



Утверждаю

Директор
Долбунов С.В.**МЕНЮ****9 стол****ДЕНЬ 1**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|-----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,47 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | | 105 | 10,70 | 14,50 | 1,94 | 175,03 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 2 шт. | 80,000 | 9,86 | 8,92 | 0,54 | 121,83 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 30,000 | 30,000 | 0,84 | 0,73 | 1,40 | 9,60 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 4,85 | 0,00 | 43,60 |
| КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ | | 200 | 8,09 | 9,09 | 31,07 | 218,52 |
| ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ЭКСТРА" №1 | 44,000 | 44,000 | 5,25 | 2,65 | 26,37 | 150,23 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 65,300 | 65,300 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | 200 | 6,12 | 5,28 | 10,13 | 69,63 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 211,000 | 211,000 | 6,12 | 5,28 | 10,13 | 69,63 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 50 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 25 | 1,82 | 0,71 | 12,46 | 63,54 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25,000 | 25,000 | 1,82 | 0,71 | 12,46 | 63,54 |
| ГРУША | | 200 | 0,80 | 0,60 | 20,60 | 94,00 |
| ГРУША | 200,000 | 200,000 | 0,80 | 0,60 | 20,60 | 94,00 |
| | | | 30,79 | 34,76 | 96,81 | 755,19 |
| Обед | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 75 | 0,83 | 0,15 | 2,86 | 18,07 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 79,200 | 75,300 | 0,83 | 0,15 | 2,86 | 18,07 |
| БОРЩ УКРАИНСКИЙ С МЯСОМ | | 300/20/10 | 6,98 | 18,55 | 19,28 | 272,87 |
| СВЕКЛА | 48,000 | 36,000 | 0,52 | 0,04 | 3,07 | 14,67 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 30,000 | 24,000 | 0,42 | 0,02 | 1,10 | 6,52 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 48,000 | 48,000 | 0,93 | 0,18 | 7,59 | 35,85 |
| МОРКОВЬ | 16,000 | 12,000 | 0,16 | 0,01 | 0,81 | 4,07 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10,710 | 9,000 | 0,13 | 0,02 | 0,72 | 3,58 |
| ЧЕСНОК | 1,180 | 1,000 | 0,07 | 0,01 | 0,29 | 1,45 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 5,000 | 5,000 | 0,23 | 0,00 | 0,92 | 4,95 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,800 | 1,800 | 0,18 | 0,02 | 1,22 | 5,83 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| САХАР ПЕСОК | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 11,61 |

| | | | | | | |
|--|----------|----------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 210,000 | 210,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,200 | 0,900 | 0,03 | 0,00 | 0,07 | 0,43 |
| УКРОП | 1,200 | 0,900 | 0,02 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| УКСУС 9% | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ | 8,000 | 6,000 | 0,08 | 0,00 | 0,28 | 1,51 |
| МАЙОНЕЗ НИЗКОКАЛОРИЙНЫЙ | 10,000 | 10,000 | 0,27 | 6,17 | 0,25 | 57,58 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 33,400 | 28,390 | 3,94 | 9,17 | 0,00 | 98,31 |
| ГУЛЯШ | | 50/75 | 9,67 | 25,25 | 5,15 | 286,98 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 74,000 | 62,900 | 8,72 | 20,32 | 0,00 | 217,81 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 4,85 | 0,00 | 43,60 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 18,000 | 15,120 | 0,20 | 0,03 | 1,20 | 6,01 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 5,000 | 5,000 | 0,23 | 0,00 | 0,92 | 4,95 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 4,000 | 4,000 | 0,42 | 0,05 | 2,72 | 12,96 |
| ЧЕСНОК | 0,800 | 0,700 | 0,05 | 0,00 | 0,20 | 1,01 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| СОЛЬ | 2,000 | 2,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | 100 | 5,70 | 4,28 | 25,78 | 164,31 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 47,000 | 46,500 | 5,68 | 1,48 | 25,75 | 138,92 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 69,200 | 69,200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,500 | 3,500 | 0,02 | 2,80 | 0,03 | 25,39 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | | 200 | 0,00 | 0,00 | 28,21 | 112,83 |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) ОБОГАЩЕННЫЙ | 24,000 | 24,000 | 0,00 | 0,00 | 18,53 | 74,13 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 190,000 | 190,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,080 | 0,080 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР ПЕСОК | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 29,60 | 49,08 | 122,40 | 1 049,06 |
| Полдник | | | | | | |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ | | 200/7 | 0,25 | 0,01 | 0,62 | 4,79 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЛИМОН | 8,000 | 7,200 | 0,06 | 0,01 | 0,21 | 2,38 |
| ТЫКВЕННО-ЯБЛОЧНАЯ ЗАПЕКАНКА СО СМЕТАНОЙ | | 155/20 | 3,91 | 7,72 | 36,88 | 236,21 |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ | 150,000 | 150,000 | 0,58 | 0,00 | 8,58 | 37,83 |
| ЯБЛОКИ | 114,000 | 114,000 | 0,45 | 0,45 | 10,83 | 51,97 |
| КРУПА МАННАЯ | 10,000 | 10,000 | 1,00 | 0,10 | 6,85 | 31,91 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,25 шт. | 10,000 | 1,23 | 1,12 | 0,07 | 15,23 |
| САХАР ПЕСОК | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5,000 | 5,000 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 7,76 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,02 | 2,41 | 0,02 | 21,77 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 20,000 | 20,000 | 0,50 | 2,91 | 0,68 | 31,04 |
| | | | 4,16 | 7,73 | 37,50 | 241,00 |
| Ужин | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | 30 | 0,21 | 0,03 | 0,57 | 3,30 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 31,600 | 30,000 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,20 |
| РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ | | 125/100 | 24,77 | 10,72 | 8,67 | 231,09 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ | 158,000 | 152,040 | 23,60 | 0,88 | 0,00 | 101,76 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 46,000 | 46,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОРКОВЬ | 48,000 | 36,000 | 0,46 | 0,04 | 2,41 | 12,22 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 20,000 | 16,800 | 0,23 | 0,03 | 1,34 | 6,68 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 37,800 | 37,040 | 0,40 | 0,07 | 1,37 | 8,62 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 9,69 | 0,00 | 87,20 |
| УКСУС 9% | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР ПЕСОК | 3,500 | 3,500 | 0,00 | 0,00 | 3,39 | 13,55 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| СОЛЬ | 2,000 | 2,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 3,000 | 2,220 | 0,08 | 0,01 | 0,16 | 1,06 |
| КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ | | 150 | 4,40 | 4,52 | 31,52 | 184,51 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 49,000 | 48,510 | 4,37 | 0,51 | 31,48 | 148,23 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 116,000 | 116,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАЙ ЗАВАРНОЙ | | 200 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| СОК ТОМАТНЫЙ | | 200 | 0,58 | 0,19 | 29,49 | 131,92 |
| СОК ТОМАТНЫЙ 0,2 | 200,000 | 200,000 | 0,58 | 0,19 | 29,49 | 131,92 |
| | | | 36,57 | 16,31 | 111,78 | 747,23 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 101,12 | 107,88 | 368,49 | 2 792,48 |



Утверждаю
Директор
Долбунов С.В.

МЕНЮ

9 стол

ДЕНЬ 2

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,50 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ | 205/20 | | 29,32 | 22,99 | 36,43 | 471,28 |
| ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ | 160,000 | 160,000 | 24,83 | 13,97 | 4,35 | 243,66 |
| КРУПА МАННАЯ | 15,000 | 15,000 | 1,50 | 0,15 | 10,27 | 47,87 |
| САХАР ПЕСОК | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,25 шт. | 10,000 | 1,23 | 1,12 | 0,07 | 15,23 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) | 20,400 | 20,400 | 0,46 | 0,10 | 13,02 | 55,60 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 5,000 | 5,000 | 0,64 | 0,00 | 2,99 | 14,49 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5,000 | 5,000 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 7,76 |
| ВАНИЛИН | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 20,000 | 20,000 | 0,50 | 2,91 | 0,68 | 31,04 |
| КАША ОВСЯННАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | | 8,09 | 9,09 | 31,07 | 218,52 |
| ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ЭКСТРА" №1 | 44,000 | 44,000 | 5,25 | 2,65 | 26,37 | 150,23 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 65,300 | 65,300 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | | 0,39 | 0,00 | 0,81 | 4,81 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 2,000 | 2,000 | 0,39 | 0,00 | 0,81 | 4,81 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ОТВАР ШИПОВНИКА | 200 | | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 30,000 | 30,000 | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| БАНАН | 200 | | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192,00 |
| БАНАН | 200,000 | 200,000 | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192,00 |
| | | | 45,05 | 38,07 | 144,98 | 1 103,75 |
| Обед | | | | | | |
| ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ | 100 | | 1,84 | 10,19 | 8,17 | 132,89 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 26,250 | 21,000 | 0,41 | 0,08 | 3,32 | 15,68 |
| СВЕКЛА | 20,000 | 15,000 | 0,22 | 0,02 | 1,28 | 6,11 |
| МОРКОВЬ | 13,330 | 10,000 | 0,13 | 0,01 | 0,67 | 3,40 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 20,000 | 19,670 | 0,16 | 0,02 | 0,32 | 2,48 |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 20,000 | 20,000 | 0,36 | 0,02 | 0,60 | 4,60 |
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ | 15,380 | 10,000 | 0,30 | 0,02 | 0,63 | 3,88 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 18,000 | 15,120 | 0,21 | 0,03 | 1,24 | 6,20 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 9,99 | 0,00 | 89,90 |

| | | | | | | |
|---|----------|---------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ | 300/20 | | 7,50 | 7,18 | 18,27 | 168,11 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ (фигурное) | 24,000 | 24,000 | 2,56 | 0,30 | 16,41 | 78,69 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,400 | 12,100 | 0,16 | 0,02 | 0,96 | 4,81 |
| МОРКОВЬ | 16,000 | 12,000 | 0,16 | 0,01 | 0,81 | 4,07 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| УКРОП | 1,000 | 0,700 | 0,02 | 0,00 | 0,04 | 0,27 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,700 | 0,03 | 0,00 | 0,05 | 0,33 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 285,000 | 285,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 35,000 | 25,200 | 4,57 | 3,94 | 0,00 | 53,78 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,030 | 0,030 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПТИЦА ОТВАРНАЯ | 125 | | 28,56 | 24,52 | 0,41 | 337,09 |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 218,000 | 156,960 | 28,47 | 24,51 | 0,00 | 334,95 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 5,000 | 4,300 | 0,06 | 0,01 | 0,34 | 1,71 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,300 | 0,900 | 0,03 | 0,00 | 0,07 | 0,43 |
| РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 150 | | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ | 52,500 | 52,500 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ БЕЗ САХАРА | 200 | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 30,000 | 30,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,080 | 0,080 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150,000 | 150,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100 | | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 44,35 | 46,75 | 68,01 | 868,37 |
| Полдник | | | | | | |
| МОЛОКО | 200 | | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ 0,2 | 200,000 | 200,000 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ | 150/10 | | 26,61 | 19,57 | 27,79 | 394,70 |
| ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ | 152,000 | 152,000 | 23,59 | 13,27 | 4,13 | 231,48 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 20,000 | 20,000 | 2,10 | 0,25 | 13,56 | 64,80 |
| САХАР ПЕСОК | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,13 шт. | 5,200 | 0,64 | 0,58 | 0,04 | 7,92 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 10,000 | 10,000 | 0,25 | 1,46 | 0,34 | 15,52 |
| КУРАГА (ПОРЦИОННО) | 100 | | 3,15 | 0,18 | 30,92 | 140,65 |
| СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 62,500 | 62,500 | 3,15 | 0,18 | 30,92 | 140,65 |
| | | | 35,56 | 26,15 | 68,11 | 655,35 |
| Ужин | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 75 | | 0,53 | 0,08 | 1,43 | 8,30 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 79,200 | 75,000 | 0,60 | 0,08 | 1,88 | 10,50 |
| МЯСО ОТВАРНОЕ | 50 | | 9,85 | 22,79 | 0,31 | 245,85 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 83,000 | 70,550 | 9,79 | 22,79 | 0,00 | 244,30 |
| МОРКОВЬ | 2,670 | 2,000 | 0,03 | 0,00 | 0,14 | 0,68 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 2,700 | 2,200 | 0,03 | 0,00 | 0,17 | 0,87 |
| КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МАСЛОМ | 200 | | 1,94 | 6,45 | 17,19 | 135,72 |
| КАБАЧКИ | 364,000 | 273,200 | 1,59 | 0,80 | 12,19 | 63,60 |
| САХАР ПЕСОК | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 11,61 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,000 | 3,000 | 0,31 | 0,04 | 2,04 | 9,72 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,000 | 7,000 | 0,04 | 5,61 | 0,06 | 50,79 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100 | | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 18,93 | 30,17 | 60,46 | 586,28 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 143,89 | 141,14 | 341,56 | 3 213,75 |



Утверждаю

Директор
Долбунов С.В.**МЕНЮ****9 стол****ДЕНЬ 3**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,05 | 4,14 | 0,05 | 37,42 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | 2,33 | 2,96 | 0,00 | 36,51 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 11,000 | 10,340 | 2,33 | 2,96 | 0,00 | 36,51 |
| ЙОГУРТ | 125 | | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 125,000 | 125,000 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| КАША ПШЕННАЯ БЕЗ САХАРА | 200 | | 7,70 | 7,58 | 34,45 | 217,02 |
| ПШЕНО | 44,000 | 43,560 | 4,86 | 1,14 | 29,75 | 148,73 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 64,000 | 64,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ | 200 | | 2,11 | 1,21 | 25,34 | 110,80 |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 7,000 | 7,000 | 0,70 | 0,00 | 3,65 | 17,38 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 143,000 | 143,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР ПЕСОК | 20,000 | 20,000 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 50,000 | 50,000 | 1,41 | 1,21 | 2,33 | 16,01 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| АПЕЛЬСИН | 250 | | 2,25 | 0,50 | 20,25 | 107,50 |
| АПЕЛЬСИН | 250,000 | 250,000 | 2,25 | 0,50 | 20,25 | 107,50 |
| | | | 21,15 | 19,95 | 106,29 | 676,89 |
| Обед | | | | | | |
| СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ | 35/30/10 | | 6,34 | 8,02 | 2,97 | 109,78 |
| СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ НЕРАЗДЕЛАННАЯ | 73,000 | 34,820 | 5,92 | 2,96 | 0,00 | 50,49 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 5,00 | 0,00 | 44,95 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 36,000 | 30,240 | 0,42 | 0,06 | 2,48 | 12,40 |
| УКСУС 9% | 7,500 | 7,500 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР ПЕСОК | 0,500 | 0,500 | 0,00 | 0,00 | 0,49 | 1,94 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ | 300/20/10 | | 6,20 | 13,68 | 6,71 | 176,17 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 105,000 | 84,000 | 1,46 | 0,08 | 3,83 | 22,81 |
| МОРКОВЬ | 16,000 | 12,000 | 0,16 | 0,01 | 0,81 | 4,07 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 15,000 | 12,600 | 0,17 | 0,03 | 1,00 | 5,01 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |

| | | | | | | |
|--|---------|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 10,000 | 10,000 | 0,25 | 1,46 | 0,34 | 15,52 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 240,000 | 240,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 10,600 | 10,390 | 0,11 | 0,02 | 0,38 | 2,42 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 33,400 | 28,390 | 3,94 | 9,17 | 0,00 | 98,31 |
| КОТЛЕТЫ ОСОБЫЕ | | 100 | 14,71 | 19,19 | 16,11 | 291,92 |
| ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) | 60,000 | 50,640 | 9,14 | 7,86 | 0,00 | 107,09 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 20,000 | 17,000 | 2,36 | 5,49 | 0,00 | 58,87 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 18,000 | 18,000 | 1,31 | 0,50 | 8,97 | 45,75 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 20,000 | 20,000 | 0,56 | 0,49 | 0,93 | 6,40 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 10,000 | 10,000 | 1,28 | 0,00 | 5,97 | 28,98 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 4,85 | 0,00 | 43,60 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | 150 | 8,56 | 6,24 | 38,70 | 244,81 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 70,500 | 69,800 | 8,53 | 2,23 | 38,66 | 208,53 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 103,800 | 103,800 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| ОТВАР ШИПОВНИКА | | 200 | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 30,000 | 30,000 | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 43,22 | 48,39 | 119,67 | 1 099,32 |

Полдник

| | | | | | | |
|--|----------|---------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| КЕФИР | | 210 | 6,09 | 6,72 | 8,40 | 111,30 |
| КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ 0,2 | 210,000 | 210,000 | 6,09 | 6,72 | 8,40 | 111,30 |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТЫКВЫ СО СМЕТАНОЙ | | 100/20 | 6,10 | 11,44 | 21,41 | 203,91 |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ | 80,000 | 80,000 | 0,31 | 0,00 | 4,58 | 20,18 |
| МАРГАРИН | 6,700 | 6,700 | 0,02 | 5,33 | 0,07 | 48,29 |
| ПШЕНО | 20,000 | 20,000 | 2,23 | 0,52 | 13,66 | 68,29 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 50,000 | 50,000 | 1,41 | 1,21 | 2,33 | 16,01 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,33 шт. | 13,200 | 1,63 | 1,47 | 0,09 | 20,10 |
| СОЛЬ | 0,500 | 0,500 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 20,000 | 20,000 | 0,50 | 2,91 | 0,68 | 31,04 |
| | | | 12,19 | 18,16 | 29,81 | 315,21 |

Ужин

| | | | | | | |
|--|---------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| ОВОЩИ РЕЗАННЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | | 100 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ОВОЩИ РЕЗАННЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 105,000 | 100,800 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ | | 100 | 10,73 | 23,30 | 0,39 | 204,72 |
| СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ | 101,000 | 100,500 | 10,73 | 23,30 | 0,39 | 204,72 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (ЗАПЕЧЕНОЕ) | | 200 | 2,88 | 8,17 | 16,15 | 151,60 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 50,000 | 40,000 | 0,78 | 0,16 | 6,32 | 29,88 |
| МОРКОВЬ | 33,330 | 25,000 | 0,32 | 0,03 | 1,68 | 8,49 |
| КАБАЧКИ | 36,000 | 27,000 | 0,16 | 0,08 | 1,20 | 6,29 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ | 39,200 | 20,380 | 0,49 | 0,06 | 0,83 | 5,93 |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ | 34,000 | 34,000 | 0,14 | 0,00 | 1,95 | 8,57 |
| ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ | 34,200 | 25,650 | 0,32 | 0,00 | 1,22 | 6,47 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 23,810 | 20,000 | 0,27 | 0,04 | 1,59 | 7,95 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 28,000 | 27,440 | 0,29 | 0,05 | 1,01 | 6,39 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,030 | 0,030 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|--------------|---------------|---------------|-----------------|
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 8,000 | 8,000 | 0,00 | 7,75 | 0,00 | 69,76 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 20,22 | 32,32 | 58,07 | 552,73 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 96,78 | 118,82 | 313,84 | 2 644,15 |



Утверждаю

Директор

Долбунов С.В.

МЕНЮ**9 стол****ДЕНЬ 4**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|-----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,50 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ | | 200/20 | 29,32 | 22,99 | 41,27 | 490,63 |
| ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ | 160,000 | 160,000 | 24,83 | 13,97 | 4,35 | 243,66 |
| КРУПА МАННАЯ | 15,000 | 15,000 | 1,50 | 0,15 | 10,27 | 47,87 |
| САХАР ПЕСОК | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,25 шт. | 10,000 | 1,23 | 1,12 | 0,07 | 15,23 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) | 20,400 | 20,400 | 0,46 | 0,10 | 13,02 | 55,60 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 5,000 | 5,000 | 0,64 | 0,00 | 2,99 | 14,49 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5,000 | 5,000 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 7,76 |
| ВАНИЛИН | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 20,000 | 20,000 | 0,50 | 2,91 | 0,68 | 31,04 |
| КАША ОВСЯННАЯ ВЯЗКАЯ | | 200 | 8,09 | 9,09 | 31,07 | 218,52 |
| ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ЭКСТРА" №1 | 44,000 | 44,000 | 5,25 | 2,65 | 26,37 | 150,23 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 65,300 | 65,300 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ БЕЗ САХАРА | | 200/10 | 0,48 | 0,01 | 1,10 | 8,08 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 2,000 | 2,000 | 0,39 | 0,00 | 0,81 | 4,81 |
| ЛИМОН | 11,000 | 9,900 | 0,09 | 0,01 | 0,29 | 3,27 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 50 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| КИВИ | | 200 | 0,80 | 0,80 | 19,60 | 94,00 |
| КИВИ | 200,000 | 200,000 | 0,80 | 0,80 | 19,60 | 94,00 |
| | | | 41,95 | 37,47 | 113,65 | 945,73 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | 75 | 0,53 | 0,08 | 1,43 | 8,25 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 79,000 | 75,000 | 0,60 | 0,08 | 1,88 | 10,50 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ | | 300/20/10 | 6,41 | 18,62 | 13,27 | 247,34 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ | 30,000 | 15,600 | 0,38 | 0,05 | 0,64 | 4,54 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 75,000 | 60,000 | 1,16 | 0,23 | 9,49 | 44,81 |
| МОРКОВЬ | 16,000 | 12,000 | 0,16 | 0,01 | 0,81 | 4,07 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 28,200 | 27,640 | 0,29 | 0,06 | 1,02 | 6,43 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,290 | 12,000 | 0,16 | 0,02 | 0,95 | 4,77 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 225,000 | 225,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,080 | 0,800 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,38 |

| | | | | | | |
|--|----------|---------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАЙОНЕЗ НИЗКОКАЛОРИЙНЫЙ | 10,000 | 10,000 | 0,27 | 6,17 | 0,25 | 57,58 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 33,400 | 28,390 | 3,94 | 9,17 | 0,00 | 98,31 |
| ТЕФТЕЛИ (СОУС) | 115/50 | | 17,66 | 25,43 | 20,38 | 376,25 |
| ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) | 89,500 | 75,540 | 13,63 | 11,73 | 0,00 | 159,74 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15,000 | 15,000 | 1,10 | 0,43 | 7,48 | 38,12 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 24,000 | 24,000 | 0,68 | 0,58 | 1,12 | 7,68 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 29,000 | 24,360 | 0,33 | 0,05 | 1,94 | 9,69 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 11,000 | 11,000 | 0,00 | 10,66 | 0,00 | 95,92 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 12,000 | 12,000 | 1,26 | 0,16 | 8,14 | 38,88 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 12,500 | 12,500 | 0,32 | 1,82 | 0,43 | 19,40 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,030 | 0,030 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 5,000 | 5,000 | 0,23 | 0,00 | 0,92 | 4,95 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180 | | 5,29 | 6,23 | 37,83 | 228,62 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 58,800 | 58,200 | 5,25 | 0,62 | 37,77 | 177,83 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 139,200 | 139,200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,000 | 7,000 | 0,04 | 5,61 | 0,06 | 50,79 |
| ОТВАР ШИПОВНИКА | 200 | | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 30,000 | 30,000 | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100 | | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 37,30 | 51,62 | 128,09 | 1 137,10 |
| Полдник | | | | | | |
| РЯЖЕНКА | 200 | | 6,00 | 2,00 | 8,40 | 80,00 |
| РЯЖЕНКА 4% ЖИРНОСТИ | 206,190 | 200,000 | 5,80 | 8,00 | 8,40 | 108,00 |
| КУРАГА (ПОРЦИОННО) | 100 | | 3,15 | 0,18 | 30,92 | 140,65 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 62,500 | 62,500 | 3,15 | 0,18 | 30,92 | 140,65 |
| ЯБЛОКО ЗАПЕЧЕННОЕ БЕЗ САХАРА | 150 | | 0,77 | 0,77 | 18,82 | 90,27 |
| ЯБЛОКИ | 198,000 | 198,000 | 0,77 | 0,77 | 18,82 | 90,27 |
| | | | 9,92 | 2,95 | 58,14 | 310,92 |
| Ужин | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ КОНСЕРВИРОВАННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 75 | | 0,16 | 4,87 | 2,51 | 55,08 |
| ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ | 110,565 | 55,280 | 0,00 | 0,00 | 1,61 | 6,97 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 13,500 | 11,340 | 0,16 | 0,02 | 0,90 | 4,51 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 4,85 | 0,00 | 43,60 |
| СУФЛЕ РЫБНОЕ | 120 | | 18,38 | 6,74 | 8,75 | 163,65 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ | 102,500 | 98,640 | 15,31 | 0,57 | 0,00 | 66,02 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15,000 | 15,000 | 1,10 | 0,43 | 7,48 | 38,12 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 25,000 | 25,000 | 0,71 | 0,61 | 1,16 | 8,00 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,25 шт. | 10,000 | 1,23 | 1,12 | 0,07 | 15,23 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ | 200 | | 5,27 | 6,24 | 8,85 | 113,53 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ | 414,600 | 215,600 | 5,23 | 0,63 | 8,79 | 62,74 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,000 | 7,000 | 0,04 | 5,61 | 0,06 | 50,79 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 30,42 | 18,70 | 61,64 | 528,67 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 119,59 | 110,74 | 361,52 | 2 922,42 |

**МЕНЮ****9 стол****ДЕНЬ 5**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|-----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 10 | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 74,80 |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | | 40 | 4,93 | 4,46 | 0,27 | 60,92 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 1 шт. | 40,000 | 4,93 | 4,46 | 0,27 | 60,92 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ | | 200 | 7,25 | 6,93 | 30,78 | 194,66 |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК" | 40,000 | 39,600 | 4,41 | 0,49 | 26,08 | 126,37 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 61,900 | 61,900 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КУРАГА (ПОРЦИОННО) | | 100 | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 62,600 | 62,600 | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| КАКАО С МОЛОКОМ | | 200 | 4,45 | 3,45 | 24,71 | 129,04 |
| КАКАО-ПОРОШОК | 7,000 | 7,000 | 1,64 | 1,02 | 0,69 | 19,62 |
| САХАР ПЕСОК | 20,000 | 20,000 | 0,00 | 0,00 | 19,36 | 77,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 110,000 | 110,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 50 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| МАНДАРИН | | 200 | 1,60 | 0,40 | 15,00 | 76,00 |
| МАНДАРИН | 200,000 | 200,000 | 1,60 | 0,40 | 15,00 | 76,00 |
| | | | 24,70 | 24,15 | 122,39 | 773,49 |
| Обед | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 75 | 0,81 | 0,15 | 2,76 | 17,46 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 76,500 | 75,000 | 0,81 | 0,15 | 2,76 | 17,46 |
| БОРЩ С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ | | 300/20/10 | 8,12 | 18,58 | 13,19 | 253,82 |
| СВЕКЛА | 64,000 | 48,000 | 0,70 | 0,05 | 4,09 | 19,56 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 30,000 | 24,000 | 0,42 | 0,02 | 1,10 | 6,52 |
| ФАСОЛЬ | 12,000 | 12,000 | 2,44 | 0,23 | 5,47 | 34,69 |
| МОРКОВЬ | 8,000 | 6,000 | 0,08 | 0,01 | 0,40 | 2,04 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,290 | 12,000 | 0,16 | 0,02 | 0,95 | 4,77 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| САХАР ПЕСОК | 0,600 | 0,600 | 0,00 | 0,00 | 0,58 | 2,32 |
| УКСУС 9% | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 240,000 | 240,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |

| | | | | | | |
|---|-----------|---------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| МАЙОНЕЗ НИЗКОКАЛОРИЙНЫЙ | 10,000 | 10,000 | 0,27 | 6,17 | 0,25 | 57,58 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 33,400 | 28,390 | 3,94 | 9,17 | 0,00 | 98,31 |
| ПЛОВ (С ПЕРЛОВОЙ КРУПОЙ) | | 300 | 32,64 | 44,52 | 46,06 | 716,49 |
| ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ЗАМОРОЖЕННОЕ | 137,000 | 137,000 | 25,92 | 29,24 | 0,00 | 366,78 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 65,000 | 64,350 | 5,80 | 0,69 | 41,76 | 196,62 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 15,000 | 15,000 | 0,00 | 14,54 | 0,00 | 130,80 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 18,000 | 15,120 | 0,20 | 0,03 | 1,20 | 6,01 |
| МОРКОВЬ | 20,270 | 15,200 | 0,19 | 0,02 | 1,02 | 5,16 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 10,000 | 10,000 | 0,47 | 0,00 | 1,84 | 9,89 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 30,000 | 30,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,080 | 0,080 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150,000 | 150,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 47,99 | 64,10 | 103,13 | 1 181,77 |
| Полдник | | | | | | |
| МОЛОКО | | 200 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ 0,2 | 200,000 | 200,000 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| ОЛАДЫ СО СМЕТАНОЙ | | 100/20 | 7,95 | 14,91 | 39,82 | 314,27 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 51,000 | 51,000 | 5,34 | 0,64 | 34,58 | 165,23 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,065 шт. | 2,600 | 0,32 | 0,29 | 0,02 | 3,96 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 55,000 | 55,000 | 1,55 | 1,34 | 2,56 | 17,61 |
| ДРОЖИ | 2,000 | 2,000 | 0,24 | 0,04 | 0,04 | 1,49 |
| САХАР ПЕСОК | 2,000 | 2,000 | 0,00 | 0,00 | 1,94 | 7,74 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 9,69 | 0,00 | 87,20 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 20,000 | 20,000 | 0,50 | 2,91 | 0,68 | 31,04 |
| | | | 13,75 | 21,31 | 49,22 | 434,27 |
| Ужин | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | 20 | 0,14 | 0,02 | 0,38 | 2,21 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 21,100 | 20,000 | 0,16 | 0,02 | 0,50 | 2,80 |
| СЕРДЦЕ В СОУСЕ | | 75/50 | 21,47 | 12,34 | 4,70 | 216,86 |
| ГОВЯЖЬЕ СЕРДЦЕ | 147,000 | 133,770 | 20,76 | 4,54 | 0,00 | 124,57 |
| МОРКОВЬ | 9,310 | 6,980 | 0,09 | 0,01 | 0,47 | 2,37 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 6,000 | 5,040 | 0,07 | 0,01 | 0,40 | 2,01 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 8,000 | 8,000 | 0,00 | 7,75 | 0,00 | 69,76 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,500 | 2,500 | 0,26 | 0,03 | 1,70 | 8,10 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 5,000 | 5,000 | 0,23 | 0,00 | 0,92 | 4,95 |
| САХАР ПЕСОК | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,97 | 3,87 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,005 | 0,005 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,005 | 0,005 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | 100 | 5,70 | 4,28 | 25,78 | 164,31 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 47,000 | 46,500 | 5,68 | 1,48 | 25,75 | 138,92 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 69,200 | 69,200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,500 | 3,500 | 0,02 | 2,80 | 0,03 | 25,39 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |

| | | | | | | |
|-----------------------|---------|---------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| ЯБЛОКО | | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 |
| ЯБЛОКИ | 150,000 | 150,000 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 |
| | | | 34,52 | 18,09 | 87,09 | 650,29 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 120,96 | 127,65 | 361,83 | 3 039,82 |



Утверждаю

Директор

Долбунов С.В.

МЕНЮ**9 стол****ДЕНЬ 6**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,50 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | | 3,38 | 4,30 | 0,00 | 52,96 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 15,900 | 15,000 | 3,38 | 4,30 | 0,00 | 52,96 |
| КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | | 8,09 | 9,09 | 31,07 | 218,52 |
| ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ЭКСТРА" №1 | 44,000 | 44,000 | 5,25 | 2,65 | 26,37 | 150,23 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 65,300 | 65,300 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ОТВАР ШИПОВНИКА | 200 | | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 30,000 | 30,000 | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ГРУША | 200 | | 0,80 | 0,60 | 20,60 | 94,00 |
| ГРУША | 200,000 | 200,000 | 0,80 | 0,60 | 20,60 | 94,00 |
| | | | 16,71 | 18,98 | 86,75 | 585,03 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 100 | | 5,02 | 13,75 | 6,73 | 171,58 |
| СВЕКЛА | 94,670 | 71,000 | 1,04 | 0,07 | 6,06 | 28,93 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 16,500 | 15,510 | 3,49 | 4,44 | 0,00 | 54,77 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| МАЙОНЕЗ НИЗКОКАЛОРИЙНЫЙ | 15,000 | 15,000 | 0,41 | 9,24 | 0,38 | 86,36 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ С ПТИЦЕЙ | 300/25/10 | | 9,63 | 12,18 | 20,76 | 232,20 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 112,500 | 90,000 | 1,75 | 0,35 | 14,23 | 67,22 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 6,000 | 5,940 | 0,53 | 0,07 | 3,85 | 18,15 |
| МОРКОВЬ | 15,000 | 11,250 | 0,15 | 0,01 | 0,76 | 3,82 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 7,200 | 6,050 | 0,08 | 0,01 | 0,49 | 2,41 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 20,100 | 19,770 | 0,16 | 0,02 | 0,33 | 2,49 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 18,000 | 17,640 | 0,18 | 0,04 | 0,65 | 4,10 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 225,000 | 225,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 10,000 | 10,000 | 0,25 | 1,46 | 0,34 | 15,52 |
| ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ЗАМОРОЖЕННОЕ | 34,250 | 34,250 | 6,48 | 7,31 | 0,00 | 91,69 |
| ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | | 75/75 | 20,89 | 27,98 | 5,42 | 357,31 |
| ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ЗАМОРОЖЕННОЕ | 106,000 | 106,000 | 20,05 | 22,62 | 0,00 | 283,78 |
| МАРГАРИН | 3,000 | 3,000 | 0,01 | 2,39 | 0,03 | 21,62 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,750 | 3,750 | 0,40 | 0,05 | 2,54 | 12,15 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 5,000 | 5,000 | 0,23 | 0,00 | 0,92 | 4,95 |
| МОРКОВЬ | 7,510 | 5,630 | 0,07 | 0,01 | 0,38 | 1,91 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 1,800 | 1,510 | 0,02 | 0,00 | 0,12 | 0,60 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,860 | 0,06 | 0,00 | 0,25 | 1,24 |
| САХАР ПЕСОК | 1,100 | 1,100 | 0,00 | 0,00 | 1,07 | 4,26 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ | 2,000 | 2,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | 180 | 10,28 | 8,30 | 46,47 | 301,15 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 84,600 | 83,800 | 10,24 | 2,69 | 46,41 | 250,36 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 124,600 | 124,600 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,000 | 7,000 | 0,04 | 5,61 | 0,06 | 50,79 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | 200 | 1,51 | 0,09 | 14,84 | 67,51 |
| СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 30,000 | 30,000 | 1,51 | 0,09 | 14,84 | 67,51 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 210,000 | 210,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,080 | 0,080 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 53,75 | 63,15 | 135,34 | 1 323,75 |
| Полдник | | | | | | |
| РЯЖЕНКА | | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,40 | 80,00 |
| РЯЖЕНКА 4% ЖИРНОСТИ | 206,190 | 200,000 | 5,80 | 8,00 | 8,40 | 108,00 |
| КУРАГА (ПОРЦИОННО) | | 100 | 3,15 | 0,18 | 30,92 | 140,65 |
| СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 62,500 | 62,500 | 3,15 | 0,18 | 30,92 | 140,65 |
| ВАФЛИ ДИАБЕТИЧЕСКИЕ | | 30 | 0,81 | 0,96 | 22,49 | 103,01 |
| ВАФЛИ ДИАБЕТИЧЕСКИЕ | 30,000 | 30,000 | 0,81 | 0,96 | 22,49 | 103,01 |
| | | | 9,96 | 3,14 | 61,81 | 323,66 |
| Ужин | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 75 | 0,81 | 0,15 | 2,76 | 17,46 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 76,500 | 75,000 | 0,81 | 0,15 | 2,76 | 17,46 |
| РЫБА ЖАРЕНАЯ С ЛУКОМ ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ | | 100/30 | 20,78 | 13,58 | 12,98 | 257,46 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ | 125,000 | 120,290 | 18,67 | 0,70 | 0,00 | 80,51 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 8,800 | 8,800 | 0,92 | 0,11 | 5,97 | 28,51 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 13,000 | 13,000 | 0,00 | 12,60 | 0,00 | 113,36 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 105,000 | 88,200 | 1,19 | 0,17 | 7,01 | 35,08 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ | | 200 | 3,20 | 8,23 | 17,14 | 156,65 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 18,700 | 18,330 | 0,19 | 0,04 | 0,68 | 4,27 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 50,000 | 40,000 | 0,78 | 0,16 | 6,32 | 29,88 |
| МОРКОВЬ | 40,000 | 30,000 | 0,38 | 0,03 | 2,01 | 10,19 |
| КАБАЧКИ | 36,000 | 27,000 | 0,16 | 0,08 | 1,20 | 6,29 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ | 39,200 | 20,380 | 0,49 | 0,06 | 0,83 | 5,93 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ | 25,000 | 16,250 | 0,49 | 0,03 | 1,03 | 6,31 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 25,600 | 21,500 | 0,29 | 0,04 | 1,71 | 8,56 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,030 | 0,030 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,000 | 3,000 | 0,31 | 0,04 | 2,04 | 9,72 |
| САХАР ПЕСОК | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,97 | 3,87 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 8,000 | 8,000 | 0,00 | 7,75 | 0,00 | 69,76 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ЯБЛОКО | | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 |
| ЯБЛОКИ | 150,000 | 150,000 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 |
| | | | 32,00 | 23,41 | 89,11 | 698,48 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 112,42 | 108,68 | 373,01 | 2 930,92 |



Утверждаю
Директор
Долбунов С.В.

МЕНЮ

9 стол

ДЕНЬ 7

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 5 | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,50 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | 15 | 3,38 | 4,30 | 0,00 | 52,96 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 15,900 | 15,000 | 3,38 | 4,30 | 0,00 | 52,96 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | | 200 | 7,68 | 7,71 | 26,63 | 186,60 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 40,000 | 39,600 | 4,84 | 1,27 | 21,93 | 118,31 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 55,700 | 55,700 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КУРАГА (ПОРЦИОННО) | | 100 | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| СУШЕННЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 62,600 | 62,600 | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 50 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ВИНОГРАД | | 200 | 1,20 | 1,20 | 30,80 | 144,00 |
| ВИНОГРАД | 200,000 | 200,000 | 1,20 | 1,20 | 30,80 | 144,00 |
| | | | 18,87 | 17,97 | 109,42 | 661,34 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | 75 | 0,53 | 0,08 | 1,43 | 8,29 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 79,100 | 75,000 | 0,60 | 0,08 | 1,88 | 10,50 |
| СОЛЯНКА ДОМАШНЯЯ СО СМЕТАНОЙ | | 300/10 | 9,58 | 14,92 | 11,08 | 212,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) | 18,900 | 15,950 | 2,88 | 2,47 | 0,00 | 33,73 |
| ГРУДИНКА | 15,900 | 15,900 | 3,37 | 4,07 | 0,00 | 50,09 |
| СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ | 12,300 | 12,240 | 1,31 | 2,84 | 0,05 | 24,93 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 25,000 | 21,000 | 0,28 | 0,04 | 1,67 | 8,35 |
| ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ | 30,000 | 29,510 | 0,23 | 0,03 | 0,49 | 3,72 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 56,250 | 45,000 | 0,87 | 0,17 | 7,12 | 33,61 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 5,000 | 5,000 | 0,23 | 0,00 | 0,92 | 4,95 |
| МАРГАРИН | 4,800 | 4,800 | 0,01 | 3,82 | 0,05 | 34,59 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 225,000 | 225,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 10,000 | 10,000 | 0,25 | 1,46 | 0,34 | 15,52 |
| УКРОП | 2,000 | 1,480 | 0,04 | 0,01 | 0,09 | 0,57 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 2,000 | 1,480 | 0,05 | 0,01 | 0,11 | 0,71 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,030 | 0,030 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |

| | | | | | | |
|---|---------|---------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ И РИСОМ | 194/75 | | 17,91 | 19,33 | 14,12 | 303,41 |
| ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ | 171,000 | 128,250 | 1,62 | 0,00 | 6,09 | 32,35 |
| ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) | 95,000 | 80,180 | 14,46 | 12,45 | 0,00 | 169,55 |
| РИС ШЛИФОВАННЫЙ | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 21,000 | 17,640 | 0,24 | 0,04 | 1,41 | 7,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 3,000 | 3,000 | 0,39 | 0,00 | 1,79 | 8,69 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 19,000 | 19,000 | 0,48 | 2,76 | 0,65 | 29,49 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 5,600 | 5,600 | 0,58 | 0,07 | 3,79 | 18,14 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,080 | 0,800 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,38 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОК ТОМАТНЫЙ | 200 | | 0,58 | 0,19 | 29,49 | 131,92 |
| СОК ТОМАТНЫЙ 0,2 | 200,000 | 200,000 | 0,58 | 0,19 | 29,49 | 131,92 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100 | | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 35,02 | 35,37 | 97,24 | 849,62 |
| Полдник | | | | | | |
| КЕФИР | 210 | | 6,09 | 6,72 | 8,40 | 111,30 |
| КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ 0,2 | 210,000 | 210,000 | 6,09 | 6,72 | 8,40 | 111,30 |
| ВАФЛИ ДИАБЕТИЧЕСКИЕ | 30 | | 0,81 | 0,96 | 22,49 | 103,01 |
| ВАФЛИ ДИАБЕТИЧЕСКИЕ | 30,000 | 30,000 | 0,81 | 0,96 | 22,49 | 103,01 |
| ГРУША ЗАПЕЧЕНАЯ | 150 | | 0,79 | 0,59 | 20,39 | 93,06 |
| ГРУША | 198,000 | 198,000 | 0,79 | 0,59 | 20,39 | 93,06 |
| | | | 7,69 | 8,27 | 51,28 | 307,37 |
| Ужин | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 75 | | 0,81 | 0,15 | 2,76 | 17,46 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 76,500 | 75,000 | 0,81 | 0,15 | 2,76 | 17,46 |
| ПТИЦА ОТВАРНАЯ | 100 | | 26,00 | 29,25 | 0,33 | 368,48 |
| ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ЗАМОРОЖЕННОЕ | 137,000 | 137,000 | 25,92 | 29,24 | 0,00 | 366,78 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 4,000 | 3,400 | 0,05 | 0,01 | 0,27 | 1,35 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 200 | | 4,71 | 7,05 | 19,88 | 164,69 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 287,000 | 229,600 | 4,01 | 0,22 | 10,47 | 62,36 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 7,000 | 7,000 | 0,00 | 6,78 | 0,00 | 61,04 |
| МОРКОВЬ | 5,330 | 4,000 | 0,05 | 0,00 | 0,27 | 1,36 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10,000 | 8,400 | 0,12 | 0,02 | 0,67 | 3,34 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 5,000 | 5,000 | 0,23 | 0,00 | 0,92 | 4,95 |
| УКСУС 9% | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,400 | 2,400 | 0,25 | 0,03 | 1,63 | 7,78 |
| САХАР ПЕСОК | 6,000 | 6,000 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100 | | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 38,13 | 37,30 | 64,50 | 747,04 |

| | | | | |
|-----------------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | 99,71 | 98,91 | 322,44 | 2 565,37 |
|-----------------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|



Утверждаю

Директор

Долбунов С.В.

МЕНЮ**9 стол****ДЕНЬ 8**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 10 | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 74,80 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | 15 | 3,38 | 4,30 | 0,00 | 52,96 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 16,000 | 15,000 | 3,38 | 4,30 | 0,00 | 52,96 |
| ЙОГУРТ | | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| ЙОГУРТ 2,5% ЖИРНОСТИ | 125,000 | 125,000 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ | | 200 | 7,25 | 7,48 | 31,74 | 203,50 |
| ПШЕНО | 40,000 | 39,600 | 4,41 | 1,04 | 27,04 | 135,21 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 70,400 | 70,400 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КУРАГА (ПОРЦИОННО) | | 100 | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 62,600 | 62,600 | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ БЕЗ САХАРА | | 200/10 | 0,28 | 0,01 | 0,70 | 5,68 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЛИМОН | 11,000 | 9,900 | 0,09 | 0,01 | 0,29 | 3,27 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 50 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| МАНДАРИН | | 200 | 1,60 | 0,40 | 15,00 | 76,00 |
| МАНДАРИН | 200,000 | 200,000 | 1,60 | 0,40 | 15,00 | 76,00 |
| | | | 22,48 | 24,23 | 104,71 | 721,65 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | 75 | 0,53 | 0,08 | 1,43 | 8,25 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 79,000 | 75,000 | 0,60 | 0,08 | 1,88 | 10,50 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ | | 300/25 | 8,93 | 8,41 | 18,27 | 185,00 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ (фигурное) | 24,000 | 24,000 | 2,56 | 0,30 | 16,41 | 78,69 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,400 | 12,100 | 0,16 | 0,02 | 0,96 | 4,81 |
| МОРКОВЬ | 16,000 | 12,000 | 0,16 | 0,01 | 0,81 | 4,07 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| УКРОП | 1,000 | 0,700 | 0,02 | 0,00 | 0,04 | 0,27 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,700 | 0,03 | 0,00 | 0,05 | 0,33 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 285,000 | 285,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 46,000 | 33,120 | 6,00 | 5,17 | 0,00 | 70,67 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,030 | 0,030 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПТИЦА ЖАРЕНАЯ | | 100 | 25,79 | 27,62 | 0,41 | 353,74 |

| | | | | | | |
|---|-----------|---------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 196,000 | 141,120 | 25,60 | 22,04 | 0,00 | 301,15 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5,000 | 5,000 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 7,76 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 4,85 | 0,00 | 43,60 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ | | 150 | 3,95 | 4,49 | 6,63 | 83,33 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ | 311,000 | 161,700 | 3,92 | 0,48 | 6,59 | 47,05 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 30,000 | 30,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,080 | 0,080 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150,000 | 150,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 45,62 | 41,45 | 67,86 | 824,32 |
| Полдник | | | | | | |
| РЯЖЕНКА | | 200 | 5,79 | 7,99 | 8,39 | 107,90 |
| РЯЖЕНКА 4% ЖИРНОСТИ | 206,000 | 199,820 | 5,79 | 7,99 | 8,39 | 107,90 |
| ТЫКВА, ПРИПУЩЕННАЯ С ЯБЛОКАМИ И ИЗЮМОМ | | 240 | 2,22 | 8,54 | 54,78 | 310,75 |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ | 286,000 | 286,000 | 1,11 | 0,00 | 16,36 | 72,13 |
| ЯБЛОКИ | 100,000 | 100,000 | 0,39 | 0,39 | 9,51 | 45,59 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) | 30,000 | 30,000 | 0,67 | 0,15 | 19,15 | 81,77 |
| САХАР ПЕСОК | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,05 | 8,00 | 0,08 | 72,56 |
| | | | 8,01 | 16,53 | 63,17 | 418,65 |
| Ужин | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | 75 | 0,53 | 0,08 | 1,43 | 8,25 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 79,000 | 75,000 | 0,60 | 0,08 | 1,88 | 10,50 |
| ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | | 125 | 20,11 | 14,08 | 11,33 | 250,21 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ | 113,000 | 108,740 | 16,88 | 0,63 | 0,00 | 72,78 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 24,000 | 20,160 | 0,27 | 0,04 | 1,60 | 8,02 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 5,000 | 3,700 | 0,14 | 0,01 | 0,27 | 1,76 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 10,000 | 10,000 | 0,28 | 0,24 | 0,47 | 3,20 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,125 шт. | 5,000 | 0,62 | 0,56 | 0,04 | 7,61 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 15,000 | 15,000 | 1,92 | 0,00 | 8,95 | 43,48 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 13,000 | 13,000 | 0,00 | 12,60 | 0,00 | 113,36 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| РАГУ ОВОЩНОЕ (ЗАПЕЧЕНОЕ) | | 200 | 2,88 | 8,17 | 16,15 | 151,60 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 50,000 | 40,000 | 0,78 | 0,16 | 6,32 | 29,88 |
| МОРКОВЬ | 33,330 | 25,000 | 0,32 | 0,03 | 1,68 | 8,49 |
| КАБАЧКИ | 36,000 | 27,000 | 0,16 | 0,08 | 1,20 | 6,29 |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ | 34,000 | 34,000 | 0,14 | 0,00 | 1,95 | 8,57 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ | 39,200 | 20,380 | 0,49 | 0,06 | 0,83 | 5,93 |
| ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ | 34,200 | 25,650 | 0,32 | 0,00 | 1,22 | 6,47 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 23,810 | 20,000 | 0,27 | 0,04 | 1,59 | 7,95 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 28,000 | 27,440 | 0,29 | 0,05 | 1,01 | 6,39 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,030 | 0,030 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 8,000 | 8,000 | 0,00 | 7,75 | 0,00 | 69,76 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100 | | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ЯБЛОКО ЗАПЕЧЕННОЕ БЕЗ САХАРА | 200 | | 1,03 | 1,03 | 25,09 | 120,36 |
| ЯБЛОКИ | 264,000 | 264,000 | 1,03 | 1,03 | 25,09 | 120,36 |
| СОК ТОМАТНЫЙ | 200 | | 0,58 | 0,19 | 29,49 | 131,92 |
| СОК ТОМАТНЫЙ 0,2 | 200,000 | 200,000 | 0,58 | 0,19 | 29,49 | 131,92 |
| | | | 31,74 | 24,40 | 125,02 | 858,75 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 107,85 | 106,61 | 360,76 | 2 823,37 |



Утверждаю
Директор
Долбунов С.В.

МЕНЮ

9 стол

ДЕНЬ 9

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,50 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ | 200/20 | | 29,32 | 22,99 | 36,43 | 471,28 |
| ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ | 160,000 | 160,000 | 24,83 | 13,97 | 4,35 | 243,66 |
| КРУПА МАННАЯ | 15,000 | 15,000 | 1,50 | 0,15 | 10,27 | 47,87 |
| САХАР ПЕСОК | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,25 шт. | 10,000 | 1,23 | 1,12 | 0,07 | 15,23 |
| ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ) | 20,400 | 20,400 | 0,46 | 0,10 | 13,02 | 55,60 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 5,000 | 5,000 | 0,64 | 0,00 | 2,99 | 14,49 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 5,000 | 5,000 | 0,13 | 0,73 | 0,17 | 7,76 |
| ВАНИЛИН | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 20,000 | 20,000 | 0,50 | 2,91 | 0,68 | 31,04 |
| КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | | 8,09 | 9,09 | 31,07 | 218,52 |
| ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ЭКСТРА" №1 | 44,000 | 44,000 | 5,25 | 2,65 | 26,37 | 150,23 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 65,300 | 65,300 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КУРАГА (ПОРЦИОННО) | 100 | | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 62,600 | 62,600 | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | | 6,12 | 5,28 | 10,13 | 69,63 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 211,000 | 211,000 | 6,12 | 5,28 | 10,13 | 69,63 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ГРУША | 200 | | 0,80 | 0,60 | 20,60 | 94,00 |
| ГРУША | 200,000 | 200,000 | 0,80 | 0,60 | 20,60 | 94,00 |
| | | | 50,75 | 42,72 | 149,81 | 1 128,80 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 75 | | 0,53 | 0,08 | 1,43 | 8,25 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 79,000 | 75,000 | 0,60 | 0,08 | 1,88 | 10,50 |
| СУП ПОЛЕВОЙ С МЯСОМ | 300/10 | | 5,78 | 8,30 | 25,30 | 199,30 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 75,000 | 60,000 | 1,16 | 0,23 | 9,49 | 44,81 |
| ПШЕНО | 20,000 | 19,800 | 2,21 | 0,52 | 13,52 | 67,60 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 29,000 | 24,360 | 0,33 | 0,05 | 1,94 | 9,69 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 225,000 | 225,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 16,700 | 14,200 | 1,97 | 4,59 | 0,00 | 49,17 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |

| | | | | | | |
|---|---------|---------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,030 | 0,030 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| БИТОЧКИ МЯСНЫЕ (СОУС с луком иогурцами) | | 100/50 | 12,66 | 29,43 | 19,33 | 388,45 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 74,000 | 62,900 | 8,72 | 20,32 | 0,00 | 217,81 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 15,000 | 15,000 | 1,10 | 0,43 | 7,48 | 38,12 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 24,000 | 24,000 | 0,68 | 0,58 | 1,12 | 7,68 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 21,500 | 18,060 | 0,24 | 0,04 | 1,44 | 7,18 |
| МАРГАРИН | 2,000 | 2,000 | 0,01 | 1,59 | 0,02 | 14,41 |
| ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ | 4,550 | 2,280 | 0,00 | 0,00 | 0,07 | 0,29 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 10,000 | 10,000 | 1,28 | 0,00 | 5,97 | 28,98 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 6,000 | 6,000 | 0,00 | 5,81 | 0,00 | 52,32 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,030 | 0,030 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,000 | 3,000 | 0,31 | 0,04 | 2,04 | 9,72 |
| МАЙОНЕЗ НИЗКОКАЛОРИЙНЫЙ | 1,000 | 1,000 | 0,03 | 0,62 | 0,03 | 5,76 |
| ТОМАТНАЯ ПАСТА | 5,000 | 5,000 | 0,23 | 0,00 | 0,92 | 4,95 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | | 150 | 5,64 | 4,67 | 35,94 | 208,41 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ (фигурное) | 52,500 | 52,500 | 5,61 | 0,66 | 35,90 | 172,13 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 30,000 | 30,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,080 | 0,080 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 210,000 | 210,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 31,03 | 43,33 | 123,12 | 998,41 |
| Полдник | | | | | | |
| МОЛОКО | | 200 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ 0,2 | 200,000 | 200,000 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| ОЛАДЫ ИЗ ТЫКВЫ СО СМЕТАНОЙ | | 280 | 10,54 | 22,62 | 67,18 | 509,42 |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ | 279,000 | 279,000 | 1,09 | 0,00 | 15,97 | 70,36 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 50,000 | 50,000 | 5,24 | 0,63 | 33,90 | 161,99 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 35,000 | 35,000 | 0,99 | 0,85 | 1,63 | 11,20 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,5 шт. | 20,000 | 2,46 | 2,23 | 0,14 | 30,46 |
| САХАР ПЕСОК | 15,000 | 15,000 | 0,00 | 0,00 | 14,52 | 58,05 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 15,000 | 15,000 | 0,00 | 14,54 | 0,00 | 130,80 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 30,000 | 30,000 | 0,76 | 4,37 | 1,02 | 46,56 |
| | | | 16,34 | 29,02 | 76,58 | 629,42 |
| Ужин | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | 30 | 0,21 | 0,03 | 0,57 | 3,32 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 31,700 | 30,000 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,20 |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 30 | 0,32 | 0,06 | 1,11 | 6,98 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 30,600 | 30,000 | 0,32 | 0,06 | 1,11 | 6,98 |
| САРДЕЛЬКИ ГОВЯЖЬИ | | 100 | 11,32 | 18,07 | 1,29 | 213,52 |
| САРДЕЛЬКИ ГОВЯЖЬИ | 105,000 | 102,380 | 11,32 | 18,07 | 1,29 | 213,52 |
| КАПУСТА ТУШЕНАЯ | | 200 | 4,48 | 7,05 | 16,03 | 148,09 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 287,000 | 229,600 | 4,01 | 0,22 | 10,47 | 62,36 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 7,000 | 7,000 | 0,00 | 6,78 | 0,00 | 61,04 |
| МОРКОВЬ | 5,000 | 3,750 | 0,05 | 0,00 | 0,25 | 1,27 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10,000 | 8,400 | 0,12 | 0,02 | 0,67 | 3,34 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,400 | 2,400 | 0,25 | 0,03 | 1,63 | 7,78 |
| САХАР ПЕСОК | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 0,00 | 2,90 | 11,61 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,800 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,38 |
| УКРОП | 1,000 | 0,800 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,31 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,040 | 0,040 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ | 2,000 | 2,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,39 | 0,00 | 0,81 | 4,81 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 2,000 | 2,000 | 0,39 | 0,00 | 0,81 | 4,81 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ЯБЛОКО | | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 |
| ЯБЛОКИ | 150,000 | 150,000 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 |
| | | | 23,74 | 26,66 | 75,63 | 641,22 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 121,86 | 141,73 | 425,14 | 3 397,85 |



Утверждаю

Директор

Долбунов С.В.

МЕНЮ**9 стол****ДЕНЬ 10**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,50 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 |
| КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ) | 30 | | 3,52 | 6,25 | 0,00 | 70,32 |
| КОЛБАСА ВАРЕНАЯ | 30,900 | 30,000 | 3,52 | 6,25 | 0,00 | 70,32 |
| КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С ТЫКВОЙ | 200 | | 8,09 | 7,58 | 40,17 | 242,24 |
| ПШЕНО | 44,000 | 43,560 | 4,86 | 1,14 | 29,75 | 148,73 |
| ТЫКВА СВЕЖАЯ | 100,000 | 100,000 | 0,39 | 0,00 | 5,72 | 25,22 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | | 1,60 | 1,21 | 17,26 | 76,47 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| САХАР ПЕСОК | 15,000 | 15,000 | 0,00 | 0,00 | 14,52 | 58,05 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 100,000 | 100,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 50,000 | 50,000 | 1,41 | 1,21 | 2,33 | 16,01 |
| ОТВАР ШИПОВНИКА | 200 | | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 30,000 | 30,000 | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 60 | | 3,85 | 0,51 | 24,67 | 116,40 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 60,000 | 60,000 | 3,85 | 0,51 | 24,67 | 116,40 |
| БАНАН | 200 | | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192,00 |
| БАНАН | 200,000 | 200,000 | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192,00 |
| | | | 21,10 | 21,11 | 138,21 | 817,57 |
| Обед | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 75 | | 0,81 | 0,15 | 2,76 | 17,46 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 76,500 | 75,000 | 0,81 | 0,15 | 2,76 | 17,46 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ФАСОЛЬЮ) С МЯСОМ | 300/10 | | 11,12 | 8,43 | 25,02 | 223,73 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 37,500 | 30,000 | 0,58 | 0,12 | 4,74 | 22,41 |
| ФАСОЛЬ | 40,000 | 40,000 | 8,15 | 0,78 | 18,24 | 115,62 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,000 | 11,760 | 0,16 | 0,02 | 0,93 | 4,68 |
| МОРКОВЬ | 15,000 | 11,250 | 0,15 | 0,01 | 0,76 | 3,82 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |

| | | | | | | |
|--|---------|----------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 210,000 | 210,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 16,700 | 14,200 | 1,97 | 4,59 | 0,00 | 49,17 |
| МЯСО ТУШЕНОЕ | | 50/75 | 9,57 | 25,28 | 4,43 | 284,09 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 74,000 | 62,900 | 8,72 | 20,32 | 0,00 | 217,81 |
| МОРКОВЬ | 5,330 | 4,000 | 0,05 | 0,00 | 0,27 | 1,36 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 4,760 | 4,000 | 0,06 | 0,01 | 0,32 | 1,59 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 4,85 | 0,00 | 43,60 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 23,000 | 22,540 | 0,24 | 0,05 | 0,83 | 5,25 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 4,000 | 4,000 | 0,42 | 0,05 | 2,72 | 12,96 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| СОЛЬ | 2,000 | 2,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | 180 | 10,27 | 7,49 | 46,46 | 293,89 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 84,600 | 83,800 | 10,24 | 2,69 | 46,41 | 250,36 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 124,600 | 124,600 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 6,000 | 6,000 | 0,03 | 4,80 | 0,05 | 43,53 |
| КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА | | 200 | 0,10 | 0,10 | 27,90 | 113,00 |
| КИСЕЛЬ (КОНЦЕНТРАТ) ОБОГАЩЕННЫЙ | 24,000 | 24,000 | 0,00 | 0,00 | 18,53 | 74,13 |
| САХАР ПЕСОК | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 190,000 | 190,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,080 | 0,080 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 38,29 | 42,30 | 147,69 | 1 126,17 |
| Полдник | | | | | | |
| ЯБЛОКО ЗАПЕЧЕНОЕ | | 150 | 0,79 | 0,79 | 19,40 | 93,06 |
| ЯБЛОКИ | 198,000 | 198,000 | 0,79 | 0,79 | 19,40 | 93,06 |
| РЯЖЕНКА | | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,40 | 80,00 |
| РЯЖЕНКА 4% ЖИРНОСТИ | 206,190 | 200,000 | 5,80 | 8,00 | 8,40 | 108,00 |
| | | | 6,79 | 2,79 | 27,80 | 173,06 |
| Ужин | | | | | | |
| ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ | | 50 | 0,00 | 0,00 | 1,33 | 5,74 |
| ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ | 91,000 | 45,500 | 0,00 | 0,00 | 1,33 | 5,74 |
| РЫБА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ | | 125/100 | 24,77 | 10,72 | 8,67 | 231,09 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ | 158,000 | 152,040 | 23,60 | 0,88 | 0,00 | 101,76 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 46,000 | 46,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОРКОВЬ | 48,000 | 36,000 | 0,46 | 0,04 | 2,41 | 12,22 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 20,000 | 16,800 | 0,23 | 0,03 | 1,34 | 6,68 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 37,800 | 37,040 | 0,40 | 0,07 | 1,37 | 8,62 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 9,69 | 0,00 | 87,20 |
| УКСУС 9% | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР ПЕСОК | 3,500 | 3,500 | 0,00 | 0,00 | 3,39 | 13,55 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 3,000 | 2,220 | 0,08 | 0,01 | 0,16 | 1,06 |
| КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МАСЛОМ | | 150 | 1,46 | 4,86 | 12,97 | 102,48 |
| КАБАЧКИ | 273,000 | 204,800 | 1,19 | 0,59 | 9,14 | 47,68 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,300 | 5,300 | 0,03 | 4,24 | 0,04 | 38,45 |
| САХАР ПЕСОК | 2,300 | 2,300 | 0,00 | 0,00 | 2,23 | 8,90 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,300 | 2,300 | 0,24 | 0,03 | 1,56 | 7,45 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| СОК ТОМАТНЫЙ | 200 | | 0,58 | 0,19 | 29,49 | 131,92 |
| СОК ТОМАТНЫЙ 0,2 | 200,000 | 200,000 | 0,58 | 0,19 | 29,49 | 131,92 |
| | | | 33,42 | 16,62 | 93,99 | 667,64 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 99,60 | 82,82 | 407,69 | 2 784,44 |



Утверждаю

Директор
Долбунов С.В.**МЕНЮ****9 стол****ДЕНЬ 11**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | | 0,05 | 4,15 | 0,05 | 37,50 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ | 150/25 | | 24,65 | 21,15 | 19,57 | 367,89 |
| ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ | 140,000 | 140,000 | 21,73 | 12,22 | 3,80 | 213,21 |
| КРУПА МАННАЯ | 10,000 | 10,000 | 1,00 | 0,10 | 6,85 | 31,91 |
| САХАР ПЕСОК | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,1 шт. | 4,000 | 0,49 | 0,45 | 0,03 | 6,09 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 5,000 | 5,000 | 0,64 | 0,00 | 2,99 | 14,49 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 30,000 | 30,000 | 0,76 | 4,37 | 1,02 | 46,56 |
| ВАНИЛИН | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | | 8,17 | 7,84 | 28,82 | 198,43 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 44,000 | 43,560 | 5,33 | 1,40 | 24,12 | 130,14 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 55,700 | 55,700 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КУРАГА (ПОРЦИОННО) | 100 | | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 62,600 | 62,600 | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ БЕЗ САХАРА | 200/10 | | 0,38 | 0,01 | 0,90 | 6,88 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,500 | 1,500 | 0,29 | 0,00 | 0,61 | 3,61 |
| ЛИМОН | 11,000 | 9,900 | 0,09 | 0,01 | 0,29 | 3,27 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ВИНОГРАД | 200 | | 1,20 | 1,20 | 30,80 | 144,00 |
| ВИНОГРАД | 200,000 | 200,000 | 1,20 | 1,20 | 30,80 | 144,00 |
| | | | 40,82 | 34,96 | 131,67 | 992,57 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 75 | | 0,53 | 0,08 | 1,43 | 8,25 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 79,000 | 75,000 | 0,60 | 0,08 | 1,88 | 10,50 |
| БОРЩ МОСКОВСКИЙ | 500/40/10 | | 11,95 | 21,55 | 18,30 | 307,94 |
| СВЕКЛА | 106,670 | 80,000 | 1,16 | 0,08 | 6,83 | 32,59 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 75,000 | 60,000 | 1,05 | 0,06 | 2,74 | 16,30 |
| МОРКОВЬ | 26,670 | 20,000 | 0,25 | 0,02 | 1,34 | 6,79 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 23,800 | 20,000 | 0,27 | 0,04 | 1,59 | 7,95 |
| МАРГАРИН | 5,000 | 5,000 | 0,02 | 3,98 | 0,05 | 36,04 |
| САХАР ПЕСОК | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |

| | | | | | | |
|--|----------|---------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 400,000 | 400,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| УКСУС 9% | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧЕСНОК | 1,700 | 1,450 | 0,09 | 0,01 | 0,42 | 2,10 |
| УКРОП | 1,700 | 1,260 | 0,03 | 0,01 | 0,08 | 0,49 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,700 | 1,260 | 0,05 | 0,01 | 0,10 | 0,60 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) | 18,900 | 15,950 | 2,88 | 2,47 | 0,00 | 33,73 |
| ГРУДИНКА | 20,000 | 20,000 | 4,23 | 5,12 | 0,00 | 63,01 |
| СОСИСКИ МОЛОЧНЫЕ | 15,500 | 15,420 | 1,65 | 3,58 | 0,06 | 31,41 |
| МАЙОНЕЗ НИЗКОКАЛОРИЙНЫЙ | 10,000 | 10,000 | 0,27 | 6,17 | 0,25 | 57,58 |
| КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | | 100 | 13,07 | 4,41 | 6,57 | 116,23 |
| РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ | 71,000 | 68,300 | 10,60 | 0,40 | 0,00 | 45,72 |
| МОРКОВЬ | 26,670 | 20,000 | 0,25 | 0,02 | 1,34 | 6,79 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 8,000 | 8,000 | 0,58 | 0,22 | 3,99 | 20,33 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 10,000 | 8,400 | 0,12 | 0,02 | 0,67 | 3,34 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,25 шт. | 10,000 | 1,23 | 1,12 | 0,07 | 15,23 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 10,000 | 10,000 | 0,28 | 0,24 | 0,47 | 3,20 |
| МАРГАРИН | 3,000 | 3,000 | 0,01 | 2,39 | 0,03 | 21,62 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,030 | 0,030 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | 180 | 5,29 | 6,23 | 37,83 | 228,62 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 58,800 | 58,200 | 5,25 | 0,62 | 37,77 | 177,83 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 139,200 | 139,200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,000 | 7,000 | 0,04 | 5,61 | 0,06 | 50,79 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 30,000 | 30,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,080 | 0,080 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150,000 | 150,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 37,26 | 33,12 | 105,25 | 855,04 |
| Полдник | | | | | | |
| КЕФИР | | 210 | 6,09 | 6,72 | 8,40 | 111,30 |
| КЕФИР 3,2 % ЖИРНОСТИ 0,2 | 210,000 | 210,000 | 6,09 | 6,72 | 8,40 | 111,30 |
| ЯБЛОКО ЗАПЕЧЕННОЕ БЕЗ САХАРА | | 150 | 0,77 | 0,77 | 18,82 | 90,27 |
| ЯБЛОКИ | 198,000 | 198,000 | 0,77 | 0,77 | 18,82 | 90,27 |
| СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ | | 155/20 | 28,10 | 21,72 | 28,35 | 422,40 |
| ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ | 160,000 | 160,000 | 24,83 | 13,97 | 4,35 | 243,66 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 20,000 | 20,000 | 2,10 | 0,25 | 13,56 | 64,80 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,13 шт. | 5,200 | 0,64 | 0,58 | 0,04 | 7,92 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| САХАР ПЕСОК | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 0,00 | 9,68 | 38,70 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 20,000 | 20,000 | 0,50 | 2,91 | 0,68 | 31,04 |
| | | | 34,96 | 29,21 | 55,57 | 623,97 |
| Ужин | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | 30 | 0,21 | 0,03 | 0,57 | 3,32 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 31,700 | 30,000 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,20 |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | 30 | 0,32 | 0,06 | 1,11 | 6,98 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 30,600 | 30,000 | 0,32 | 0,06 | 1,11 | 6,98 |
| РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | | 325 | 23,73 | 37,77 | 24,70 | 535,28 |
| ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ЗАМОРОЖЕННОЕ | 106,000 | 106,000 | 20,05 | 22,62 | 0,00 | 283,78 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 125,000 | 100,000 | 1,94 | 0,39 | 15,81 | 74,69 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| МОРКОВЬ | 46,930 | 35,200 | 0,45 | 0,04 | 2,36 | 11,95 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 42,000 | 35,280 | 0,48 | 0,07 | 2,80 | 14,03 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 15,000 | 15,000 | 0,00 | 14,54 | 0,00 | 130,80 |
| СОЛЬ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,000 | 3,000 | 0,31 | 0,04 | 2,04 | 9,72 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 37,000 | 36,260 | 0,39 | 0,07 | 1,34 | 8,44 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,39 | 0,00 | 0,81 | 4,81 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 2,000 | 2,000 | 0,39 | 0,00 | 0,81 | 4,81 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 31,07 | 38,71 | 68,31 | 744,39 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 144,11 | 136,00 | 360,80 | 3 215,97 |



Утверждаю

Директор

Долбунов С.В.

МЕНЮ**9 стол****ДЕНЬ 12**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 10 | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 74,80 |
| КОЛБАСА (ПОРЦИЯМИ) | | 40 | 4,69 | 8,33 | 0,00 | 93,75 |
| КОЛБАСА ВАРЕНАЯ | 41,200 | 40,000 | 4,69 | 8,33 | 0,00 | 93,75 |
| КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ | | 200 | 8,09 | 9,09 | 31,07 | 218,52 |
| ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ЭКСТРА" №1 | 44,000 | 44,000 | 5,25 | 2,65 | 26,37 | 150,23 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 65,300 | 65,300 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| СОЛЬ | 1,100 | 1,100 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КУРАГА (ПОРЦИОННО) | | 100 | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 62,600 | 62,600 | 3,16 | 0,18 | 30,97 | 140,87 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,39 | 0,00 | 0,81 | 4,81 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 2,000 | 2,000 | 0,39 | 0,00 | 0,81 | 4,81 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 50 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ЯБЛОКО ЗАПЕЧЕННОЕ БЕЗ САХАРА | | 150 | 0,77 | 0,77 | 18,82 | 90,27 |
| ЯБЛОКИ | 198,000 | 198,000 | 0,77 | 0,77 | 18,82 | 90,27 |
| | | | 20,41 | 27,10 | 102,33 | 720,22 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ | | 75 | 1,11 | 4,92 | 6,36 | 74,02 |
| СВЕКЛА | 96,000 | 72,000 | 1,05 | 0,07 | 6,15 | 29,33 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 4,85 | 0,00 | 43,60 |
| СОЛЬ | 0,800 | 0,800 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧЕСНОК | 0,800 | 0,600 | 0,04 | 0,00 | 0,17 | 0,86 |
| УКРОП | 0,800 | 0,600 | 0,02 | 0,00 | 0,04 | 0,23 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (РЫБНЫЙ) | | 300/25 | 5,50 | 3,42 | 23,79 | 148,30 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 112,500 | 90,000 | 1,75 | 0,35 | 14,23 | 67,22 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 12,000 | 11,880 | 1,07 | 0,13 | 7,71 | 36,30 |
| МОРКОВЬ | 16,000 | 12,000 | 0,16 | 0,01 | 0,81 | 4,07 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,000 | 11,760 | 0,16 | 0,02 | 0,93 | 4,68 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| РЫБН. КОНСЕРВЫ В МАСЛЕ. САЙРА БЛАНШИРОВАН. | 13,000 | 13,000 | 2,31 | 0,00 | 0,00 | 9,23 |

| | | | | | | |
|---|---------|---------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| КОНСЕРВЫ РЫБНЫЕ НАТУРАЛЬНЫЕ "ГОРБУША" | 13,000 | 13,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,030 | 0,030 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ (СОУС) | 100/50 | | 25,71 | 26,81 | 19,25 | 417,20 |
| БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ | 168,000 | 120,960 | 21,94 | 18,89 | 0,00 | 258,13 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 17,000 | 17,000 | 1,24 | 0,48 | 8,48 | 43,20 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 24,000 | 24,000 | 0,68 | 0,58 | 1,12 | 7,68 |
| СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ | 10,000 | 10,000 | 1,28 | 0,00 | 5,97 | 28,98 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 4,85 | 0,00 | 43,60 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 2,000 | 2,000 | 0,00 | 1,94 | 0,00 | 17,44 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 2,500 | 2,500 | 0,26 | 0,03 | 1,70 | 8,10 |
| МОРКОВЬ | 5,000 | 3,750 | 0,05 | 0,00 | 0,25 | 1,27 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 1,200 | 1,010 | 0,01 | 0,00 | 0,08 | 0,40 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 18,700 | 18,330 | 0,19 | 0,04 | 0,68 | 4,27 |
| САХАР ПЕСОК | 0,750 | 0,750 | 0,00 | 0,00 | 0,73 | 2,90 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | | 5,64 | 4,67 | 35,94 | 208,41 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ (фигурное) | 52,500 | 52,500 | 5,61 | 0,66 | 35,90 | 172,13 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ БЕЗ САХАРА | 200 | | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 30,000 | 30,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,080 | 0,080 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150,000 | 150,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100 | | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 44,38 | 40,67 | 126,46 | 1 041,93 |
| Полдник | | | | | | |
| ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | | 4,93 | 4,46 | 0,27 | 60,92 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 1 шт. | 40,000 | 4,93 | 4,46 | 0,27 | 60,92 |
| ГРУША ЗАПЕЧЕНАЯ | 150 | | 0,79 | 0,59 | 20,39 | 93,06 |
| ГРУША | 198,000 | 198,000 | 0,79 | 0,59 | 20,39 | 93,06 |
| РЯЖЕНКА | 200 | | 6,00 | 2,00 | 8,40 | 80,00 |
| РЯЖЕНКА 4% ЖИРНОСТИ | 206,190 | 200,000 | 5,80 | 8,00 | 8,40 | 108,00 |
| | | | 11,72 | 7,05 | 29,06 | 233,98 |
| Ужин | | | | | | |
| ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 75 | | 0,81 | 0,15 | 2,76 | 17,46 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 76,500 | 75,000 | 0,81 | 0,15 | 2,76 | 17,46 |
| КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С МЯСНЫМ ФАРШЕМ | 280/20 | | 19,59 | 25,22 | 15,95 | 371,47 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ РАННЕСПЕЛАЯ | 281,000 | 224,800 | 3,93 | 0,21 | 10,25 | 61,05 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 19,000 | 15,960 | 0,21 | 0,03 | 1,27 | 6,34 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 9,69 | 0,00 | 87,20 |
| ГОВЯДИНА Б/К (ЗАДНЯЯ ЧАСТЬ) | 94,000 | 79,340 | 14,32 | 12,31 | 0,00 | 167,77 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 5,000 | 5,000 | 0,52 | 0,07 | 3,40 | 16,20 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 20,000 | 20,000 | 0,50 | 2,91 | 0,68 | 31,04 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ЯБЛОКО | | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 |
| ЯБЛОКИ | 150,000 | 150,000 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 |
| | | | 27,61 | 26,82 | 74,94 | 655,84 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 104,12 | 101,64 | 332,79 | 2 651,97 |



Утверждаю

Директор

Долбунов С.В.

МЕНЮ**9 стол****ДЕНЬ 13**

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------|----------|-------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 10 | | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 74,80 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | | 3,44 | 4,43 | 0,00 | 54,16 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 16,000 | 15,000 | 3,48 | 4,43 | 0,00 | 54,60 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ | 200 | | 7,70 | 6,99 | 33,39 | 207,30 |
| КРУПА ПШЕНИЧНАЯ "АРТЕК" | 44,000 | 43,560 | 4,86 | 0,55 | 28,69 | 139,01 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 61,900 | 61,900 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 66,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 200,000 | 200,000 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 66,00 |
| ОТВАР ШИПОВНИКА | 200 | | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 30,000 | 30,000 | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50 | | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| АПЕЛЬСИН | 250 | | 2,25 | 0,50 | 20,25 | 107,50 |
| АПЕЛЬСИН | 250,000 | 250,000 | 2,25 | 0,50 | 20,25 | 107,50 |
| | | | 23,49 | 26,06 | 97,96 | 689,60 |
| Обед | | | | | | |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ | 100 | | 1,53 | 4,94 | 9,14 | 88,01 |
| КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ | 99,000 | 79,200 | 1,39 | 0,08 | 3,61 | 21,51 |
| МОРКОВЬ | 12,800 | 9,600 | 0,12 | 0,01 | 0,64 | 3,26 |
| УКСУС 9% | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| САХАР ПЕСОК | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 0,00 | 4,84 | 19,35 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 4,85 | 0,00 | 43,60 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ГРУДИНКОЙ (ГОРОХОВЫЙ) | 300/25 | | 16,21 | 12,59 | 24,29 | 275,67 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 50,000 | 40,000 | 0,78 | 0,16 | 6,32 | 29,88 |
| ГОРОХ ШЛИФОВАННЫЙ ЦЕЛЫЙ | 34,300 | 34,130 | 7,61 | 0,53 | 15,93 | 98,99 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,000 | 11,760 | 0,16 | 0,02 | 0,93 | 4,68 |
| МОРКОВЬ | 15,000 | 11,250 | 0,15 | 0,01 | 0,76 | 3,82 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |

| | | | | | | |
|---|----------|---------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ГРУДИНКА | 35,000 | 35,000 | 7,40 | 8,96 | 0,00 | 110,27 |
| СОЛЬ | 2,000 | 2,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,020 | 0,020 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 210,000 | 210,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | | 75/75 | 20,85 | 28,02 | 5,18 | 356,63 |
| ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ЗАМОРОЖЕННОЕ | 106,000 | 106,000 | 20,05 | 22,62 | 0,00 | 283,78 |
| МАРГАРИН | 3,000 | 3,000 | 0,01 | 2,39 | 0,03 | 21,62 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,750 | 3,750 | 0,40 | 0,05 | 2,54 | 12,15 |
| МОРКОВЬ | 7,510 | 5,630 | 0,07 | 0,01 | 0,38 | 1,91 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 1,800 | 1,510 | 0,02 | 0,00 | 0,12 | 0,60 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,860 | 0,06 | 0,00 | 0,25 | 1,24 |
| САХАР ПЕСОК | 1,100 | 1,100 | 0,00 | 0,00 | 1,07 | 4,26 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ | 2,000 | 2,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 18,700 | 18,330 | 0,19 | 0,04 | 0,68 | 4,27 |
| КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | 150 | 4,41 | 6,12 | 31,54 | 199,02 |
| КРУПА ПЕРЛОВАЯ | 49,000 | 48,510 | 4,37 | 0,51 | 31,48 | 148,23 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 116,000 | 116,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,000 | 7,000 | 0,04 | 5,61 | 0,06 | 50,79 |
| КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | | 200 | 1,51 | 0,09 | 14,84 | 67,51 |
| СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА) | 30,000 | 30,000 | 1,51 | 0,09 | 14,84 | 67,51 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 210,000 | 210,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,080 | 0,080 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 50,93 | 52,61 | 126,11 | 1 180,84 |
| Полдник | | | | | | |
| СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ | | 180/20 | 32,47 | 29,65 | 37,22 | 546,95 |
| ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ | 185,000 | 185,000 | 28,71 | 16,15 | 5,02 | 281,74 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 25,000 | 25,000 | 2,62 | 0,32 | 16,96 | 81,00 |
| ЯЙЦО КУРИНОЕ (ШТ.) | 0,13 шт. | 5,200 | 0,64 | 0,58 | 0,04 | 7,92 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,00 | 9,69 | 0,00 | 87,20 |
| САХАР ПЕСОК | 15,000 | 15,000 | 0,00 | 0,00 | 14,52 | 58,05 |
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ | 20,000 | 20,000 | 0,50 | 2,91 | 0,68 | 31,04 |
| ЯБЛОКО ЗАПЕЧЕННОЕ БЕЗ САХАРА | | 150 | 0,77 | 0,77 | 18,82 | 90,27 |
| ЯБЛОКИ | 198,000 | 198,000 | 0,77 | 0,77 | 18,82 | 90,27 |
| РЯЖЕНКА | | 200 | 6,00 | 2,00 | 8,40 | 80,00 |
| РЯЖЕНКА 4% ЖИРНОСТИ | 206,190 | 200,000 | 5,80 | 8,00 | 8,40 | 108,00 |
| | | | 39,24 | 32,42 | 64,44 | 717,22 |
| Ужин | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | | 50 | 0,35 | 0,05 | 0,95 | 5,50 |
| ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ ВЫСШИЙ СОРТ | 52,630 | 50,000 | 0,40 | 0,05 | 1,25 | 7,00 |
| МЯСО ОТВАРНОЕ | | 50 | 9,85 | 22,79 | 0,31 | 245,85 |
| СВИНИНА МЯСНАЯ | 83,000 | 70,550 | 9,79 | 22,79 | 0,00 | 244,30 |
| МОРКОВЬ | 2,670 | 2,000 | 0,03 | 0,00 | 0,14 | 0,68 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 2,700 | 2,200 | 0,03 | 0,00 | 0,17 | 0,87 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С МАСЛОМ | | 100 | 2,64 | 3,11 | 4,42 | 56,76 |
| КАПУСТА ЦВЕТНАЯ | 207,300 | 107,800 | 2,62 | 0,31 | 4,39 | 31,37 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,500 | 3,500 | 0,02 | 2,80 | 0,03 | 25,39 |

| | | | | | | |
|--|---------|---------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| СОЛЬ | 2,000 | 2,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| КАБАЧКИ, ПРИПУЩЕННЫЕ С МАСЛОМ | 100 | | 0,98 | 3,22 | 8,60 | 67,86 |
| КАБАЧКИ | 182,000 | 136,600 | 0,80 | 0,40 | 6,09 | 31,80 |
| САХАР ПЕСОК | 1,500 | 1,500 | 0,00 | 0,00 | 1,46 | 5,81 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 1,500 | 1,500 | 0,16 | 0,02 | 1,02 | 4,86 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 3,500 | 3,500 | 0,02 | 2,80 | 0,03 | 25,39 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | 200 | | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100 | | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 20,43 | 30,02 | 55,81 | 572,38 |
| ВСЕГО ЗА ДЕНЬ: | | | 134,09 | 141,11 | 344,32 | 3 160,04 |



МЕНЮ

9 стол

ДЕНЬ 14

| Наименование блюда | Выход | | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|-----------|-----------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | Брутто, г | Нетто, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | |
| МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | 10 | 0,10 | 8,30 | 0,10 | 75,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 10,000 | 10,000 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 74,80 |
| СЫР (ПОРЦИЯМИ) | | 10 | 2,30 | 2,97 | 0,00 | 36,29 |
| СЫР РОССИЙСКИЙ | 10,700 | 10,000 | 2,32 | 2,95 | 0,00 | 36,40 |
| КАША ОВСЯННАЯ ВЯЗКАЯ | | 200 | 8,09 | 9,09 | 31,07 | 218,52 |
| ХЛОПЬЯ ОВСЯНЫЕ "ЭКСТРА" №1 | 44,000 | 44,000 | 5,25 | 2,65 | 26,37 | 150,23 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 65,300 | 65,300 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 100,000 | 100,000 | 2,81 | 2,43 | 4,66 | 32,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,03 | 4,01 | 0,04 | 36,28 |
| МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | 200 | 6,12 | 5,28 | 10,13 | 69,63 |
| МОЛОКО ПИТЬЕВОЕ УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ 2,5% ЖИРНОСТИ | 211,000 | 211,000 | 6,12 | 5,28 | 10,13 | 69,63 |
| ОТВАР ШИПОВНИКА | | 200 | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ШИПОВНИК СУХОЙ | 30,000 | 30,000 | 0,99 | 0,41 | 14,06 | 82,64 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 50 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 50,000 | 50,000 | 3,21 | 0,43 | 20,56 | 97,00 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ.МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 30 | 2,18 | 0,84 | 14,96 | 76,24 |
| БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30,000 | 30,000 | 2,18 | 0,84 | 14,96 | 76,24 |
| БАНАН | | 200 | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192,00 |
| БАНАН | 200,000 | 200,000 | 3,00 | 1,00 | 42,00 | 192,00 |
| | | | 25,99 | 28,32 | 132,88 | 847,32 |
| Обед | | | | | | |
| ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ | | 50 | 0,00 | 0,00 | 1,33 | 5,74 |
| ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ | 91,000 | 45,500 | 0,00 | 0,00 | 1,33 | 5,74 |
| ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ПТИЦЕЙ | | 300/25/10 | 9,25 | 18,57 | 9,59 | 245,13 |
| КАПУСТА КВАШЕНАЯ | 85,800 | 85,800 | 1,49 | 0,09 | 2,49 | 19,14 |
| КАРТОФЕЛЬ РАННИЙ | 37,500 | 30,000 | 0,58 | 0,12 | 4,74 | 22,41 |
| МОРКОВЬ | 16,000 | 12,000 | 0,16 | 0,01 | 0,81 | 4,07 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 14,290 | 12,000 | 0,16 | 0,02 | 0,95 | 4,77 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 240,000 | 240,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 5,000 | 5,000 | 0,00 | 4,85 | 0,00 | 43,60 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,850 | 0,06 | 0,00 | 0,24 | 1,23 |

| | | | | | | |
|---|---------|---------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| СОЛЬ | 1,000 | 1,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАЙОНЕЗ НИЗКОКАЛОРИЙНЫЙ | 10,000 | 10,000 | 0,27 | 6,17 | 0,25 | 57,58 |
| ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ЗАМОРОЖЕННОЕ | 34,250 | 34,250 | 6,48 | 7,31 | 0,00 | 91,69 |
| ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | | 75/75 | 20,85 | 28,02 | 5,18 | 356,63 |
| ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ЗАМОРОЖЕННОЕ | 106,000 | 106,000 | 20,05 | 22,62 | 0,00 | 283,78 |
| МАРГАРИН | 3,000 | 3,000 | 0,01 | 2,39 | 0,03 | 21,62 |
| МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ | 3,000 | 3,000 | 0,00 | 2,91 | 0,00 | 26,16 |
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ | 3,750 | 3,750 | 0,40 | 0,05 | 2,54 | 12,15 |
| МОРКОВЬ | 7,510 | 5,630 | 0,07 | 0,01 | 0,38 | 1,91 |
| ЛУК РЕПЧАТЫЙ | 1,800 | 1,510 | 0,02 | 0,00 | 0,12 | 0,60 |
| УКРОП | 1,000 | 0,740 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,29 |
| ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ) | 1,000 | 0,740 | 0,03 | 0,00 | 0,06 | 0,35 |
| ЧЕСНОК | 1,000 | 0,860 | 0,06 | 0,00 | 0,25 | 1,24 |
| САХАР ПЕСОК | 1,100 | 1,100 | 0,00 | 0,00 | 1,07 | 4,26 |
| ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ ГОРОШКОМ | 0,010 | 0,010 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СОЛЬ | 2,000 | 2,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ТОМАТЫ СВЕЖИЕ | 18,700 | 18,330 | 0,19 | 0,04 | 0,68 | 4,27 |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | 180 | 10,28 | 8,30 | 46,47 | 301,15 |
| КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА | 84,600 | 83,800 | 10,24 | 2,69 | 46,41 | 250,36 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 124,600 | 124,600 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,000 | 7,000 | 0,04 | 5,61 | 0,06 | 50,79 |
| КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ) | 30,000 | 30,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| АСКОРБИНОВАЯ КИСЛОТА | 0,080 | 0,080 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 150,000 | 150,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| | | | 46,80 | 55,74 | 103,69 | 1 102,65 |
| Полдник | | | | | | |
| МОЛОКО | | 200 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ 0,2 | 200,000 | 200,000 | 5,80 | 6,40 | 9,40 | 120,00 |
| ВАФЛИ ДИАБЕТИЧЕСКИЕ | | 30 | 0,81 | 0,96 | 22,49 | 103,01 |
| ВАФЛИ ДИАБЕТИЧЕСКИЕ | 30,000 | 30,000 | 0,81 | 0,96 | 22,49 | 103,01 |
| ГРУША ЗАПЕЧЕНАЯ | | 150 | 0,79 | 0,59 | 20,39 | 93,06 |
| ГРУША | 198,000 | 198,000 | 0,79 | 0,59 | 20,39 | 93,06 |
| | | | 7,40 | 7,95 | 52,28 | 316,07 |
| Ужин | | | | | | |
| ОВОЩИ РЕЗАННЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | | 100 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ОВОЩИ РЕЗАННЫЕ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 105,000 | 100,800 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ТУШЕНКОЙ | | 200/75 | 19,73 | 18,86 | 48,08 | 440,34 |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ (фигурное) | 70,000 | 70,000 | 7,47 | 0,88 | 47,87 | 229,50 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ | 7,000 | 7,000 | 0,04 | 5,61 | 0,06 | 50,79 |
| КОНСЕРВЫ ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ | 75,000 | 75,000 | 12,22 | 12,37 | 0,15 | 160,05 |
| ЧАЙ БЕЗ САХАРА | | 200 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ КРУПНОЛИСТОВОЙ | 1,000 | 1,000 | 0,19 | 0,00 | 0,41 | 2,41 |
| ВОДА ПИТЬЕВАЯ | 200,000 | 200,000 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | | 100 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 100,000 | 100,000 | 6,42 | 0,85 | 41,12 | 194,00 |
| ЯБЛОКО | | 150 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 |
| ЯБЛОКИ | 150,000 | 150,000 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 70,50 |
| | | | 26,94 | 20,31 | 104,31 | 707,25 |

ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:

107,13

112,32

393,16

2 973,29