,0150 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | масло растительное |  | | 0,70 | | 0,0070 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 0,12 | | 0,000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | томатная паста |  | | 0,60 | | 0,000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | лимонная кислота |  | | 0,001 | | 0,000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | соль йодированная |  | | 0,12 | | 0,000 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 9,24 | | 13,0 | | 8,12 | | 186,2 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **сок фруктовый** | ***180*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | сок фруктовый |  | | 18,000 | | 0,1800 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | | **Хлеб пшеничный** | ***30*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | | 3,00 | | 0,0300 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО ПОЛДНИК: |  | |  | |  | | | 14,44 | | 17,84 | | 51,41 | | 424,70 | | 0,00 | |
| ***ужин*** | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | | **Печенье весовое** | ***20*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | Печенье весовое |  | | 2,00 | | 0,0200 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | | **Чай с сахаром** | ***180/6*** | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | | чай |  | | 0,045 | | 0,0005 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | сахар |  | | 1,35 | | 0,0135 | | |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | | 1 порция: |  | |  | |  | | | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | | ИТОГО УЖИН: |  | |  | |  | | | 3,30 | | 2,80 | | 42,40 | | 134,00 | | 0,00 | |
|  | | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** |  | |  | |  | | | **72,22** | | **61,31** | | **294,73** | | **1834,63** | | **22,20** | |
|  | | **ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:** |  | |  | |  | | | **615,2** | | **562,9** | | **2821,4** | | **18257,8** | | **233,8** | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***продукты обогащённые витаминами и микронутриентами*** | | | | | | | | | | | | | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| Примерное перспективное 10-дневное меню для детских дошкольных учреждений составлено на основе действующих сборников | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| рецептур блюд для предприятия общественного питания (2013г., 2007г., 2015г., 1997г.,2004г)., с учетом физиологических | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
| норм питания для детей разного возраста 2-3года (сад) и 3-6 лет (сад), стоимость рационов питания — 103,93 руб. Нормы выхода | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении,охлаждении и порционировании. В рецептурах супов, | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| соусов, сладких блюд (компоты, кисели и др.), напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выкипание. | | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
|  | |  |  | |  | |  | | |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Инженер-технолог управления образования А.В. Бурамбаева*** | | | | | | | | | | | | | |  | |  | |  | |
| ***ПРИМЕРНОЕ ПЕРСПЕКТИВНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ И КАЛЬКУЛЯЦИЯ*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| № по сбор.рецептур | Наименования блюд и кулинарных изделий | | | ***Выход блюда, р.*** | | Масса брутто на 100пор. | | Масса брутто на 1 порц. | Белки, гр. | | Жиры, гр. | | Углеводы гр. | | энерг. Ценн. Ккал. | | Витамин С | |
| ***1 ДЕНЬ*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №223 сб.2005 | **Запеканка из творога с соусом молочным** | | | ***120/40*** | |  | |  |  | |  | | **0** | | **кол- детей** | |  | |
|  | творог | | |  | | 11,26 | | 0,1126 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | крупа манная | | |  | | 0,72 | | 0,0072 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,96 | | 0,0096 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | яйца | | |  | | 9,00 | | 0,0036 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,48 | | 0,0048 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сухари панировочные | | |  | | 0,48 | | 0,0048 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 0,48 | | 0,0048 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,08 | | 0,0008 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса готового изделия*** | | |  | | ***12,00*** | | ***0,1200*** |  | |  | | **0,000** | |  | |  | |
|  | ***соус молочный(сладкий) №327*** | | |  | | ***4,00*** | | ***0,04*** |  | |  | | **0,000** | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 2,000 | | 0,02000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 0,18 | | 0,00180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,18 | | 0,00180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,32 | | 0,00320 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 2,00 | | 0,02000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 27,12 | | 12,2 | | 48,72 | | 412,8 | | 0,0 | |
| №379 сб.2012 | **Кофейный напиток с молоком** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Кофейный напиток | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 9,00 | | 0,0900 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 10,80 | | 0,1080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,4 | | 25,5 | | 136,6 | | 0,0 | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗАВТРАК: | | |  | |  | |  | 32,7 | | 15,1 | | 86,420 | | 613,0 | | 0,0 | |
| ***2 завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №389 сб.2005 | **Сок фруктовый** | | | ***150*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | сок фруктовый | | |  | | 15,0 | | 0,1500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,8 | | 0,0 | | 18,3 | | 76,2 | | 10,0 | |
| ***обед*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №84 сб.2011 | **Борщ с фасолью и картофелем со сметаной** | | | ***200/4*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Свекла с1.01 | | |  | | 4,00 | | 0,0400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Свекла до1.01 | | |  | | 4,5 | | 0,0450 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук | | |  | | 0,96 | | 0,0096 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 2,660 | | 0,0266 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 2,860 | | 0,0286 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 3,080 | | 0,0308 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 3,340 | | 0,0334 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь до 1.01 | | |  | | 1,33 | | 0,0133 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь с 1,01 | | |  | | 1,41 | | 0,0141 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,12 | | 0,0012 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | фасоль | | |  | | 0,8 | | 0,0080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,4 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томат | | |  | | 0,24 | | 0,0024 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,16 | | 0,0016 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 0,4 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,60 | | 5,10 | | 20,2 | | 133,20 | | 1,20 | |
| № 269 c,/2005 | **Биточки (особые) из говядины** | | | ***70*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | говядина без кости | | |  | | 7,00 | | 0,0700 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 1,120 | | 0,0112 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода питьевая | | |  | | 1,40 | | 0,0140 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сухари панировочные | | |  | | 0,7 | | 0,0070 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,12 | | 0,0012 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса п/ф*** | | |  | | ***8,66*** | | ***0,0866*** |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,35 | | 0,0035 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса готовых изделий*** | | |  | | ***7,0*** | | ***0,0700*** |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 5,6 | | 14,8 | | 6,2 | | 115,0 | | 0,00 | |
| №171 сб.2005 | **Каша гречневая рассыпчатая** | | | ***130*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | крупа гречневая | | |  | | 6,15 | | 0,0615 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,50 | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,10 | | 0,0010 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 9,23 | | 0,0923 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 6,7 | | 10,6 | | 49,8 | | 321,0 | | 0,0 | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №349 сб.2005 | **Компот из сухофруктов** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | сухофрукты | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,00 | | 0,1800 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,018 | | 0,00018 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,072 | | 0,0 | | 19,63 | | 78,8 | | 5,6 | |
| № х/к | **Хлеб пшенич. /ржаной** | | | ***30/30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб ржаной | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ОБЕД: | | |  | |  | |  | 8,47 | | 5,84 | | 64,2 | | 335,04 | | 6,80 | |
| ***уплотненный полдник*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №73 сб.2005 | **Икра кабачковая** | | | ***80*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Икра кабачковая | | |  | | 8,50 | | 0,0850 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,4 | | 0,1 | | 1,6 | | 9,0 | | 0,01 | |
| №204 сб 2005 | **макароны отварные с сыром** | | | ***130*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | макаронные изделия | | |  | | 3,50 | | 0,0350 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Сыр российский | | |  | | 2,64 | | 0,0264 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,60 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,12 | | 0,0012 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 8,20 | | 10,3 | | 25,0 | | 226,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,36 | | 0,1836 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ПОЛДНИК: | | |  | |  | |  | 10,70 | | 10,70 | | 52,2 | | 349,60 | | 0,00 | |
| ***ужин*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром и лимоном** | | | ***180/6*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лимон | | |  | | 0,70 | | 0,0070 |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № | **Печенье весовое** | | | ***20*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | печенье весовое | | |  | | 2,00 | | 0,0200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО УЖИН: | | |  | |  | |  | 3,3 | | 2,8 | | 42,4 | | 134,0 | | 0,0 | |
|  | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** | | |  | |  | |  | **55,96** | | **34,39** | | **263,55** | | **1507,84** | | **16,80** | |
| ***2 ДЕНЬ*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №182 год 2005 | **Каша жидкая молочная рисовая с маслом** | | | ***200/5*** | |  | |  |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | крупа рисовая | | |  | | 3,10 | | 0,0310 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 13,00 | | 0,1300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 4,50 | | 0,0450 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,60 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,50 | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,10 | | 0,0010 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,00 | | 0,0000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 6,0 | | 3,0 | | 43,4 | | 225,0 | | 0,0 | |
| №15 сб.2005г. | **Сыр российский** | | | ***15*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Сыр российский | | |  | | 1,59 | | 0,0159 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,9 | | 4,0 | | 0,000 | | 51,0 | | 0,1 | |
| № 14 сб. 2005 | **Масло сливочное** | | | ***8*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,80 | | 0,0080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 8,2 | | 0,1 | | 75,0 | | 0,0 | |
| №382 сб.2005 | **Какао с молоком** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Какао-порошок | | |  | | 0,25 | | 0,0025 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 9,00 | | 0,0900 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 9,90 | | 0,0990 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,4 | | 2,9 | | 24,06 | | 180,0 | | 135,72 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗАВТРАК | | |  | |  | |  | 11,8 | | 6,3 | | 79,7 | | 468,6 | | 135,7 | |
| ***2 завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № сб.2005 | **Банан свежий** | | | ***100*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Банан свежий | | |  | | 10,00 | | 0,1000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 6,2 | | 1,2 | | 29,28 | | 201,6 | | 0,8 | |
| ***обед*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 71 сб 2005 | **Огурец соленыйпорц.** | | | ***20*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Огурец соленый порц. | | |  | | 2,75 | | 0,0275 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,4 | | 0,1 | | 1,6 | | 9,0 | | 0,01 | |
| №102 сб. 2005 | **Суп картофельный с бобовыми (горох)** | | | ***200*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 5,33 | | 0,0533 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 5,73 | | 0,0573 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 6,10 | | 0,0610 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 6,60 | | 0,0660 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь до 1.01 | | |  | | 1,30 | | 0,0130 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь с 1,01 | | |  | | 1,38 | | 0,0138 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | горох | | |  | | 1,600 | | 0,01600 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 0,96 | | 0,0096 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода или бульон | | |  | | 14,0 | | 0,1400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,15 | | 0,0015 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,1 | | 4,3 | | 19,08 | | 131,0 | | 0,0 | |
| № 292/331 сб.2005 | **Птица, тушенная в соусе с овощами** | | | ***80/150*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | цыплята бройлера | | |  | | 13,20 | | 0,1320 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,700 | | 0,0070 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 13,40 | | 0,1340 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 14,30 | | 0,1430 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 15,40 | | 0,1540 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 16,70 | | 0,1670 |  | |  | | 7,248 | |  | |  | |
|  | морковь | | |  | | 4,35 | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 2,40 | | 0,0240 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Горошек консервированный | | |  | | 1,600 | | 0,0160 |  | |  | | 0,694 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,30 | | 0,0030 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***соус сметанный с томатом*** | | |  | | ***50 гр.*** | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 1,25 | | 0,0125 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 0,37 | | 0,0037 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 3,75 | | 0,0375 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томатная паста | | |  | | 0,20 | | 0,0020 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,05 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса гарнира и соуса*** | | |  | | ***150 гр.*** | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 23,0 | | 19,1 | | 21,49 | | 336,3 | | 0,0 | |
| №349 сб.2005 | **Компот из сухофруктов** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | сухофрукты | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,00 | | 0,1800 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,018 | | 0,00018 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 0,0 | | 19,6 | | 78,8 | | 0,2 | |
| № х/к | **Хлеб пшенич. /ржаной** | | | ***30/30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб ржаной | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ОБЕД: | | |  | |  | |  | 31,88 | | 24,08 | | 84,57 | | 669,14 | | 0,20 | |
| ***уплотненный полдник*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №75 сб.2004 | **Икра свекольная** | | | ***100*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | свекла до 1.01 | | |  | | 9,57 | | 0,0957 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Свекла с 1.01 | | |  | | 10,19 | | 0,1019 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 2,08 | | 0,0208 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томатная паста | | |  | | 1,00 | | 0,0100 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,75 | | 0,0075 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,12 | | 0,0012 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,05 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  | 2,3 | | 6,8 | | 15,4 | | 132,0 | | 1,2 | |
| №210 сб.2007 | **Омлет натуральный** | | | ***58*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | яйцо куриное | | |  | | 100,00 | | 0,0400 |  | |  | | 0,0 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,70 | | 0,0070 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 1,50 | | 0,0150 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,10 | | 0,0010 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 5,3 | | 10,7 | | 5,6 | | 180,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,32 | | 0,0132 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 0,0 | | 12,0 | | 49,0 | | 0,00 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,20 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ПОЛДНИК: | | |  | |  | |  | 10,10 | | 17,90 | | 45,20 | | 424,60 | | 1,20 | |
| ***ужин*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | **Вафли весовое** | | | ***20*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Вафли весовое | | |  | | 2,00 | | 0,0200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180/5*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,36 | | 0,1836 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО УЖИН: | | |  | |  | |  | 3,30 | | 2,80 | | 42,40 | | 134,00 | | 0,00 | |
|  | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** | | |  | |  | |  | **63,30** | | **52,26** | | **281,11** | | **1897,94** | | **137,92** | |
| ***3 ДЕНЬ*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | | **0** | |  | |  | |
| №1210-2010 год 2003 | **Суфле творожное с соусом молочным сладким** | | | ***120/40*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | творог | | |  | | 8,6 | | 0,0860 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 1,10 | | 0,0110 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,80 | | 0,0080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | яйца | | |  | | 14,0 | | 0,0056 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 0,87 | | 0,0087 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 1,70 | | 0,0170 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса п/ф*** | | |  | | ***133,2*** | | ***1,3320*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,12 | | 0,0012 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***соус молочный(сладкий) №327*** | | |  | | ***4,00*** | | ***0,04*** |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 2,000 | | 0,02000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 0,18 | | 0,00180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,18 | | 0,00180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,32 | | 0,00320 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 2,00 | | 0,02000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 27,12 | | 12,2 | | 48,72 | | 412,8 | | 0,0 | |
| №378 сб. 2005 | **Чай с молоком и сахаром** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай в/с | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,32 | | 0,0132 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 4,50 | | 0,0450 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 13,50 | | 0,1350 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 1,4 | | 1,6 | | 17,7 | | 91,0 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗАВТРАК: | | |  | |  | |  | 30,92 | | 14,24 | | 78,62 | | 567,40 | | 0,00 | |
| ***2 завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №388 сб.2005 | **Банан свежий** | | | ***100*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Банан свежий | | |  | | 10,0 | | 0,1000 | 9,0 | | 0,0 | | 0,0 | | 98,0 | | 23,0 | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 9,0 | | 0,0 | | 0,0 | | 98,0 | | 23,0 | |
| ***обед*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №82 сб 2005 | **Борщ с картофелем и капустой со сметаной** | | | ***200/4*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | капуста свежая | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 2,66 | | 0,0266 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 2,83 | | 0,0283 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 3,04 | | 0,0304 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 3,29 | | 0,0329 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь до 1.01 | | |  | | 1,00 | | 0,0100 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь с 1,01 | | |  | | 1,10 | | 0,0110 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томатная паста | | |  | | 0,24 | | 0,0024 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,20 | | 0,0020 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | свекла | | |  | | 4,00 | | 0,0400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 0,96 | | 0,0096 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | бульон или вода | | |  | | 16,00 | | 0,1600 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,15 | | 0,0015 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 1,5 | | 3,9 | | 12,16 | | 89,8 | | 0,2 | |
| №203 сб 2005 | **Макароны отварные с маслом сливочным** | | | ***130*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | макаронные изделия | | |  | | 4,55 | | 0,0455 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,65 | | 0,0065 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,15 | | 0,0015 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,7 | | 5,5 | | 31,7 | | 195,0 | | 0,0 | |
| №297 сб 2013 | **Фрикадельки из птицы с соусом сметанным (из филе цыпленка)** | | | ***70/50*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | филе цыпленка | | |  | | 5,46 | | 0,0546 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб пшеничный | | |  | | 1,05 | | 0,0105 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 0,00 | | 0,0000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,50 | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса п/ф*** | | |  | | ***79,80*** | | ***0,7980*** |  | |  | | ***79,800*** | |  | |  | |
|  | ***масса готового изделия*** | | |  | | ***7,00*** | | ***0,0700*** |  | |  | | ***7,000*** | |  | |  | |
|  | ***соус сметанный*** | | |  | | ***5,00*** | | ***0,0500*** |  | |  | | ***5,000*** | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 1,25 | | 0,0125 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука | | |  | | 0,38 | | 0,0038 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 3,75 | | 0,0375 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,15 | | 0,0015 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 14,4 | | 17,5 | | 5,6 | | 322,0 | | 0,00 | |
| №342 сб 2005 | **Компот из свежих яблок** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | яблоки свежие | | |  | | 4,08 | | 0,0408 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 15,48 | | 0,1548 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 2,20 | | 0,0220 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,02 | | 0,0002 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,2 | | 0,0 | | 35,8 | | 136,0 | | 6,4 | |
| № х/к | **Хлеб пшенич. /ржаной** | | | ***30/30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб ржаной | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗА ОБЕД: | | |  | |  | |  | 25,54 | | 27,62 | | 109,66 | | 865,80 | | 6,60 | |
| ***уплотненный полдник*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №182 сб.2005 | **Каша жидкая молочная с овсяной крупой и маслом сливочным** | | | ***200/5*** | |  | |  |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | крупа овсяная | | |  | | 4,00 | | 0,0400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 13,00 | | 0,1300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,60 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,500 | | 0,00500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 3,0 | | 0,03000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 7,2 | | 13,3 | | 37,8 | | 300,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180/5*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,36 | | 0,1836 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ПОЛДНИК: | | |  | |  | |  | 9,70 | | 13,70 | | 65,00 | | 423,60 | | 0,00 | |
| ***ужин*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №354 сб 2005г. | **Кисель из яблок сушеных** | | | ***150*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | яблоки сушеные (сухофрукт) | | |  | | 0,90 | | 0,0090 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | крахмал картофельный | | |  | | 0,60 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,02 | | 0,0002 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 16,20 | | 0,1620 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  | 0,3 | | 0,0 | | 29,52 | | 119,3 | | 0,2 | |
| № | **Печенье весовое** | | | ***20*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | печенье весовое | | |  | | 2,00 | | 0,0200 |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,5 | | 2,8 | | 56,9 | | 193,3 | | 0,2 | |
|  | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** | | |  | |  | |  | **78,66** | | **58,36** | | **310,20** | | **2148,05** | | **29,80** | |
| ***4 ДЕНЬ*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | | **0** | |  | |  | |
| №183 сб.2005 | **Каша жидкая молочная гречневая с маслом** | | | ***200/5*** | |  | |  |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | крупа гречневая | | |  | | 4,0 | | 0,0400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 2,00 | | 0,0200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 15,0 | | 0,1500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,60 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,100 | | 0,00100 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,5 | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса каши*** | | |  | | ***20,0*** | | ***0,2000*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  | 6,3 | | 13,1 | | 37,5 | | 293 | | 0,0 | |
| №15 сб.2005г. | **Сыр российский** | | | ***15*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Сыр российский | | |  | | 1,59 | | 0,0159 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,9 | | 4,0 | | 0,000 | | 51,0 | | 0,1 | |
| № 14 сб. 2005 | **Масло сливочное** | | | ***8*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,80 | | 0,0080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 8,2 | | 0,1 | | 75,0 | | 0,0 | |
| №379 сб.2012 | **Кофейный напиток с молоком** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Кофейный напиток | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 9,00 | | 0,0900 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 10,80 | | 0,1080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,22 | | 2,4 | | 25,5 | | 136,6 | | 2,2 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗАВТРАК: | | |  | |  | |  | 11,92 | | 15,90 | | 75,2 | | 493,20 | | 2,20 | |
| ***2 завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 386 сб 2005 | **Кефир (кисл.мол.продукт)** | | | ***150*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Кефир (кисл.мол.продукт) | | |  | | 15,51 | | 0,1551 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 5,6 | | 6,4 | | 8,2 | | 113,0 | | 0,3 | |
| ***обед*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №104/105 сб 2005 | **Суп картофельный с мясными фрикадельками (говядина)** | | | ***30/200*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 10,66 | | 0,1066 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 11,42 | | 0,1142 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 12,29 | | 0,1229 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 13,30 | | 0,1330 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь до 1.01 | | |  | | 1,06 | | 0,0106 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь с 1,01 | | |  | | 1,13 | | 0,0113 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томатная паста | | |  | | 0,08 | | 0,0008 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 0,96 | | 0,0096 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,20 | | 0,0020 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода или бульон | | |  | | 14,0 | | 0,1400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,25 | | 0,0025 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***фрикадельки мясные №105*** | | |  | | ***3,0*** | | ***0,03*** |  | |  | | ***3,000*** | |  | |  | |
|  | говядина без кости | | |  | | 3,42 | | 0,0342 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 0,36 | | 0,0036 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | яйцо куриное | | |  | | 6 | | 0,0024 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 7,6 | | 1,6 | | 18,64 | | 152,8 | | 0,0 | |
| №234 сб.2005 | **Биточки рыбные (Минтай)** | | | ***70*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | минтай потрошенный с/м | | |  | | 7,49 | | 0,0749 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 1,82 | | 0,0182 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,20 | | 0,0020 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 1,26 | | 0,0126 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сухари панировочные | | |  | | 0,70 | | 0,0003 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,70 | | 0,0070 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***Масса жареного изделия*** | | |  | | ***7,00*** | | ***0,07*** |  | |  | | ***3,000*** | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 9,24 | | 13,0 | | 8,12 | | 186,2 | | 0,0 | |
| №312 сб.2005 | **Пюре картофельное** | | | ***130*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 14,82 | | 0,1482 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 15,86 | | 0,1586 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 17,01 | | 0,1701 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 18,40 | | 0,1840 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 2,05 | | 0,0205 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,455 | | 0,0046 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,1 | | 0,0010 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,7 | | 4,4 | | 16,09 | | 114,9 | | 0,0 | |
| №342 сб 2005 | **Компот из свежих яблок** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | яблоки свежие | | |  | | 4,08 | | 0,0408 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 15,48 | | 0,1548 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 2,20 | | 0,0220 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,02 | | 0,0002 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,14 | | 0,0 | | 26,1 | | 104,9 | | 0,2 | |
| № х/к | **Хлеб пшенич. /ржаной** | | | ***30/30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб ржаной | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗА ОБЕД: | | |  | |  | |  | 24,48 | | 19,78 | | 93,35 | | 681,82 | | 0,20 | |
| ***уплотненный полдник*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №188 сб.2005 | **Запеканка рисовая с творога с соусом молочным (сладким)** | | | ***130/40*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №327 сб 2005 | творог | | |  | | 2,10 | | 0,0210 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | крупа рисовая | | |  | | 3,90 | | 0,0390 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,78 | | 0,0078 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | яйца | | |  | | 13,00 | | 0,0052 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,26 | | 0,0026 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сухари панировочные | | |  | | 0,26 | | 0,0026 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 0,26 | | 0,0026 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,02 | | 0,0002 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса готовой запеканки*** | | |  | | ***13,00*** | | 0,1300 |  | |  | | ***13,000*** | |  | |  | |
|  | ***соус молочный(сладкий) №327*** | | |  | | ***4,00*** | | ***0,04*** |  | |  | | **0,000** | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 2,000 | | 0,02000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 0,18 | | 0,00180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,18 | | 0,00180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,32 | | 0,00320 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 2,00 | | 0,02000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 9,35 | | 11,9 | | 51,68 | | 351,9 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180/5*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,36 | | 0,1836 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ПОЛДНИК: | | |  | |  | |  | 11,75 | | 12,30 | | 63,88 | | 415,50 | | 0,00 | |
| ***ужин*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 389 сб. 2005 | **Сок фруктовый** | | | ***150*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | сок фруктовый | | |  | | 15,00 | | 0,1500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 0,0 | | 18,3 | | 76,3 | | 0,8 | |
| № | **Вафли весовые** | | | ***20*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Вафли весовое | | |  | | 2,00 | | 0,0200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО УЖИН: | | |  | |  | |  | 3,30 | | 2,80 | | 45,70 | | 150,30 | | 0,80 | |
|  | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** | | |  | |  | |  | **57,1** | | **57,2** | | **286,3** | | **1853,8** | | **3,5** | |
| ***5 ДЕНЬ*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №73 сб.2005 | **Икра кабачковая** | | | ***80*** | |  | |  |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | Икра кабачковая | | |  | | 8,500 | | 0,0850 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 1,2 | | 3,5 | | 6,800 | | 62,0 | | 0,3 | |
| №211 сб.2007 | **Омлет натуральный с сыром** | | | ***60*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | яйцо куриное | | |  | | 100,00 | | 0,0400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,70 | | 0,0070 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 1,50 | | 0,0150 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Сыр российский | | |  | | 0,80 | | 0,0080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,10 | | 0,0010 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 6,9 | | 12,0 | | 5,7 | | 158,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗАВТРАК: | | |  | |  | |  | 10,60 | | 15,90 | | 39,70 | | 343,60 | | 0,32 | |
| ***2 завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 338 сб. 2005 | **Яблоко свежее** | | | ***100*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Яблоко свежее | | |  | | 10,00 | | 0,1000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,4 | | 0,0 | | 12,6 | | 52,0 | | 0,2 | |
| ***обед*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №113/114 сб.2005 | **Суп с лапшой домашней** | | | ***200*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | ***лапша домашняя:*** | | |  | | ***0,80*** | | ***0,0080*** |  | |  | | ***0,800*** | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 1,400 | | 0,01400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука на подпыл | | |  | | 0,11 | | 0,0011 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | яйцо куриное | | |  | | 10,00 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 0,28 | | 0,0028 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса вареной лапши:*** | | |  | | ***2,00*** | | ***0,0200*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 1,00 | | 0,0100 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,20 | | 0,0020 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | бульон или вода | | |  | | 19,00 | | 0,1900 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,1 | | 4,4 | | 10,72 | | 91,0 | | 0,0 | |
| №299 сб.2005 | **Суфле из птицы с соусом №329** | | | ***90*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №329 сб 2005 | цыплята бройлера | | |  | | 12,00 | | 0,12000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | яйца | | |  | | 39,00 | | 0,016 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,20 | | 0,00200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 1,05 | | 0,01050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***соус молочный густой №329*** | | |  | | ***2,50*** | | 0,02500 |  | |  | | ***2,500*** | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 1,87 | | 0,01870 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,320 | | 0,00320 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука | | |  | | 0,32 | | 0,00320 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 0,37 | | 0,00370 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 17,18 | | 23,0 | | 3,43 | | 289,6 | | 0,0 | |
| №321 сб 2005 | **Капуста тушеная** | | | ***130*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | капуста белокочан. Свежая | | |  | | 18,59 | | 0,1859 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,43 | | 0,0043 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь с 1.01 | | |  | | 0,34 | | 0,0034 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 0,61 | | 0,0061 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томат | | |  | | 0,30 | | 0,0030 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лимонная кислота | | |  | | 0,008 | | 0,00008 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука | | |  | | 0,143 | | 0,0014 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,39 | | 0,0039 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,08 | | 0,0008 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,69 | | 3,5 | | 17,42 | | 111,6 | | 0,5 | |
| №349 сб.2005 | **Компот из сухофруктов** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | сухофрукты | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,00 | | 0,1800 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,018 | | 0,00018 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 0,0 | | 19,63 | | 78,8 | | 0,2 | |
| № х/к | **Хлеб пшенич. /ржаной** | | | ***30/30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб ржаной | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗА ОБЕД: | | |  | |  | |  | 26,83 | | 31,65 | | 75,6 | | 694,00 | | 0,73 | |
| ***уплотненный полдник*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №174 сб.2005 | **Каша жидкая молочная пшенная с маслом сливочным** | | | ***200/5*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | крупа пшенная | | |  | | 4,0 | | 0,0400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 4,50 | | 0,0450 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 13,0 | | 0,1300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,60 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,1 | | 0,00100 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,5 | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса каши*** | | |  | | ***20,0*** | | ***0,2000*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  | 6,1 | | 12,1 | | 35,00 | | 273,0 | | 0,0 | |
| №382 сб.2005 | **Какао с молоком** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Какао-порошок | | |  | | 0,25 | | 0,0025 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 9,00 | | 0,0900 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 9,90 | | 0,0990 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,4 | | 2,9 | | 24,0 | | 135,7 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ПОЛДНИК: | | |  | |  | |  | 11,88 | | 15,38 | | 71,2 | | 472,30 | | 0,00 | |
| ***ужин*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | **Печенье весовое** | | | ***20*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | печенье весовое | | |  | | 2,00 | | 0,0200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,36 | | 0,1836 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО УЖИН: | | |  | |  | |  | 3,30 | | 2,80 | | 42,4 | | 134,00 | | 0,00 | |
|  | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** | | |  | |  | |  | **53,01** | | **65,73** | | **241,50** | | **1695,90** | | **1,25** | |
| ***6 ДЕНЬ*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №222сб 2005 | **Пудинг из творога (запеченный) с повидлом фруктовым** | | | ***130/30*** | |  | |  |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | творог | | |  | | 9,9 | | 0,0990 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,4 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 0,4 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | яйца | | |  | | 16,0 | | 0,006 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,0 | | 0,0100 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,05 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сухари панировочные | | |  | | 0,4 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | крупа манная | | |  | | 1,0 | | 0,0100 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | виноград сушеный (изюм) | | |  | | 1,3 | | 0,0130 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса пудинга*** | | |  | | ***13,0*** | | 0,1300 |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | повидло фруктовое | | |  | | 3,0 | | 0,0300 |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  | 27,12 | | 12,2 | | 48,72 | | 412,8 | | 0,0 | |
| №382 сб.2005 | **Какао с молоком** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Какао-порошок | | |  | | 0,25 | | 0,0025 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 9,00 | | 0,0900 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 9,90 | | 0,0990 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,4 | | 2,9 | | 24,0 | | 135,7 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗАВТРАК: | | |  | |  | |  | 32,90 | | 15,52 | | 84,920 | | 612,10 | | 0,00 | |
| ***2 завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 386 сб 2005 | **Кефир (кисл.мол.продукт)** | | | ***150*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Кефир (кисл.мол.продукт) | | |  | | 15,51 | | 0,1551 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,20 | | 4,8 | | 6,15 | | 84,8 | | 0,0 | |
| ***обед*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №82 сб 2005 | **Борщ с картофелем и капустой со сметаной** | | | ***200/4*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | капуста свежая | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 2,66 | | 0,0266 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 2,83 | | 0,0283 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 3,04 | | 0,0304 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 3,29 | | 0,0329 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томатная паста | | |  | | 0,24 | | 0,0024 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,20 | | 0,0020 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь до 1.01 | | |  | | 1,00 | | 0,0100 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь с 1,01 | | |  | | 1,10 | | 0,0110 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | свекла | | |  | | 4,00 | | 0,0400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 0,96 | | 0,0096 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | бульон или вода | | |  | | 16,00 | | 0,1600 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,15 | | 0,0015 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 1,5 | | 3,9 | | 12,16 | | 89,8 | | 0,0 | |
| №278 сб 2005 | **Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом** | | | ***60/50*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №331 сб 2005 | говядина без кости | | |  | | 4,05 | | 0,0405 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | крупа рисовая | | |  | | 0,50 | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 0,12 | | 0,0012 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,15 | | 0,0015 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 2,1 | | 0,0210 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,6 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса пассированного лука*** | | |  | | ***0,997*** | | ***0,0100*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса п/ф*** | | |  | | ***7,10*** | | ***0,0710*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,3 | | 0,0030 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса готовых тефтелей*** | | |  | | ***6,0*** | | ***0,0600*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | ***Соус №331*** | | |  | | ***5,0*** | | ***0,0500*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 1,25 | | 0,0125 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 0,375 | | 0,0038 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 3,75 | | 0,0375 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томат | | |  | | 0,5 | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 8,1 | | 14,1 | | 12,3 | | 209,0 | | 0,0 | |
| №203 сб 2005 | **Макароны отварные с маслом сливочным** | | | ***130*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | макаронные изделия | | |  | | 4,55 | | 0,0455 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,65 | | 0,0065 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,15 | | 0,0015 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,7 | | 5,5 | | 31,70 | | 195,0 | | 0,0 | |
| №349 сб.2005 | **Компот из сухофруктов** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | сухофрукты | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,00 | | 0,1800 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,018 | | 0,00018 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 0,0 | | 19,630 | | 78,8 | | 0,2 | |
| № х/к | **Хлеб пшенич. /ржаной** | | | ***30/30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб ржаной | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗА ОБЕД: | | |  | |  | |  | 19,1 | | 24,2 | | 100,2 | | 695,6 | | 0,2 | |
| ***уплотненный полдник*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №289 сб.2005 | **Рагу из филе цыпленка** | | | ***70/125*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | филе цыпленка | | |  | | 9,50 | | 0,0950 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,60 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель | | |  | | 11,44 | | 0,1144 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь | | |  | | 2,10 | | 0,0210 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томатная паста | | |  | | 0,24 | | 0,0024 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук | | |  | | 1,20 | | 0,0120 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука | | |  | | 0,10 | | 0,000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,20 | | 0,0020 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 9,24 | | 13,0 | | 8,12 | | 186,2 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,36 | | 0,1836 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ПОЛДНИК: | | |  | |  | |  | 11,74 | | 13,42 | | 35,32 | | 309,80 | | 0,00 | |
| ***ужин*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | **Вафли весовое** | | | ***20*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Вафли весовое | | |  | | 2,00 | | 0,0200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,022 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,658 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,36 | | 0,1836 |  | |  | | 8,945 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО УЖИН: | | |  | |  | |  | 3,30 | | 2,80 | | 42,40 | | 134,00 | | 0,00 | |
|  | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** | | |  | |  | |  | **71,28** | | **60,76** | | **268,98** | | **1836,25** | | **0,20** | |
| ***7 ДЕНЬ*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №175 сб 2005 | **Каша вязкая молочная из риса и пшена с маслом сливочным** | | | ***200/5*** | |  | |  |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | крупа рисовая | | |  | | 1,40 | | 0,0140 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | крупа пшено | | |  | | 1,90 | | 0,0190 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 13,0 | | 0,1300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,60 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 3,5 | | 0,0350 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса каши*** | | |  | | ***20,00*** | | ***0,2000*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,50 | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 6,1 | | 3,8 | | 44,9 | | 238,0 | | 0,0 | |
| №15 сб.2005г. | **Сыр российский** | | | ***15*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Сыр российский | | |  | | 1,59 | | 0,0159 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,9 | | 4,0 | | 0,000 | | 51,0 | | 0,1 | |
| № 14 сб. 2005 | **Масло сливочное** | | | ***8*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,80 | | 0,0080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 6,5 | | 0,1 | | 60,0 | | 0,0 | |
| №378 сб. 2005 | **Чай с молоком и сахаром** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай в/с | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,32 | | 0,0132 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 4,50 | | 0,0450 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 13,50 | | 0,1350 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 1,4 | | 1,6 | | 17,7 | | 91,0 | | 0,2 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗАВТРАК: | | |  | |  | |  | 9,90 | | 5,80 | | 74,8 | | 392,60 | | 0,20 | |
| ***2 завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №388 сб.2005 | **Напиток из плодов шиповника** | | | ***150*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | плоды шиповника | | |  | | 1,5 | | 0,0150 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | саха | | |  | | 1,5 | | 0,0150 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 15,0 | | 0,1500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,51 | | 0,0 | | 26,44 | | 107,9 | | 0,8 | |
| ***обед*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №131 сб.2004 | **Горошек консервированный** | | | ***70*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Горошек консервированный | | |  | | 10,76 | | 0,1076 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  | 2,2 | | 3,1 | | 4,55 | | 54,6 | | 0,0 | |
| №101 сб.2005 | **Суп картофельный с крупой перловой** | | | ***200*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 8,00 | | 0,0800 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 8,56 | | 0,0856 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 9,20 | | 0,0920 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 10,00 | | 0,1000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь до 1.01 | | |  | | 1,000 | | 0,0100 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь с 1,01 | | |  | | 1,250 | | 0,0125 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 0,96 | | 0,0096 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | крупа перловая | | |  | | 0,80 | | 0,0080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,20 | | 0,0020 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | бульон или вода | | |  | | 14,0 | | 0,1400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,12 | | 0,0012 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 1,76 | | 2,3 | | 16,46 | | 93,2 | | 0,0 | |
| № 268 c,/2005 | **Шницель из говядины** | | | ***70*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | говядина без кости | | |  | | 7,00 | | 0,0700 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 1,260 | | 0,0126 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода питьевая | | |  | | 1,68 | | 0,0168 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сухари панировочные | | |  | | 0,7 | | 0,0070 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,12 | | 0,0012 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса п/ф*** | | |  | | ***84,00*** | | ***0,8400*** |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,42 | | 0,0042 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса готовых изделий*** | | |  | | ***7,0*** | | ***0,0700*** |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 12,9 | | 13,5 | | 7,6 | | 204,0 | | 0,00 | |
| №171 сб.2005 | **Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным** | | | ***130/5*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | крупа гречневая | | |  | | 6,15 | | 0,0615 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,65 | | 0,0065 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 9,23 | | 0,0923 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,10 | | 0,0010 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 6,7 | | 10,6 | | 49,8 | | 321,0 | | 0,0 | |
| №342 сб 2005 | **Компот из свежих яблок** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | яблоки свежие | | |  | | 4,08 | | 0,0408 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 15,48 | | 0,1548 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 2,20 | | 0,0220 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,02 | | 0,0002 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,14 | | 0,0 | | 26,1 | | 104,9 | | 6,4 | |
| № х/к | **Хлеб пшенич. /ржаной** | | | ***30/30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб ржаной | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,80 | | 0,74 | | 24,40 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗА ОБЕД: | | |  | |  | |  | 26,30 | | 27,10 | | 124,36 | | 846,10 | | 6,40 | |
| ***уплотненный полдник*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №208 сб 2005 | **Лапшевник с творогом и c соусом молочным сладким** | | | ***130/50*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | лапша,или вермишель | | |  | | 3,20 | | 0,0320 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 6,90 | | 0,0690 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | творог | | |  | | 4,40 | | 0,0440 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,43 | | 0,0043 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,24 | | 0,0024 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 0,24 | | 0,0024 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,08 | | 0,0008 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сухари панировочные | | |  | | 0,24 | | 0,0024 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***соус молочный(сладкий) №327*** | | |  | | ***4,00*** | | ***0,04*** |  | |  | | **0,000** | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 2,500 | | 0,02500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 0,22 | | 0,00220 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,22 | | 0,00220 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,40 | | 0,00400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 2,50 | | 0,02500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 12,70 | | 7,8 | | 36,6 | | 267,0 | | 0,0 | |
| №379 сб.2005 | **Кофейный напиток с молоком** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Кофейный напиток | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 9,00 | | 0,0900 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 10,80 | | 0,1080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,41 | | 25,5 | | 136,6 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ПОЛДНИК: | | |  | |  | |  | 18,32 | | 10,61 | | 74,30 | | 467,20 | | 0,00 | |
| ***ужин*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | **Печенье весовое** | | | ***20*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Печенье весовое | | |  | | 2,00 | | 0,0200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 1,0 | | 0,0 | | 21,2 | | 88,0 | | 2,0 | |
|  | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** | | |  | |  | |  | **56,03** | | **43,51** | | **321,10** | | **1901,75** | | **9,40** | |
| ***8 ДЕНЬ*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №181 сб 2005 | **Каша жидка молочная из манной крупы с маслом сливочным** | | | ***200/5*** | |  | |  |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | крупа манная | | |  | | 3,1 | | 0,0310 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 13,0 | | 0,1300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 4,5 | | 0,0450 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | саха | | |  | | 0,6 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,1 | | 0,0010 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса каши*** | | |  | | 20,0 | | 0,2000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | *0,5* | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 6,1 | | 3,0 | | 43,4 | | 225,0 | | 0,0 | |
| №15 сб.2005г. | **Сыр российский** | | | ***15*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Сыр российский | | |  | | 1,59 | | 0,0159 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,9 | | 4,0 | | 0,000 | | 51,0 | | 0,1 | |
| № 14 сб. 2005 | **Масло сливочное** | | | ***8*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,80 | | 0,0080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 6,5 | | 0,1 | | 60,0 | | 0,0 | |
| №377 сб.2005 | **Чай с сахаром и лимоном** | | | ***180/5*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,36 | | 0,1836 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лимон | | |  | | 0,60 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,20 | | 0,0 | | 16,0 | | 65,0 | | 0,5 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗАВТРАК: | | |  | |  | |  | 8,8 | | 9,9 | | 71,7 | | 413,6 | | 0,5 | |
| ***2 завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 338 сб. 2005 | **Банан свежий** | | | ***100*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Банан свежий | | |  | | 10,00 | | 0,1000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 1,5 | | 0,0 | | 23,6 | | 100,0 | | 0,3 | |
| ***обед*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 70 сб 2005 | **Огурец соленый порц.** | | | ***25*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Огурец соленый порц. | | |  | | 2,75 | | 0,0275 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,4 | | 0,1 | | 1,6 | | 9,0 | | 0,01 | |
| №96 сб.2005 | **Рассольник ленинградский с крупой пшеничной со сметаной** | | | ***200/4*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 8,00 | | 0,0800 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 8,51 | | 0,0851 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 9,16 | | 0,0916 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 9,92 | | 0,0992 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь до 1.01 | | |  | | 1,330 | | 0,0133 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь с 1,01 | | |  | | 1,400 | | 0,0140 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | крупа пшеничная | | |  | | 0,4 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 0,48 | | 0,0048 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | огурцы соленые | | |  | | 1,7 | | 0,0170 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,5 | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,8 | | 0,1880 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,18 | | 0,0018 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 1,76 | | 4,1 | | 16,4 | | 109,6 | | 0,0 | |
| №291 сб 2005 | **Плов из птицы** | | | ***70/130*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Бройлер-цыпленок | | |  | | 13,40 | | 0,1340 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | крупа рисовая | | |  | | 4,55 | | 0,0455 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь до 1.01 | | |  | | 1,70 | | 0,0170 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь с 1,01 | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 1,04 | | 0,0104 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,90 | | 0,0090 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томат | | |  | | 0,26 | | 0,0026 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,20 | | 0,0020 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 19,80 | | 25,3 | | 32,1 | | 436,0 | | 0,0 | |
| №349 сб.2005 | **Компот из сухофруктов** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | сухофрукты | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,00 | | 0,1800 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,018 | | 0,00018 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 0,0 | | 19,6 | | 78,8 | | 0,2 | |
| № х/к | **Хлеб пшенич. /ржаной** | | | ***30/30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб ржаной | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,80 | | 0,74 | | 24,40 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗА ОБЕД: | | |  | |  | |  | 26,86 | | 30,24 | | 94,10 | | 756,40 | | 0,21 | |
| ***уплотненный полдник*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №225 /327сб2005 | **Оладьи из творога с соусом молочным ( сладким)** | | | ***120/40*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | творог | | |  | | 6,1 | | 0,0612 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 2,2 | | 0,0216 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,48 | | 0,0048 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | яйца | | |  | | 20,0 | | 0,020 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сода пищевая | | |  | | 0,012 | | 0,00012 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 2,4 | | 0,02400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,72 | | 0,00720 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***Масса готовых оладий*** | | |  | | ***12,0*** | | ***0,12000*** |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***соус молочный(сладкий) №327*** | | |  | | ***4,00*** | | ***0,04*** |  | |  | | **0,000** | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 2,000 | | 0,02000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 0,18 | | 0,00180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,18 | | 0,00180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,32 | | 0,00320 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 2,00 | | 0,02000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 15,6 | | 11,57 | | 33,9 | | 342,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ПОЛДНИК: | | |  | |  | |  | 15,70 | | 11,57 | | 48,9 | | 402,00 | | 0,00 | |
| ***ужин*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №388 сб.2005 | **Напиток из плодов шиповника** | | | ***150*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | плоды шиповника | | |  | | 1,5 | | 0,0150 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | саха | | |  | | 1,5 | | 0,0150 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 15,0 | | 0,1500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,5 | | 0,0 | | 26,4 | | 107,8 | | 0,8 | |
| № | **Вафли весовое** | | | ***20*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Вафли весовое | | |  | | 2,00 | | 0,0200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО УЖИН: | | |  | |  | |  | 3,7 | | 2,8 | | 53,8 | | 181,8 | | 0,8 | |
|  | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** | | |  | |  | |  | **56,52** | | **54,51** | | **292,10** | | **1853,80** | | **1,81** | |
| ***9 ДЕНЬ*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №173 сб 2005 | **Каша вязкая молочная пшеничная с маслом** | | | ***200/5*** | |  | |  |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | крупа пшеничная | | |  | | 5,00 | | 0,0500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 13,0 | | 0,1300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,60 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 3,5 | | 0,0350 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса каши*** | | |  | | ***20,00*** | | ***0,2000*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,50 | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 8,6 | | 12,4 | | 46,0 | | 330,0 | | 0,0 | |
| №15 сб.2005г. | **Сыр российский** | | | ***15*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Сыр российский | | |  | | 1,59 | | 0,0159 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,9 | | 4,0 | | 0,000 | | 51,0 | | 0,1 | |
| № 14 сб. 2005 | **Масло сливочное** | | | ***8*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,80 | | 0,0080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 8,2 | | 0,1 | | 75,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,01350 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,36 | | 0,1836 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,20 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗАВТРАК: | | |  | |  | |  | 15,00 | | 16,80 | | 73,2 | | 504,60 | | 0,08 | |
| ***2 завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 338 сб. 2005 | **Яблоко свежее** | | | ***100*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Яблоко свежее | | |  | | 10,00 | | 0,1000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,4 | | 0,0 | | 12,6 | | 52,0 | | 10,0 | |
| ***обед*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №101 сб 2005 | **Суп картофельный с крупой (рисовой)** | | | ***200*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 8,00 | | 0,0800 |  | |  | | 4,304 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 8,57 | | 0,0857 |  | |  | | 4,611 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 9,22 | | 0,0922 |  | |  | | 4,960 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 9,98 | | 0,0998 |  | |  | | 29,152 | |  | |  | |
|  | морковь до 1.01 | | |  | | 1,00 | | 0,0100 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь с 1,01 | | |  | | 1,06 | | 0,0106 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 0,96 | | 0,0096 |  | |  | | 0,516 | |  | |  | |
|  | крупа рисовая | | |  | | 0,80 | | 0,0080 |  | |  | | 0,430 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,2 | | 0,0020 |  | |  | | 0,108 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 15,04 | | 0,1504 |  | |  | | 8,092 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,12 | | 0,0012 |  | |  | | 0,065 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 1,6 | | 21,8 | | 16,7 | | 93,0 | | 0,0 | |
| №259 сб 2005 | **Жаркое по-домашнему с говядиной** | | | ***70/130*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | говядина без кости | | |  | | 11,100 | | 0,1110 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 13,80 | | 0,1380 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 14,70 | | 0,1470 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 15,80 | | 0,1580 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 17,10 | | 0,1710 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 1,200 | | 0,0120 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,50 | | 0,0050 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томат | | |  | | 0,25 | | 0,0025 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,20 | | 0,00200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 15,80 | | 18,6 | | 21,000 | | 365,0 | | 0,1 | |
| №349 сб.2005 | **Компот из сухофруктов** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | сухофрукты | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 18,00 | | 0,1800 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,018 | | 0,00018 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,1 | | 0,0 | | 19,63 | | 78,8 | | 0,2 | |
| № х/к | **Хлеб пшенич. /ржаной** | | | ***30/30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб ржаной | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,80 | | 0,74 | | 24,4 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ОБЕД: | | |  | |  | |  | 22,30 | | 41,14 | | 81,73 | | 659,84 | | 0,30 | |
| ***уплотненный полдник*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №131 сб.2004 | **Горошек консервированный** | | | ***70*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Горошек консервированный | | |  | | 10,76 | | 0,1076 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  | 2,2 | | 3,1 | | 4,55 | | 54,6 | | 0,0 | |
| №210 сб.2007 | **Омлет натуральный** | | | ***58*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | яйцо куриное | | |  | | 100,00 | | 0,0400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,70 | | 0,0070 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 1,50 | | 0,0150 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,10 | | 0,0010 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 5,3 | | 10,7 | | 5,6 | | 140,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с и сахаром** | | | ***180/5*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ПОЛДНИК: | | |  | |  | |  | 10,0 | | 14,2 | | 37,4 | | 318,2 | | 0,0 | |
| ***ужин*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | **Печенье весовое** | | | ***20*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Печенье весовое | | |  | | 2,00 | | 0,0200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №354 сб 2005г. | **Кисель из яблок сушеных** | | | ***150*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | яблоки сушеные (сухофрукт) | | |  | | 0,90 | | 0,0090 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | крахмал картофельный | | |  | | 0,60 | | 0,0060 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,015 | | 0,00015 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 16,20 | | 0,1620 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  | 0,3 | | 0,0 | | 29,52 | | 119,2 | | 0,5 | |
|  | ИТОГО УЖИН: | | |  | |  | |  | 3,5 | | 2,8 | | 56,9 | | 193,2 | | 0,5 | |
|  | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** | | |  | |  | |  | **51,17** | | **74,92** | | **261,80** | | **1727,84** | | **10,88** | |
| ***10 ДЕНЬ*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | | ***0*** | |  | |  | |
| №ст 74 сб2015 | **Творожно-яблочный пудинг с соусом молочным сладким** | | | ***130/40*** | |  | |  |  | |  | | **Кол-детей** | |  | |  | |
|  | творог | | |  | | 4,80 | | 0,04800 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | яблоки свежие | | |  | | 5,50 | | 0,05500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | яйцо куриное | | |  | | 6,00 | | 0,0024 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,40 | | 0,01400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сухари панировочные | | |  | | 0,40 | | 0,00400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,40 | | 0,00400 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | манная крупа | | |  | | 1,00 | | 0,01000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***соус молочный(сладкий) №327*** | | |  | | ***4,0*** | | ***0,04000*** |  | |  | | ***4,000*** | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 2,000 | | 0,02000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 0,18 | | 0,00180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,18 | | 0,00180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,32 | | 0,00320 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 2,00 | | 0,02000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  | 27,12 | | 12,2 | | 48,72 | | 412,8 | | 0,0 | |
| №379 сб.2012 | **Кофейный напиток с молоком** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Кофейный напиток | | |  | | 0,40 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,80 | | 0,0180 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 9,00 | | 0,0900 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 10,80 | | 0,1080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,58 | | 2,4 | | 25,5 | | 136,6 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗАВТРАК: | | |  | |  | |  | 33,10 | | 15,04 | | 86,42 | | 613,00 | | 0,00 | |
| ***2 завтрак*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № 389 сб. 2005 | **Сок фруктовый** | | | ***150*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | сок фруктовый | | |  | | 15,00 | | 0,1500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,8 | | 0,0 | | 18,3 | | 76,2 | | 10,0 | |
| ***обед*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №108/109сб 2005 | **Суп картофельный с клецками** | | | ***200/50*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 5,34 | | 0,0534 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 5,72 | | 0,0572 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 6,16 | | 0,0616 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 6,67 | | 0,0667 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь до 1.01 | | |  | | 0,960 | | 0,0096 |  | |  | | 0,038 | |  | |  | |
|  | морковь с 1,01 | | |  | | 1,020 | | 0,0102 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 0,93 | | 0,0093 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,20 | | 0,0020 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,10 | | 0,0010 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 15,00 | | 0,1500 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***КЛЕЦКИ:*** | | |  | | ***5,2*** | | ***0,0520*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 1,6 | | 0,0160 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло сливочное | | |  | | 0,174 | | 0,0017 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | яйца | | |  | | 10,00 | | 0,0040 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 2,40 | | 0,0240 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,05 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,75 | | 4,1 | | 16,900 | | 119,7 | | 12,0 | |
| №295 сб 2005 | **Котлета рубленая из птицы** | | | ***80*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | цыплята бройлера | | |  | | 13,62 | | 0,1362 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб пшеничный | | |  | | 1,28 | | 0,0128 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 0,96 | | 0,0096 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сухари панировочные | | |  | | 0,8 | | 0,0080 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,48 | | 0,0048 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,15 | | 0,0015 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | ***масса готового изделия*** | | |  | | ***8,0*** | | ***0,0800*** |  | |  | | ***0,000*** | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 9,6 | | 15,2 | | 10,3 | | 226,0 | | 0,00 | |
| №134 сб.2013 | **Пюре из свеклы** | | | ***130*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Свекла до1.01 | | |  | | 13,33 | | 0,1333 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Свекла с 1.01 | | |  | | 14,20 | | 0,1420 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,45 | | 0,0045 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,13 | | 0,0013 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | мука пшеничная | | |  | | 0,45 | | 0,0045 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сметана | | |  | | 1,37 | | 0,0137 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,3 | | 5,59 | | 18,5 | | 13,1 | | 0,0 | |
| №342 сб 2005 | **Компот из свежих яблок** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | яблоки свежие | | |  | | 4,08 | | 0,0408 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода | | |  | | 15,48 | | 0,1548 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 2,20 | | 0,0220 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | кислота лимонная | | |  | | 0,02 | | 0,0002 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,14 | | 0,0 | | 26,1 | | 104,9 | | 0,2 | |
| № х/к | **Хлеб пшенич. /ржаной** | | | ***30/30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Хлеб пшеничный | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | хлеб ржаной | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 4,80 | | 0,74 | | 24,40 | | 123,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ЗА ОБЕД: | | |  | |  | |  | 20,63 | | 25,63 | | 96,20 | | 586,73 | | 12,20 | |
| ***уплотненный полдник*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| №312 сб.2005 | **Пюре картофельное** | | | ***130*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | картофель с 1.09 | | |  | | 14,82 | | 0,1482 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 1.11 | | |  | | 15,86 | | 0,1586 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.01 | | |  | | 17,01 | | 0,1701 |  | |  | | 0,680 | |  | |  | |
|  | картофель с 01.03 | | |  | | 18,40 | | 0,1840 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | молоко | | |  | | 2,05 | | 0,0205 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | Масло сливочное | | |  | | 0,455 | | 0,0046 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль | | |  | | 0,1 | | 0,0010 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,7 | | 4,4 | | 16,09 | | 114,9 | | 0,0 | |
| №229 сб.2005 | **Рыба, тушенная в томате с овощами** | | | ***70/50*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | минтай потрошенный с/м | | |  | | 12,04 | | 0,1204 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | вода питьевая | | |  | | 2,33 | | 0,0233 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь до 1.01 | | |  | | 0,37 | | 0,0037 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | морковь с 1,01 | | |  | | 0,39 | | 0,0039 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лук репчатый | | |  | | 1,50 | | 0,0150 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | масло растительное | | |  | | 0,70 | | 0,0070 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 0,12 | | 0,000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | томатная паста | | |  | | 0,60 | | 0,000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | лимонная кислота | | |  | | 0,001 | | 0,000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | соль йодированная | | |  | | 0,12 | | 0,000 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 9,24 | | 13,0 | | 8,12 | | 186,2 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **сок фруктовый** | | | ***180*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | сок фруктовый | | |  | | 18,000 | | 0,1800 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
| № х/к | **Хлеб пшеничный** | | | ***30*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | | 3,00 | | 0,0300 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 2,4 | | 0,4 | | 12,2 | | 63,6 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО ПОЛДНИК: | | |  | |  | |  | 14,44 | | 17,84 | | 51,41 | | 424,70 | | 0,00 | |
| ***ужин*** |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| № | **Печенье весовое** | | | ***20*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | Печенье весовое | | |  | | 2,00 | | 0,0200 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 3,2 | | 2,8 | | 27,4 | | 74,0 | | 0,0 | |
| №376 сб.2005 | **Чай с сахаром** | | | ***180/6*** | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  | чай | | |  | | 0,045 | | 0,0005 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | сахар | | |  | | 1,35 | | 0,0135 |  | |  | | 0,000 | |  | |  | |
|  | 1 порция: | | |  | |  | |  | 0,10 | | 0,0 | | 15,0 | | 60,0 | | 0,0 | |
|  | ИТОГО УЖИН: | | |  | |  | |  | 3,30 | | 2,80 | | 42,40 | | 134,00 | | 0,00 | |
|  | **ИТОГО ЗА ВЕСЬ ДЕНЬ:** | | |  | |  | |  | **72,22** | | **61,31** | | **294,73** | | **1834,63** | | **22,20** | |
|  | **ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:** | | |  | |  | |  | **615,2** | | **562,9** | | **2821,4** | | **18257,8** | | **233,8** | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***продукты обогащённые витаминами и микронутриентами*** | | | | | | | | | | | | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| Примерное перспективное 10-дневное меню для детских дошкольных учреждений составлено на основе действующих сборников | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| рецептур блюд для предприятия общественного питания (2013г., 2007г., 2015г., 1997г.,2004г)., с учетом физиологических | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
| норм питания для детей разного возраста 2-3года (сад) и 3-6 лет (сад), стоимость рационов питания — 103,93 руб. Нормы выхода | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| полуфабрикатов и готовых блюд даны с учетом потерь при их изготовлении,охлаждении и порционировании. В рецептурах супов, | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| соусов, сладких блюд (компоты, кисели и др.), напитков указана норма жидкости с учетом потерь на выкипание. | | | | | | | | | | | | | | | | |  | |
|  |  | | |  | |  | |  |  | |  | |  | |  | |  | |
| ***Инженер-технолог управления образования А.В. Бурамбаева*** | | | | | | | | | | | | |  | |  | |  | |