

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ |  |  |  |  |  |
| 1-день |  |  |  |  |  |
| № рецептуры | Наименование блюд | масса,г | Пищевые вещества | Энергетическаяценность,ккал | Витамины,мг | Минеральные вещества,мг |
|  |  | Б | ж |  |  |  |  | с | Са |  |  |  |
| 208 | Суп с макаронами | 250 | 2,69 | 2,84 | 17.14 | 104,75 | 0,11 | 0,00 | 8,25 | 24,60 | 66,65 | 27,00 |  |
| 679 | Пшеничная каша | 150 | 6,60 | 4,38 | 35,27 | 213,71 | 0,11 | 0,02 | 0,00 | 1,22 | 162,0 | 0,03 | 2,4: |
| 15 | Салат | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44, 52 | 0,03 | 0,00 | 10,06 | 11,21 | 20,77 | 9,76 | 0,4, |
| 299.13 | Хлеб | 40 | 3,7 | 0,28 | 24,15 | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 |  |
| 943 | Чай сладкий | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 0,00 | 0,00 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого: |  | 13,78 | 11,19 | 92,8 | 503,48 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого 1й день |  | 13,78 | 11,19 | 92,8 | 503,48 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2-день |  |  |  |  |  |
| № рецептуры |  | Наименование блюд |  | Масса,г |  | Пищевые вещества |  | Энергети-ческаяценность,ккал | Витамины,мг |  | Минеральные вещества,мг |
|  |  |  |  |  | Б | ж |  |  |  | 81 | А | с |  |  |  |  |
| 204 |  | Суп рисовый |  | 250 |  | 6,18 | 3,30 | 14,65 |  | 113,00 | 0,11 | 0,00 | 8,33 | 24,98 | 96,93 | 29,45 | 1, |
| 694 |  | Гречка |  | 150 |  | 3,67 | 5,76 | 24,53 |  | 164,70 | 0,14 | 25,50 | 18.17 | 44,37 | 103,91 | 33,30 |  |
| 591 |  | Гуляш |  | 80 |  | 19,72 | 17,89 | 4,76 |  | 168,20 | 0,17 | 0,00 | 1,28 | 24,36 | 194,69 | 26,01 | 2, |
| 43 |  | Салат |  | 60 |  | 0,85 | 3,05 | 5,41 |  | 52,44 | 0,02 | 0,00 | 19,47 | 22,42 | 16,57 | 9,10 | о, |
| 299.13 |  | Хлеб |  | 40 |  | 3,7 | 0,28 | 24,15 |  | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 |  |
| 959 |  | Какао |  | 200 |  | 3,52 | 3,72 | 25,49 |  | 145,2 | 0,04 | 0,01 | 1,30 | 122,0 | 90,00 | 14,00 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого: |  |  |  | 17,92 | 16,11 | 94,23 |  | 587,14 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого 2й день |  |  |  | 17,92 | 16,11 | 94,23 |  | 587,14 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| З-день |  |
| № рецептуры | Наименование блюд | Масса,г | Пищевые вещества | Энергетическаяценность,ккал | Витамины,мг |  | Минеральные вещества,мг |
|  |  | Б | ж |  |  |  | А | с |  | р |  |  |
| 208 | Суп с вермишелью | 250 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 104,75 | 0,11 | 0,00 | 8,25 | 24,60 | 66,65 | 27,00 |  |
| 304 | Плов | 150 | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 | 0,08 | 60,00 | 1,26 | 56,38 | 249,13 | 59,38 | 2, |
| 299.13 | Хлеб | 40 | 3,7 | 0,28 | 24,15 | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 |  |
| 15 | Салат | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 0,03 | 0,00 | 10,06 | 11,21 | 20,77 | 9,76 | о,. |
| 868 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 0,01 | 0,00 | 1,08 | 6,40 |  | 0,00 | О, |
|  | Итого: |  | 32,4 | 28,06 | 24,76 | 827,22 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого Зй день |  | 32,4 | 28,06 | 24,76 | 827,22 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |
| --- |
| 4 день |
| № рецептуры | Наименование блюд | Масса,г | Пищевые вещества | Энергетическаяценность,ккал | Витамины,мг | Минеральные веществам |
|  |  | Б | ж |  |  |  |  | с |  | р |  |  |
| 39 | фасолевый суп | 250 |  | 0,79 | 27,5 | 135,8 | 0,25 | 0,00 | 17,8 | 63,9 | 0,00 | 0,00 |  |
|  | Макароны отварные | 150 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 104,75 | 0,11 | 0,00 | 8,25 | 24,60 | бБ,Б5 | 27,00 |  |
| 591 | Гуляш | 80 | 19,72 | 17,89 | 4,76 | 168,20 | 0,17 | 0,00 | 1,28 | 24,36 | 194,69 | 2501 | 2,3 |
| 299.13 | Хлеб | 40 | 3,7 | 0,28 | 24,15 | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 |  |
| 15 | Салат свежий | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 0,03 | 0,00 | 10,06 | 11,21 | 20,77 | 9,76 |  |
| 188.04 | Сок натуральный | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 0,00 | 0,00 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого: |  | 33,2 | 25,49 | 89,79 | 593,77 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого 4й день |  | 33,2 | 25,49 | 89,79 | 593,77 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 5-день |  |  |  |  |  |  |
| № рецептуры | Наименование блюд | Масса,г | Пищевые вещества | Энергети-ческаяценность,ккал | Витамины,мг | Минеральные вещества,мг |
|  |  |  |  |  |  |  |  | с |  |  |  |  |
| 170 | Суп овощной | 250 | 1,81 | 4,91 | 125,25 | 102,50 | 0,05 | 0,00 | 10,29 | 44,38 | 53,23 | 26,25 | 1,19 |
| 91.12 | Кукурузная каша | 150 | 6,3 | 0,79 | 27,5 | 135,8 | 0,25 | 0,00 | 17,8 | 63,9 | 0,00 | 0,00 | 2,6 |
| 15 | Салат витаминный | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 0,03 | 0,00 | 10,06 | 11,21 | 20,77 | 9,76 | 0,44 |
| 868 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 0,01 | 0,00 | 1,08 | 6,40 |  | 0,00 | 0,18 |
| 299.13 | Хлеб | 40 | 3,7 | 0,28 | 24,15 | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 | 0,40 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого: |  | 12,44 | 9,67 | 203,9 | 489,52 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого 5й день |  | 12,44 | 9,67 | 203,9 | 489,52 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6-день |  |  |  |  |  |  |  |
| № рецептуры | Наименование блюд | Масса,г | Пищевые вещества | Энергети-ческаяценность,ккал | Витамины,мг |  | Минеральные вещества,мг |
|  |  | Б | ж |  |  | В1 |  | с | са |  | Mg |  |
| 208 | Суп с макаронами | 250 | 2,69 | 2,84 | 17.14 | 104,75 | 0,11 | 0,00 | 8,25 | 24,60 | 66,65 | 27,00 | 1,0 |
| 304 | Плов | 150 | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 | 0,08 | 60,00 | 1,26 | 56,38 | 249,13 | 59,38 | 2,7 |
| 299.13 | Хлеб | 40 | 3,7 | 0,28 | 24,15 | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 |  |
| 43 | Салат | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 0,02 | 0,00 | 19,47 | 22,42 | 16,57 | 9,10 | 0,3 |
| 943 | Чай сладкий | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 0,00 | 0,00 | 0,4 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого: |  | 32,82 | 27,42 | 105,31 | 768,94 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого бй день |  | 32,82 | 27,42 | 105,31 | 768,94 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ |  |  |  |  |  |
| 7-день |  |  |  |  |  |
| № рецептуры | Наименование блюд | Масса,г | Пищевые вещества | Энергети-ческаяценность,ккал | Витамины,мг | Минеральные вещества,мг |
|  |  |  |  |  |  |  |  | с | Са |  |  |  |
| 204 | Суп рисовый | 250 | 6,18 | 3,30 | 14,65 | 113,00 | 0,11 | 0,00 | 8,33 | 24,98 | 96,93 | 29,45 | 1,24 |
| 91.12 | Кукурузная каша | 150 | 6,3 | 0,79 | 27,5 | 135,8 | 0,25 | 0,00 | 17,8 | 63,9 | 0,00 | оро |  |
| 43 | Салат витаминный | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 0,02 | 0,00 | 19,47 | 22,42 | 16,57 | 9,10 | 0,31 |
| 299.13 | Хлеб | 40 | 3,7 | 0,28 | 24,15 | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 | 0,40 |
| 188.04 | Сок натур. | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 0,00 | 0,00 | 0,40 |
|  | Итого: |  | 17,23 | 7,42 | 85,71 | 441,74 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого 7й день |  | 17,23 | 7,42 | 85,71 | 441, 74 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |



|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 8-день |  |  |  |  |  |  |  |
| № рецептуры | Наименование блюд | Масса,г | Пищевые вещества | Энергетическаяценность,ккал | Витамины,мг |  | Минеральные вещества,мг |
|  |  | Б | ж |  |  |  |  | с |  |  |  |  |
| 208 | Суп с вермишелью | 250 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 104,75 | 0,11 | 0,00 | 8,25 | 24,60 | 66,65 | 27,00 | 1,09 |
| 694 | Гречка | 150 | 3,67 | 5,76 | 24,53 | 164,70 | 0,14 | 25,50 | 18.17 | 44,37 | 103,91 | 33,30 | 1,21 |
| 591 | Гуляш | 80 | 19,72 | 17,89 | 4,76 | 168,20 | 0,17 | 0,00 | 1,28 | 24,36 | 194,69 | 26,01 | 2,32 |
| 15 | Салат | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 0,03 | 0,00 | 10,06 | 11,21 | 20,77 | 9,76 | 0,44 |
| 943 | Чай сладкий | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 0,00 | 0,00 | 0,40 |
| 299.13 | Хлеб | 40 | 3,7 | 0,28 | 24,15 | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 | 0,40 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого: |  | 30,57 | 30,46 | 86,82 | 622,67 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого Ей день |  | 30,57 | 30,46 | 86,82 | 622,67 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| 9-день |  |
| цептуры | Наименование блюд | Масса,г | Пищевые вещества | Энергети-ческаяценность,ккал | Витамины,мг |  | Минеральные веществам |
|  |  | Б | ж |  |  |  |  | с |  |  |  |  |
| 170 | Борщ | 250 | 1,81 | 4,91 | 125,25 | 102,50 | 0,05 | 0,00 | 10,29 | 44,38 | 53,23 | 26,25 | 1,: |
| 679 | Каша пшеничная | 150 | 6,60 | 4,38 | 35,27 | 213,71 | 0,11 | 0,02 | 0,00 | 1,22 | 162,0 | 0,03 | 2$ |
| 43 | Салат | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 0,02 | 0,00 | 19,47 | 22,42 | 16,57 | 9,10 |  |
| 299.13 | Хлеб | 40 | 3,7 | 0,28 | 24,15 | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 |  |
| 959 | Какао | 200 | 3,52 | 3,72 | 25,49 | 145,2 | 0,04 | 0,01 | 1,30 | 122,0 | 90,00 | 14,00 |  |
|  | Итого: |  | 16,48 | 16,34 | 215,57 | 626,35 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого 1Ой день |  | 16,48 | 16,34 | 215,57 | 626,35 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |
| 10-день |  |  |  |  |  |  |
| № ре- цептуры  | Наименование блюд |  | Масса,г |  | Пищевые вещества | Энергети-ческаяценность,ккал | Витамины,мг |  | Минеральные веществам |
|  |  |  |  | Б | ж |  |  |  |  | с |  | р |  |  |
| 208 | Суп с макаронами |  | 250 |  | 2,69 | 2,84 | 17.14 | 104,75 | 0,11 | 0,00 | 8,25 | 24,60 | 66,65 | 27,00 |  |
| 304 | Плов |  | 150 |  | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 | 0,08 | 60,00 | 1,26 | 56,38 | 249,13 | 59,38 | 2,7' |
| 299.13 | Хлеб |  | 40 |  | 3,7 | 0,28 | 24,15 | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 |  |
| 15 | Салат свежий |  | 60 |  | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 0,03 | 0,00 | 10,06 | 11,21 | 20,77 | 9,76 | 0,4, |
| 868 | Компот из сухофруктов |  | 200 |  | 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 0,01 | 0,00 | 1,08 | 6,40 |  | 0,00 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого: |  |  |  | 32,4 | 28,06 | 112,9 | 827,22 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого 9й день |  |  |  | 32,4 | 28,06 | 112,9 | 827,22 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 11-день |  |  |  |
| цептуры |  | Наименование блюд | Масса,г | Пищевые вещества | Энергети-ческаяценность,ккал | Витамины,мг | Минеральные |  |  |
|  |  |  | Б | ж |  |  |  |  | с | Са |  | Mg |  |
| 39 |  | Фасолевый суп | 250 | 6,3 | 0,79 | 27,5 | 135,8 | 0,25 | 0,00 | 17,8 | 63,9 | 0,00 | 0,00 | 2 |
| 688 |  | Макароны отварные | 150 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 104,75 | 0,11 | 0,00 | 8,25 | 24,60 | 66,65 | 27,00 |  |
| 591 |  | Гуляш | 80 | 19,72 | 17,89 | 4,76 | 168,20 | 0,17 | 0,00 | 1,28 | 24,36 | 194,69 | 26,01 | 2, |
| 15 |  | Салат | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 0,03 | 0,00 | 10,06 | 11,21 | 20,77 | 9,76 | о, |
| 299.13 |  | Хлеб | 40 | 3,7 | 0,28 | 24,15 | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 | о, |
| 943 |  | Чай сладкий | 200 | 0,20 | 0,00 | 14,00 | 28,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 6,00 | 0,00 | 0,00 | о, |
|  |  | Итого: |  | 33,2 | 25,49 | 89,79 | 629,77 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  | Итого 11й день |  | 33,2 | 25,49 | 89,79 | 629,77 |  |  |  |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 12-день |  |  |  |  |  |  |  |
| цептуры | Наименование блюд | Масса,г | Пищевые вещества | Энергетическаяценность,ккал | Витамины,мг |  | Минеральные вещества,мг |
|  |  | Б | ж |  |  |  |  | с |  | р | Mg |  |
| 208 | Суп с вермишелью | 250 | 2,69 | 2,84 | 17,14 | 104,75 | 0,11 | 0,00 | 8,25 | 24,60 | 66,65 | 27,00 |  |
| 304 | Плов | 150 | 25,38 | 21,25 | 44,61 | 471,25 | 0,08 | 60,00 | 1,26 | 56,38 | 249,13 | 59,38 | 2,7 |
| 299.13 | Хлеб | 40 | 3,7 | 0,28 | 24,15 | 112,5 | 0,05 | 0,00 | 0,00 | 8,00 | 30,5 | 6,00 |  |
| 868 | Компот из сухофруктов | 200 | 0,04 | 0,00 | 24,76 | 94,20 | 0,01 | 0,00 | 1,08 | 6,40 |  | 0,00 | од |
| 43 | Салат | 60 | 0,85 | 3,05 | 5,41 | 52,44 | 0,02 | 0,00 | 19,47 | 22,42 | 16,57 | 9,10 | 0,3 |
|  | Итого: |  | 32,66 | 27,42 | 116,07 | 835,14 |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Итого 12й день |  | 32,66 | 27,42 | 116,07 | 835,14 |  |  |  |  |  |  |  |

