**Приложение № 1**

**к контракту №\_\_\_\_\_ от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г.**

|  |
| --- |
|  **ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ**  |
|  **ПОНЕДЕЛЬНИК 1 НЕДЕЛЯ**   |
| № п/п | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергети-ческая ценность, ккал** | **№ рецептуры** | **Витамины** | **Минеральные вещества**     |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **Mg, мг** | **Са, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
| **Завтрак** |
| 1 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/200/10 | 5,7 | 6,8 | 41,7 | 252,6 | № 174 2015г. | 0,0 | 1,3 | 0,0 | 35,2 | 61,8 | 108,3 | 0,5 |
| 2 | СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) | 1/200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 |   | 0,0 | 4,0 | 0,0 | 8,0 | 14,0 | 14,0 | 2,8 |
| 3 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 4 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 5 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 1/10 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66,0 | № 14 2015г. | 0,0 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 2,4 | 3,0 | 0,0 |
| 6 | СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями) | 1/15 | 3,5 | 4,4 | 0,0 | 54,0 | № 15 2015г. | 0,0 | 0,2 | 78,0 | 10,5 | 264,0 | 150,0 | 0,3 |
| 7 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **685** | **19,1** | **21,4** | **121,5** | **771,4** |  | **0,2** | **20,5** | **118,0** | **86,8** | **388,4** | **376,8** | **8,5** |
| **Обед** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 2,1 | 12,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 6,3 | 0,0 | 9,0 | 6,0 | 15,6 | 0,6 |
| 2 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 1/250 | 5,6 | 5,4 | 17,5 | 140,7 | № 102 2015г. | 0,2 | 9,6 | 0,3 | 35,6 | 48,8 | 83,7 | 2,1 |
| 3 | БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/90/9 | 16,5 | 24,2 | 14,3 | 314,9 | № 268 2015г. | 0,1 | 0,3 | 0,4 | 55,8 | 43,1 | 188,8 | 2,8 |
| 4 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 6,9 | 7,3 | 25,2 | 217,8 | № 309 2015г. | 0,1 | 0,0 | 0,3 | 10,2 | 15,3 | 47,3 | 10,2 |
| 5 | Компот из смеси сухофруктов  | 1/200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | № 349 2015г. | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 9,4 | 0,0 | 0,0 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 7 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 8 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **1039** | **37,8** | **39,1** | **123,9** | **1 008,7** |  | **0,5** | **16,2** | **1,0** | **145,6** | **145,6** | **419,4** | **17,7** |
|   | **Всего за день:** | **1724** | **56,8** | **60,4** | **245,4** | **1 780,1** |  | **0,8** | **36,7** | **119,0** | **232,4** | **534,0** | **796,2** | **26,2** |
|  **ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ** |
| № п/п | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергети-ческая ценность, ккал** | **№ рецептуры** | **Витамины** | **Минеральные вещества**    |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **Mg, мг** | **Са, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
|  **Завтрак**  |
| 1 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/135/13 | 13,8 | 24,5 | 2,6 | 285,8 | № 210 2015г. | 0,1 | 0,0 | 0,2 | 15,9 | 101,7 | 222,7 | 2,6 |
| 2 | ИКРА КАБАЧКОВАЯ консервированная | 1/80 | 1,3 | 1,0 | 6,4 | 36,1 |   | 0,0 | 3,5 | 0,0 | 11,4 | 15,8 | 18,7 | 0,6 |
| 3 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 1/180 | 3,1 | 2,4 | 17,2 | 103,5 | № 379 2015г. | 0,0 | 1,3 | 0,0 | 18,7 | 62,1 | 53,5 | 0,3 |
| 4 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 5 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 6 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 1/10 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66,0 | № 14 2015г. | 0,0 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 2,4 | 3,0 | 0,0 |
| 7 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **668** | **27,0** | **37,9** | **86,4** | **806,8** |  | **0,3** | **19,8** | **40,2** | **79,1** | **228,2** | **399,4** | **8,4** |
| **Обед** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 1,0 | 6,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 2,1 | 0,0 | 8,4 | 8,4 | 14,4 | 0,4 |
| 2 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 1/250/10 | 1,8 | 5,0 | 12,3 | 102,0 | № 82 2015г. | 0,0 | 22,2 | 0,2 | 27,4 | 54,5 | 51,8 | 1,3 |
| 3 | РЫБА МИНТАЙ ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "Крестьянским" 72,5% | 1/90/9 | 15,3 | 8,2 | 0,9 | 131,4 | № 227 2015г. | 0,1 | 0,5 | 0,0 | 41,2 | 15,5 | 176,1 | 0,9 |
| 4 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 3,6 | 7,1 | 25,2 | 189,0 | № 310 2015г. | 0,2 | 25,9 | 0,0 | 36,6 | 24,6 | 100,4 | 1,5 |
| 5 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 1/200 | 0,7 | 0,3 | 20,8 | 88,2 | № 388 2015г. | 0,0 | 100,0 | 0,0 | 3,4 | 21,3 | 3,4 | 0,6 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 7 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 8 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **1049** | **30,2** | **22,7** | **105,6** | **762,5** |  | **0,5** | **150,7** | **0,2** | **150,0** | **147,3** | **430,1** | **6,7** |
|   | **Всего за день:** | **1717** | **57,2** | **60,6** | **192,0** | **1 569,3** |  | **0,8** | **170,5** | **40,4** | **229,1** | **375,5** | **829,5** | **15,1** |
|  **СРЕДА 1 НЕДЕЛЯ**  |
| № п/п | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергети-ческая ценность, ккал** | **№ рецептуры** | **Витамины** | **Минеральные вещества**     |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **Mg, мг** | **Са, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
| **Завтрак** |
| 1 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/197/8/32 | 4,6 | 7,7 | 23,2 | 165,4 | № 204 2015г. | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 7,9 | 11,4 | 38,1 | 0,9 |
| 2 | КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СВЕЖИХ (СВЕЖЕМОРОЖЕНЫХ) | 1/200 | 0,1 | 0,0 | 26,9 | 110,2 | № 350 2015г. | 0,0 | 3,0 | 0,0 | 5,0 | 15,2 | 9,1 | 0,1 |
| 3 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 4 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 5 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 1/10 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66,0 | № 14 2015г. | 0,0 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 2,4 | 3,0 | 0,0 |
| 6 | БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке | 1/125 | 4,4 | 3,0 | 6,5 | 96,2 |   | 0,1 | 12,5 |   | 50,0 | 15,0 | 35,0 | 0,8 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **665** | **17,4** | **20,1** | **102,1** | **683,7** |  | **0,4** | **15,5** | **40,0** | **95,9** | **67,0** | **169,2** | **3,8** |
|  **Обед**  |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 2,1 | 12,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 6,3 | 0,0 | 9,0 | 6,0 | 15,6 | 0,6 |
| 2 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ рисовой | 1/250 | 1,7 | 2,7 | 13,3 | 85,2 | № 101 2015г. | 0,1 | 16,5 | 0,2 | 24,3 | 23,6 | 55,1 | 1,0 |
| 3 | КОТЛЕТЫ ИЗ МЯСА ГОВЯДИНЫ с соусом сметанным с томатом | 1/90/50 | 16,5 | 24,2 | 14,3 | 309,5 | № 268, 331 2015г. | 0,1 | 0,3 | 0,4 | 55,8 | 43,1 | 169,2 | 2,8 |
| 4 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 10,6 | 11,5 | 47,8 | 336,0 | № 302 2015г. | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 168,6 | 31,6 | 252,4 | 5,7 |
| 5 | Компот из смеси сухофруктов  | 1/200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | № 349 2015г. | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 9,4 | 0,0 | 0,0 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 7 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 8 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **1080** | **37,6** | **40,5** | **142,3** | **1 066,0** |  | **0,6** | **23,1** | **0,6** | **292,7** | **136,7** | **576,3** | **12,1** |
|   | **Всего за день:** | **1745** | **55,0** | **60,6** | **244,4** | **1 749,7** |  | **0,9** | **38,6** | **0,4** | **388,6** | **203,7** | **745,5** | **15,9** |
|  **ЧЕТВЕРГ 1 НЕДЕЛЯ**  |
| № п/п | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергети-ческая ценность, ккал** | **№ рецептуры** | **Витамины** | **Минеральные вещества**     |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **Mg, мг** | **Са, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
| **Завтрак** |
| 1 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ и с молоком сгущенным | 1/200/80 | 29,2 | 27,6 | 91,6 | 732,0 | № 224 2015г. | 0,2 | 2,2 | 0,1 | 75,5 | 480,2 | 492,2 | 2,0 |
| 2 | КАКАО С МОЛОКОМ | 1/200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | № 382 2015г. | 0,0 | 1,0 | 0,0 | 14,0 | 121,0 | 90,0 | 1,0 |
| 3 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 4 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 5 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 1/10 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66,0 | № 14 2015г. | 0,0 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 2,4 | 3,0 | 0,0 |
| 6 | СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями) | 1/15 | 3,5 | 4,4 | 0,0 | 54,0 | № 15 2015г. | 0,0 | 0,2 | 78,0 | 10,5 | 264,0 | 150,0 | 0,3 |
| 7 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **755** | **44,5** | **44,5** | **176,6** | **1 301,4** |  | **0,4** | **18,5** | **118,1** | **133,1** | **913,8** | **836,7** | **8,2** |
| **Обед** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 1,0 | 6,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 2,1 | 0,0 | 8,4 | 8,4 | 14,4 | 0,4 |
| 2 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ с картофелем | 1/250 | 2,0 | 6,1 | 7,0 | 83,2 | № 88 2015г. | 0,0 | 34,1 | 0,2 | 20,1 | 52,4 | 37,1 | 0,9 |
| 3 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 1/90/270 | 25,4 | 14,8 | 54,7 | 454,0 | № 291 2015г. | 0,2 | 9,0 | 0,0 | 80,9 | 69,6 | 258,2 | 2,8 |
| 4 | Компот из смеси сухофруктов  | 1/180 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | № 349 2015г. | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 9,4 | 0,0 | 0,0 |
| 5 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 6 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 8 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **1010** | **36,2** | **23,1** | **127,5** | **866,5** |  | **0,4** | **45,2** | **0,2** | **144,4** | **162,8** | **393,7** | **6,1** |
|   | **Всего за день:** | **1765** | **80,6** | **67,5** | **304,1** | **2 167,9** |  | **0,8** | **63,7** | **118,3** | **277,5** | **1 076,6** | **1 230,4** | **14,3** |
| **ПЯТНИЦА 1 НЕДЕЛЯ** |
| № п/п | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергети-ческая ценность, ккал** | **№ рецептуры** | **Витамины** | **Минеральные вещества**     |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **Mg, мг** | **Са, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
| **Завтрак** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 1,0 | 6,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 2,1 | 0,0 | 8,4 | 8,4 | 14,4 | 0,4 |
| 2 | РАГУ из птицы  | 1/90/270 | 20,60  | 16,5 | 23,1 | 320,6 | № 289 2011г. | 0,20  | 6,50  | 29,00  | 67,10  | 63,00  | 190,20  | 3,20  |
| 3 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ\* | 1/200/15/7 | 0,4 | 0,0 | 11,7 | 49,5 | № 377 2015г. | 0,0 | 3,3 | 0,0 | 11,7 | 27,2 | 15,5 | 1,5 |
| 4 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 5 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 6 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 1/10 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66,0 | № 14 2015г. | 0,0 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 2,4 | 3,0 | 0,0 |
| 7 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **812** | **30,4** | **26,5** | **96,0** | **757,5** |  | **0,4** | **26,9** | **69,0** | **120,3** | **147,2** | **324,6** | **10,0** |
| **Обед** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 2,1 | 12,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 6,3 | 0,0 | 9,0 | 6,0 | 15,6 | 0,6 |
| 2 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и картофелем | 1/250 | 4,0 | 2,9 | 20,1 | 119,1 | № 112 2015г. | 0,1 | 7,1 | 0,2 | 22,0 | 24,1 | 56,8 | 0,9 |
| 3 | ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/90/5 | 11,6 | 13,5 | 13,8 | 202,6 | № 274 2015г. | 0,1 | 0,2 | 31,2 | 18,2 | 32,1 | 116,6 | 8,4 |
| 4 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 3,9 | 11,5 | 22,7 | 191,4 | № 312 2015г. | 0,1 | 17,6 | 0,0 | 29,8 | 48,2 | 87,9 | 1,3 |
| 5 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 1/200 | 0,7 | 0,3 | 20,8 | 88,2 | № 388 2015г. | 0,0 | 100,0 | 0,0 | 3,4 | 21,3 | 3,4 | 0,6 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 7 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 8 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **1035** | **29,0** | **30,3** | **124,9** | **859,2** |  | **0,5** | **131,2** | **31,4** | **115,4** | **154,7** | **364,3** | **13,8** |
|   | **Всего за день:** | **1847** | **59,4** | **56,8** | **220,9** | **1 616,7** |  | **0,9** | **158,1** | **100,4** | **235,7** | **301,9** | **688,9** | **23,8** |
| **ПОНЕДЕЛЬНИК 2 НЕДЕЛЯ** |
| № п/п | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергети-ческая ценность, ккал** | **№ рецептуры** | **Витамины** | **Минеральные вещества**     |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **Mg, мг** | **Са, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
| **Завтрак** |
| 1 | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ОВСЯНОЙ КРУПЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/200/10 | 6,8 | 10,1 | 25,6 | 212,4 | № 173 2015г. | 0,1 | 1,7 | 0,0 | 53,8 | 160,2 | 191,2 | 2,9 |
| 2 | СОК ФРУКТОВЫЙ (яблочный, яблочно-виноградный, мультифрукт) | 1/200 | 1,0 | 0,2 | 19,6 | 83,4 |   | 0,0 | 4,0 | 0,0 | 8,0 | 14,0 | 14,0 | 2,8 |
| 3 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 4 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 5 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 1/10 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66,0 | № 14 2015г. | 0,0 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 2,4 | 3,0 | 0,0 |
| 6 | СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями) | 1/15 | 3,5 | 4,4 | 0,0 | 54,0 | № 15 2015г. | 0,0 | 0,2 | 78,0 | 10,5 | 264,0 | 150,0 | 0,3 |
| 7 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **685** | **20,2** | **24,7** | **105,4** | **731,2** |  | **0,3** | **20,9** | **118,0** | **105,4** | **486,8** | **459,7** | **10,9** |
| **Обед** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 1,0 | 6,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 2,1 | 0,0 | 8,4 | 8,4 | 14,4 | 0,4 |
| 2 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ со сметаной | 1/250/10 | 3,0 | 4,2 | 10,2 | 91,0 | № 99 2015г. | 0,1 | 11,0 | 0,2 | 22,0 | 30,0 | 53,0 | 0,8 |
| 3 | ТЕФТЕЛИ из мяса говядины с соусом сметанным с томатом | 1/90/70 | 12,8 | 14,3 | 16,8 | 268,0 | № 278, 331 2015г. | 0,0 | 1,2 | 0,0 | 30,0 | 45,7 | 128,5 | 1,4 |
| 4 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 10,6 | 11,5 | 47,8 | 336,0 | № 302 2015г. | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 168,6 | 31,6 | 252,4 | 5,7 |
| 5 | КОМПОТ из смеси сухофруктов  | 1/200 | 0,2 | 0,2 | 27,1 | 111,1 | № 342 2015г. | 0,0 | 4,0 | 0,0 | 4,9 | 14,5 | 4,4 | 0,9 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 7 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 8 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **1110** | **35,4** | **32,3** | **148,3** | **1 058,0** |  | **0,5** | **18,3** | **0,2** | **266,9** | **153,2** | **536,7** | **11,2** |
|   | **Всего за день:** | **1795** | **55,5** | **57,0** | **253,7** | **1 789,2** |  | **0,8** | **39,2** | **118,2** | **372,3** | **640,0** | **996,4** | **22,1** |
| **ВТОРНИК 2 НЕДЕЛЯ** |
| № п/п | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергети-ческая ценность, ккал** | **№ рецептуры** | **Витамины** | **Минеральные вещества**     |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **Mg, мг** | **Са, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
| **Завтрак** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 1,0 | 6,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 2,1 | 0,0 | 8,4 | 8,4 | 14,4 | 0,4 |
| 2 | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ рубленные (из минтая) с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/90/7 | 12,1 | 16,2 | 13,4 | 201,6 | № 237 2015г. | 0,1 | 0,0 | 0,1 | 25,4 | 38,7 | 140,4 | 1,5 |
| 3 | РАГУ из овощей | 1/180 | 2,5 | 15,7 | 0,5 | 202,0 | № 143 2015г. | 0,0 | 15,8 | 65,7 | 23,2 | 53,0 | 64,2 | 0,8 |
| 4 | КОМПОТ из смеси сухофруктов  | 1/180 | 0,2 | 0,2 | 27,1 | 111,1 | № 349 2015г. | 0,0 | 4,0 | 0,0 | 4,9 | 14,5 | 4,4 | 0,9 |
| 5 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 6 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 7 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **767** | **24,2** | **34,9** | **102,1** | **836,1** |  | **0,3** | **36,9** | **65,8** | **95,0** | **160,8** | **324,9** | **8,5** |
| **Обед** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 2,1 | 12,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 6,3 | 0,0 | 9,0 | 6,0 | 15,6 | 0,6 |
| 2 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ  | 1/250 | 2,3 | 5,3 | 16,4 | 122,4 | № 96 2015г. | 0,1 | 16,8 | 0,2 | 27,8 | 28,0 | 71,8 | 1,2 |
| 3 | ТЕФТЕЛИ рыбные из минтая с соусом сметанным с томатом | 1/90/50 | 13,2 | 12,9 | 18,8 | 244,0 | № 239/331 2015г. | 0,1 | 2,3 | 29,0 | 32,6 | 102,1 | 195,8 | 1,0 |
| 4 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 3,9 | 11,5 | 22,7 | 191,4 | № 312 2015г. | 0,1 | 17,6 | 0,0 | 29,8 | 48,2 | 87,9 | 1,3 |
| 5 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 1/200 | 0,7 | 0,3 | 20,8 | 88,2 | № 388 2015г. | 0,0 | 100,0 | 0,0 | 3,4 | 21,3 | 3,4 | 0,6 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 7 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 8 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **1080** | **28,9** | **32,1** | **126,2** | **903,9** |  | **0,5** | **143,0** | **29,2** | **135,6** | **228,6** | **458,5** | **6,7** |
|   | **Всего за день:** | **1847** | **53,0** | **67,0** | **228,3** | **1 740,0** |  | **0,8** | **179,9** | **95,0** | **230,6** | **389,4** | **783,4** | **15,2** |
| **СРЕДА 2 НЕДЕЛЯ** |
| № п/п | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергети-ческая ценность, ккал** | **№ рецептуры** | **Витамины** | **Минеральные вещества**     |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **Mg, мг** | **Са, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
| **Завтрак** |
| 1 | Пудинг из творога (запечённый) со сгущенным молоком | 1/200/80 | 27,3 | 25,4 | 69,3 | 416,3 | № 222 2015г. | 0,1 | 0,9 | 122,3 | 56,8 | 301,1 | 552,6 | 1,8 |
| 2 | КАКАО С МОЛОКОМ | 1/200 | 2,9 | 2,5 | 24,8 | 134,0 | № 382 2015г. | 0,0 | 1,0 | 0,0 | 14,0 | 121,0 | 90,0 | 1,0 |
| 3 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 4 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 5 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 1/10 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66,0 | № 14 2015г. | 0,0 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 2,4 | 3,0 | 0,0 |
| 6 | БИОЙОГУРТ фруктовый (яблочный, персиковый, абрикосовый, банановый) в индивидуальной упаковке | 1/125 | 4,4 | 3,0 | 6,5 | 96,2 |   | 0,1 | 12,5 |   | 50,0 | 15,0 | 35,0 | 0,8 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **715** | **42,9** | **40,3** | **146,1** | **958,4** |  | **0,4** | **14,4** | **162,3** | **153,8** | **462,5** | **764,6** | **5,6** |
| **Обед** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 1,0 | 6,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 2,1 | 0,0 | 8,4 | 8,4 | 14,4 | 0,4 |
| 2 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 1/250 | 5,6 | 5,4 | 17,5 | 140,7 | № 102 2015г. | 0,2 | 9,6 | 0,3 | 35,6 | 48,8 | 83,7 | 2,1 |
| 3 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/90/9 | 14,1 | 18,4 | 15,7 | 217,5 | № 295 2015г. | 0,1 | 1,4 | 0,2 | 28,4 | 9,5 | 145,9 | 2,0 |
| 4 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 6,9 | 7,3 | 25,2 | 217,8 | № 309 2015г. | 0,1 | 0,0 | 0,3 | 10,2 | 15,3 | 47,3 | 10,2 |
| 5 | КОМПОТ из смеси сухофруктов  | 1/200 | 0,2 | 0,2 | 27,1 | 111,1 | № 342 2015г. | 0,0 | 4,0 | 0,0 | 4,9 | 14,5 | 4,4 | 0,9 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 7 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 8 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **1039** | **35,5** | **33,5** | **131,9** | **939,0** |  | **0,6** | **17,1** | **0,8** | **120,5** | **119,5** | **379,7** | **17,6** |
|   | **Всего за день:** | **1754** | **78,4** | **73,7** | **278,0** | **1 897,4** |  | **1,0** | **31,5** | **163,1** | **274,3** | **582,0** | **1 144,3** | **23,2** |
| **ЧЕТВЕРГ 2 НЕДЕЛЯ** |
| № п/п | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергети-ческая ценность, ккал** | **№ рецептуры** | **Витамины** | **Минеральные вещества**     |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **Mg, мг** | **Са, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
| **Завтрак** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 1,0 | 6,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 2,1 | 0,0 | 8,4 | 8,4 | 14,4 | 0,4 |
| 2 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕР-ЦЫПЛЯТ с соусом сметанным с томатом | 1/90/50 | 14,1 | 18,4 | 15,7 | 241,7 | № 295, 331 2015г. | 0,1 | 1,4 | 0,2 | 28,4 | 9,5 | 145,9 | 2,0 |
| 3 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 10,6 | 11,5 | 47,8 | 336,0 | № 302 2015г. | 0,2 | 0,0 | 0,0 | 168,6 | 31,6 | 252,4 | 5,7 |
| 4 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ\* | 1/200/15/7 | 0,4 | 0,0 | 11,7 | 49,5 | № 377 2015г. | 0,0 | 3,3 | 0,0 | 11,7 | 27,2 | 15,5 | 1,5 |
| 5 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 6 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 7 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 1/10 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66,0 | № 14 2015г. | 0,0 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 2,4 | 3,0 | 0,0 |
| 8 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **862** | **34,6** | **39,8** | **136,4** | **1 014,6** |  | **0,5** | **21,8** | **40,2** | **250,2** | **125,3** | **532,7** | **14,5** |
| **Обед** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (помидоры) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 2,1 | 12,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 6,3 | 0,0 | 9,0 | 6,0 | 15,6 | 0,6 |
| 2 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ | 1/250/10 | 1,8 | 5,0 | 12,3 | 102,0 | № 82 2015г. | 0,0 | 22,2 | 0,2 | 27,4 | 54,5 | 51,8 | 1,3 |
| 3 | ЗРАЗЫ рубленые из мяса говядины с соусом сметанным с томатом | 1/90/70 | 11,6 | 13,5 | 13,8 | 224,0 | № 274, 331 2015г. | 0,1 | 0,2 | 31,2 | 18,2 | 32,1 | 116,6 | 8,4 |
| 4 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 3,6 | 7,1 | 25,2 | 189,0 | № 310 2015г. | 0,2 | 25,9 | 0,0 | 36,6 | 24,6 | 100,4 | 1,5 |
| 4 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 1/200 | 0,7 | 0,3 | 20,8 | 88,2 | № 388 2015г. | 0,0 | 100,0 | 0,0 | 3,4 | 21,3 | 3,4 | 0,6 |
| 5 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 6 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 7 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **1110** | **26,5** | **28,0** | **119,6** | **861,1** |  | **0,5** | **154,6** | **31,4** | **127,6** | **161,5** | **371,8** | **14,4** |
|   | **Всего за день:** | **1972** | **61,1** | **67,8** | **256,0** | **1 875,7** |  | **1,0** | **176,4** | **71,6** | **377,8** | **286,8** | **904,5** | **28,9** |
| **ПЯТНИЦА 2 НЕДЕЛЯ** |
| № п/п | **Наименование блюда** | **Вес блюда** | **Пищевые вещества** | **Энергети-ческая ценность, ккал** | **№ рецептуры** | **Витамины** | **Минеральные вещества**     |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** | **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **Mg, мг** | **Са, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** | **15** |
| **Завтрак** |
| 1 | ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ и маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% и повидлом яблочным | 1/200/7/80 | 17,7 | 17,3 | 40,3 | 388,6 | № 208 2015г. | 0,1 | 0,3 | 94,0 | 26,5 | 136,7 | 211,2 | 1,2 |
| 2 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК с молоком  | 1/200 | 2,9 | 1,9 | 20,9 | 113,4 | № 379 2015г. | 0,0 | 0,2 | 1,0 | 1,3 | 128,7 | 86,5 | 0,0 |
| 3 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 4,0 | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 4 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 5 | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ "Крестьянское" 72,5% (порциями) | 1/10 | 0,1 | 7,2 | 0,1 | 66,0 | № 14 2015г. | 0,0 | 0,0 | 40,0 | 0,0 | 2,4 | 3,0 | 0,0 |
| 6 | СЫР "РОССИЙСКИЙ" (порциями) | 1/15 | 3,5 | 4,4 | 0,0 | 54,0 | № 15 2015г. | 0,0 | 0,2 | 78,0 | 10,5 | 264,0 | 150,0 | 0,3 |
| 7 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **762** | **33,0** | **33,6** | **121,5** | **937,4** |  | **0,3** | **15,8** | **213,0** | **71,4** | **578,0** | **552,2** | **6,4** |
| **Обед** |
| 1 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ соленые (огурцы) | 1/60 | 0,6 | 0,0 | 1,0 | 6,0 | № 70 2015г. | 0,0 | 2,1 | 0,0 | 8,4 | 8,4 | 14,4 | 0,4 |
| 2 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЁЦКАМИ | 1/250 | 5,6 | 4,8 | 10,2 | 115,0 | № 108 2015г. | 0,1 | 0,8 | 5,9 | 16,8 | 23,7 | 56,6 | 0,6 |
| 3 | БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/90/9 | 16,5 | 24,2 | 14,3 | 343,9 | № 268 2015г. | 0,1 | 0,3 | 0,4 | 55,8 | 43,1 | 188,8 | 2,8 |
| 4 | КАША ПШЕНИЧНАЯ рассыпчатая с маслом сливочным "Крестьянским" 72,5% | 1/180 | 11,46 | 8,12 | 51,52 | 325,00 | № 302 сб.2015г. | 0,2 | 0 | 0 | 181,1 | 19,7 | 271,9 | 6 |
| 5 | Компот из смеси сухофруктов  | 1/200 | 0,0 | 0,0 | 19,4 | 77,4 | № 349 2015г. | 0,0 | 0,0 | 0,0 | 2,0 | 9,4 | 0,0 | 0,0 |
| 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 1/50 | 3,95  | 0,5 | 24,2 | 116,9 |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 7 | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 1/50 | 4,3 | 1,65  | 21,25  | 129,00  |   | 0,1 | 0,0 | 0,0 | 16,5 | 11,5 | 42,0 | 1,0 |
| 8 | ФРУКТЫ сезонные калиброванные (яблоко или апельсин по 1 шт., мандарины по 2 шт.) | 1/150 | 0,6 | 0,6 | 14,7 | 69,5 |   | 0,0 | 15,0 | 0,0 | 0,1 | 23,2 | 17,5 | 2,9 |
|   | **Итого за прием пищи:** | **1039** | **42,3** | **39,3** | **141,8** | **1 113,2** |  | **0,5** | **3,2** | **6,3** | **297,0** | **127,3** | **615,7** | **11,8** |
|   | **Всего за день:** | **1801** | **75,3** | **72,8** | **263,2** | **2 050,6** |  | **0,8** | **19,0** | **219,3** | **368,4** | **705,3** | **1 167,9** | **18,2** |

|  |
| --- |
| **ИТОГО ПО МЕНЮ** |
| **Итого** | **Пищевые вещества** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **Белки, г** | **Жиры, г** | **Углеводы, г** |
| **Итого за весь период** | **632,4** | **644,1** | **2 485,9** | **18 236,6** |
| **Среднее значение за период** | **63,2** | **64,4** | **248,6** | **1 823,7** |
|  |
| **Итого** | **Витамины** | **Минеральные вещества** |
| **В1, мг** | **С, мг** | **А, мг** | **Mg, мг** | **Са, мг** | **Р, мг** | **Fе, мг** |
| **Итого за весь период** | **8,6**  | **913,6**  | **1 046,0**  | **2 986,8**  | **5 095,4**  | **9 287,1**  | **202,9**  |
| **Среднее значение за период** | **0,86** | **91,36** | **104,60** | **298,68** | **509,54** | **928,71** | **20,29** |
|  |
| \*можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице  |