

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Цен а	Масса порци и	Пищевые вещества (г)			Энергетичес ка я ценность (ккал)	Минералы				Витамины		
				Белк и	Жиры	углевод ы		Са	Mg	P	Fe	B1	C	A
	2		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1 неделя 1 день														
54-27к	Каша жидкая молочная манная	27	200	5,3	5,7	25,3	174,3	143	17	103	0,35	0,06	0,55	27,5
251	Кофе на молоке	10	200	1,4	2	22,4	116	34	7	45	0	0,02	0	0,08
2	Хлеб ржаной	1,5	30	1,98	0,36	10,05	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0	0,3
1	Хлеб пшеничный	1,5	30	2,3	0,9	15,8	78,48	6,67	10	257,6	0,16	0,05	0	0
769	Кондитерское изделие	8,5	100	7,5	13,2	54,9	374	46,8	13	0	1,3	0	0	0
	ИТОГО:	48,5	560	18,48	22,16	128,45	794,98	240,97	61,1	453	2,98	0,18	0,55	27,88
1 неделя 2 день														
110	Борщ с капустой и картофелем на костном бульоне	40	200	7,44	5,82	9,54	124,84	43,07	31,0 7	103,5	1,19	0,07	9,11	0,11
294	Чай с лимоном	5,5	200	0,13	0,02	10,25	41,68	14,05	2,4	4,4	0,38	0	2,83	0
2	Хлеб ржаной	1,5	30	1,98	0,36	10,05	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0	0,03
368/37 1	Фрукты	20	200	0,8	0,8	19,6	88	20	0	151,6	4,4	0,06	20	0
1	Хлеб пшеничный	1,5	30	2,3	0,9	15,8	78,48	6,67	10	25,76	0,6	0,05	0	0
	ИТОГО	68,5	660	12,65	7,9	65,24	385,2	94,29	57,5 7	332,66	7,74	0,23	31,94	0,14
1 неделя 3 день														
13	Салат из свежих огурцов	12	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13,11	7,98	24,01	0,34	0,02	5,7	0
590	Жаркое по домашнему	60,5 3	150	18,53	11,4	27,97	307,8	45,12	0	0	4,03	0,19	4,14	0
943	Чай с сахаром	2,6	200	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0	0	0
1	Хлеб пшеничный	1,5	30	2,3	0,9	15,8	78,48	6,67	10	25,76	0,6	0,05	0	0
2	Хлеб ржаной	1,5	30	1,98	0,36	10,05	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0	0,03

	ИТОГО:	78,1 3	470	23,47	16,31	69,25	506,86	81,4	32,0 8	97,17	6,54	0,31	9,84	0,03
1 неделя 4 день														
101	Суп с макаронными изделиями и картофелем с курицей	29,4	200/20	4,4	3,2	19	126	30	21	150	1,2	0,1	5	0,2
2	Хлеб ржаной	1,5	30	1,98	0,36	10,05	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0	0,03
1	Хлеб пшеничный	1,5	30	2,3	0,9	15,8	78,48	6,67	10	25,76	0,6	0,05	0	0
368/37 1	Фрукты	20	200	0,8	0,8	19,6	88	20	0	151,6	4,4	0,06	20	0
868	Компот из смеси сухофруктов	8,4	200	0,04	0	24,76	94,2	6,4	0	3,6	0,18	0,01	1,08	0
	ИТОГО:	60,8	560	9,52	5,26	89,21	438,88	73,57	45,1	378,36	7,55	0,27	26,08	0,23
1 неделя 5 день														
13	Помидоры свежие	17,3	60	1,1	0,2	3,8	24	14	20	26	0,9	0,06	25	0
263	Плов из отварной говядины	45	200	15,3	14,7	38,6	348,3	20	44	193	2,2	0,07	0,72	262
590	Кисель из концентрата плодового и ягодного	7,2	200	0,3	0	7,2	30,3	0	0	0	0	0	0	0
2	Хлеб ржаной	1,5	30	1,98	0,36	10,05	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0	0,3
1	Хлеб пшеничный	1,5	30	2,3	0,9	15,8	78,48	6,67	10	25,76	0,6	0,05	0	0
	ИТОГО:	72,5	520	20,98	16,16	75,45	533,28	51,17	88,1	292,16	4,87	0,23	25,72	262,3

688	Макаронные изделия отварные	10,5	200	7,36	6,02	35,26	224,6	6,48	28,16	49,56	1,48	0,08	0	28
301	Курица в соусе с томатом	25,08	120	17,92	14,58	5,62	225	56,1	23,9	138,2	1,77	0,06	0	43
943	Чай с сахаром.лимоном	5,5	200	0,2	0	14	28	6	0	0	0,4	0	0	0
2	Хлеб ржаной	1,5	30	1,98	0,36	10,05	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0	0,3
1	Хлеб пшеничный	1,5	30	2,3	0,9	15,8	78,48	6,67	10	25,76	0,6	0,05	0	0
	ИТОГО:	44,08	580	29,76	21,86	80,73	608,28	85,75	76,16	260,92	5,42	0,24	0	71,3
2 неделя 2 день														
132	Рассольник "Ленинградский"на кост бульоне	30	250	15,3	28,9	14,87	156,8	29,7	25,9	161,4	1,32	0,1	7,82	0,02
943	Чай с сахаром	10	200	1,4	2	22,4	116	34	7	45	0	0,02	0	0,08
1	Хлеб пшеничный	1,5	30	2,3	0,9	15,8	78,48	6,67	10	25,76	0,6	0,05	0	0
2	Хлеб ржаной	1,5	30	1,98	0,36	10,05	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0	0,3
368/371	Фрукты	20	200	0,8	0,8	19,6	88	20	0	151,6	4,4	0,06	20	0
	ИТОГО:	63	710	21,78	32,96	82,72	491,48	100,87	57	431,16	7,49	0,28	27,82	0,4
2 неделя 3 день														
286	Тефтели из говядины (ежики)	43,1	85	7,63	11,83	9,08	173,64	43,9	21,6	106,7	0,96	0,06	0,85	39
679	Каша рассыпчатая (гречневая)	15,69	150	7,46	5,61	35,84	230,45	12,98	67,5	208,5	3,95	0,18	0	0,02
399	Сок фруктовый	21,2	200	1	0,2	20,2	92	14	18	17	0,8	0,02	4	0
1	Хлеб пшеничный	1,5	30	2,3	0,9	15,8	78,48	6,67	10	25,76	0,6	0,05	0	0
2	Хлеб ржаной	1,5	30	1,98	0,36	10,05	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0	0,3

	ИТОГО:	82,9 9	495	20,37	18,9	90,97	626,77	88,05	131, 2	405,36	7,48	0,36	4,85	39,32
2 неделя 4 день														
139	Суп картофельный с бобовыми	29,4	250	11, 7	7,32	17,8	216,86	79,8	40,9 2	152,2	1,97	0,17	7,23	0,03
951	Кофе на молоке	8,4	200	0,04	0	24,76	94,2	6,4	0	3,6	0,18	0,01	1,08	0
2	Хлеб ржаной	1,5	30	1,98	0,36	10,05	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0	0,3
1	Хлеб пшеничный	1,5	30	2,3	0,9	15,8	78,48	6,67	10	25,76	0,6	0,05	0	0
368/37 1	Фрукты	20	200	0,8	0,8	19,6	88	20	0	151,6	4,4	0,06	20	0
	ИТОГО:	60,8	710	16,82	9,38	88,01	529,74	123,37	65,0 2	380,56	8,32	0,34	28,31	0,33
2 неделя 5 день														
214	Картофель отварной	16	170	3,32	4,88	26	161,22	62,4	33,1 1	0	90,06	0,17	23,73	0
374	Рыба тушеная в томат соусе	22,5	80/150	18,53	11,4	27,97	307,8	45,12	0	4,03	0,19	4,14	0	0,27
294	Чай с лимоном	5,5	200	0,13	0,02	10,25	41,68	14,05	2,4	4,4	0,38	0	2,83	0
2	Хлеб ржаной	1,5	30	1,98	0,36	10,05	52,2	10,5	14,1	47,4	1,17	0,05	0	0,03
15	Салат из свежих огурцов и помидоров	20	60	0,59	3,69	2,24	44,52	11,21	9,76	20,77	0,44	0,03	10,06	0
1	Хлеб пшеничный	1,5	30	2,3	0,9	15,8	78,48	6,67	10	25,76	0,6	0,05	0	0
	ИТОГО	67	490	26,85	21,25	92,31	685,9	149,95	69,3 7	102,36	92,84	4,44	36,62	0,3