



	сметана 10% жирности		0,005												
<b>№608</b>	<b>Биточки из говядины</b>	<b>75/50</b>		12.03	10.64	11.62	185.0	0.06			15.75	96.75	19.5	1.1	
	мясо говядина, 1-й катт.		0,056												
	хлеб пшеничный 1-й сорт		0,014												
	лук репчатый		0,012												
	масло растительное		0,005												
	мука в/с		0,01												
	Соус красный основной														
	мука в/с		0,005												
	томатная паста		0,012												
	лук репчатый		0,012												
	морковь свежая		0,005												
	масло растительное		0,005												
<b>№383</b>	<b>Гречка вязкая</b>	<b>1/150</b>		8.67	7.07	42.4	272.17	4.64		0.27	275.0	24.0	300.0	11.9	
	гречка		0,071												
	масло сливочное 72 %		0,0086												
	соль поваренная														
<b>№943</b>	<b>Чай с сахаром</b>	<b>1/200</b>				7.0	28.0				6.0	4.0	6.0	0.8	
	чай заварка		0,004												
	сахар		0,02												
	<b>Хлеб пшеничный 1/с</b>	<b>2/30</b>		4.56	0.48	29.52	141.6	0.18		2.6	44.0	92.0	16.0	1.1	
	<b>Яблоки свежие</b>	<b>1 шт.</b>		0.4	0.4	9.8	47.0	0.03	10.0	5.0	0.2	16.0	11.0	9.0	2.2
	<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>44,86</b>	<b>33,19</b>	<b>113,04</b>	<b>958,47</b>	<b>5,02</b>	<b>36,7</b>	<b>6,29</b>	<b>6,6</b>	<b>397,95</b>	<b>336,35</b>	<b>381,1</b>	<b>18,4</b>
	<b>ИТОГО за смену соотношение</b>			<b>64.26</b>	<b>54.77</b>	<b>208.36</b>	<b>1606.33</b>	<b>5.7</b>	<b>36.7</b>	<b>6.29</b>	<b>9.2</b>	<b>511.1</b>	<b>575.95</b>	<b>449.8</b>	<b>21.4</b>
<b>День №2-завтрак:</b>															
<b>№236</b>	<b>Каша молочная пшен. с/м</b>	<b>200/10</b>		12.1	13.6	56.98	340.0	0.5		10.0		136.2	124.0	22.2	0.4
	пшено		0,071												
	молоко цельное 3,2%		0,16												
	масло сливочное 72 %		0,0150												
	сахар		0,01												
<b>№943</b>	<b>Чай с повидлом</b>	<b>1/200</b>		0.4	0.1	21.6	83.4		1.8		9.2	148.0	7.8	1.6	
	заварка		0,004												
	сахар		0,015												
	повидло		0,02												
	<b>Хлеб пшеничный 1/с</b>	<b>1/30</b>		2.28	0.24	14.76	70.8	0.18		2.6	44	92	16	1.1	

<b>С.266</b>	<b>Сдоба с начинкой</b>	<b>1/80</b>		5.5	2.8	15.1	106.5	0.08				20	69	13	
	<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>20,28</b>	<b>16,74</b>	<b>108,44</b>	<b>600,7</b>	<b>0,76</b>	<b>1,8</b>	<b>10</b>	<b>2,6</b>	<b>209,4</b>	<b>433</b>	<b>59</b>	<b>3,1</b>
<b>День №2-обед:</b>															
<b>№70</b>	<b>Салат «Летний»</b>	<b>1/100</b>		3.6	7.5	5.4	102.5	0.08	8.5	0.2	5.8	26.5	93.0	27.1	16.0
	Картофель		0,039												
	Свежие огурцы		0,026												
	Свежие помидоры		0,012												
	Яйца		0,01												
	масло растительное		0,02												
	Лук репчатый		0,012												
<b>№226</b>	<b>Суп гороховый с мясом</b>	<b>1/250</b>		2.65	2.68	10.77	79.0	0.18	1.3	0.07		21.0	95.0	30.0	1.48
	мясо говядины 1 категории		0,0535												
	картофель свежий		0,0544												
	горох		0,02												
	лук репчатый		0,009												
	морковь свежая		0,009												
	масло растительное		0,05												
<b>№619</b>	<b>Тефтели из говядины с/с</b>	<b>60/50</b>		4.0	16.5	21.35	241.16	0.12	0.9		0.7	22.0	107.0	19.0	22.0
	мясо говядины 1 категории		0,058												
	рис крупа		0,005												
	лук репчатый		0,021												
	масло растительное		0,005												
	мука в/с		0,010												
	томатная паста		0,005												
	лук репчатый		0,012												
	морковь свежая		0,012												
	масло растительное		0,005												
	сухари панировочные		0,01												
<b>№388</b>	<b>Гарнир перловый</b>	<b>1/150</b>		4,12	2,11	31,4	163,72	0,2				19	101	14	0,6
	перловка		0,05												
	соль поваренная		0,001												
	масло сливочное 72%		0,005												
<b>№945</b>	<b>Чай с молоком</b>	<b>1/200</b>		0.6		36.6	87.4	0.05	0.6			66.0	50.0	1.2	0.8
	заварка		0,0040												
	сахар		0,02												
	молоко цельное 3,2%		0,0534												
	<b>Хлеб пшеничный 1/с</b>	<b>2/30</b>		4.56	0.48	29.52	141.6	0.18			2.6	44	92	16	1.1
	<b>Груша</b>	<b>1шт</b>		1.6	0.4	15.0	76.0	0.72	76.0	0.02	0.4	70.0	34.0	22.0	0.2
	<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>21,13</b>	<b>29,67</b>	<b>150,04</b>	<b>891,38</b>	<b>1,53</b>	<b>87,3</b>	<b>0,29</b>	<b>9,5</b>	<b>268,5</b>	<b>572</b>	<b>129,3</b>	<b>42,18</b>
	<b>ИТОГО за смену соотношение</b>			<b>42.64</b>	<b>44.87</b>	<b>258.95</b>	<b>1485.83</b>	<b>2.14</b>	<b>89.1</b>	<b>10.29</b>	<b>12.6</b>	<b>465.9</b>	<b>928.0</b>	<b>180.3</b>	<b>45.28</b>











	лук репчатый		0,011												
	томатная паста		0,0015												
	масло растительное		0,0050												
	картофель		<b>0,02</b>												
	мясо говядины 1 категории		0,051												
<b>№601</b>	<b>Плов из говядины</b>	<b>25/125</b>		12.13	12.02	25.95	263.25	0.03	0.4	500.0	2.2	4.94	61.6	21.2	0.35
	мясо говядины 1 категории		0,0535												
	рис крупа		0,08												
	масло растительное		0,015												
	лук репчатый		0,019												
	масло растительное		0,019												
	томатная паста		0,005												
<b>№945</b>	<b>Чай с молоком</b>	<b>1/200</b>		0.6		36.6	87.4	0.05	0.6			66.0	50.0	1.2	0.8
	заварка		0,0040												
	сахар		0,02												
	молоко цельное 3,2%		0,0534												
	<b>Хлеб пшеничный 1/с</b>	<b>2/30</b>		4.56	0.48	29.52	141.6				2.6	44	92	16	1.1
	<b>Йогурт термизиров.3,2%</b>	<b>1 шт.</b>		5.0	3.2	3.5	68.0	0.04	0.6	22.0		122.0	96.0	15.0	0.1
	<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>29,79</b>	<b>31,93</b>	<b>122,48</b>	<b>947,03</b>	<b>64,17</b>	<b>58,4</b>	<b>523,3</b>	<b>12,1</b>	<b>291,54</b>	<b>353,9</b>	<b>85,2</b>	<b>17,35</b>
	<b>ИТОГО за смену соотношение</b>			<b>47,97</b>	<b>54,17</b>	<b>199,74</b>	<b>1483,33</b>	<b>64,38</b>	<b>60,2</b>	<b>632,8</b>	<b>16,05</b>	<b>409,64</b>	<b>824,2</b>	<b>170</b>	<b>21,31</b>
<b>День №7-завтрак:</b>															
<b>№236</b>	<b>Каша молочная рисовая с/м</b>	<b>200/10</b>		4.82	10.12	36.2	256.36	0.3				10.0	51.0	18.0	0.4
	рис крупа		0,071												
	молоко цельное 3,2%		0,16												
	масло сливочное 72 %		0,0150												
	сахар		0,01												
<b>№943</b>	<b>Чай с конфетами</b>	<b>200/20</b>		3.7	6.5	106.53	155.9								
	чай заварка		0,004												
	сахар		0,02												
	Конфеты		0,02												
	<b>Хлеб пшеничный 1/с</b>	<b>2/30</b>		2.28	0.24	14.76	70.8				2.6	44	92	16	1.1
<b>контр</b>	<b>Сдоба с черем. начинкой</b>	<b>1/80</b>		25.92	37.16	75.68	240.8	0.033			0.51	5.7	0.63	3.9	0.36
	<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>36,72</b>	<b>54,02</b>	<b>233,17</b>	<b>723,8</b>	<b>0,33</b>			<b>3,11</b>	<b>59,7</b>	<b>143,63</b>	<b>37,9</b>	<b>1,86</b>

День №7-обед:															
№88	Салат из св., сыр, чеснок	1/100		1.0	17.01	7.8	211.6	0.02	2.7	0.09	5.8	236.3	155.3	32.9	1.7
	свекла		0,09												
	сыр		0,021												
	чеснок		0,003												
	сметана		0,013												
№204	Суп картоф. с крупой с мясом	1/200		4.74	4.52	16.48	128.2	0.08	6.6			20.72			0.82
	картофель свежий		0,186												
	пшено		0,012												
	лук репчатый		0,0120												
	мясо говядины 1 категории		0,028												
	морковь свежая		0,012												
№608	Котлета из мяса кур	50/50		18.2	10.4	13.8	222.0	0.1	4.8	0.1	4.9	250.5	190.3	24.0	1.0
	филе кур		0,061												
	хлеб пшеничный		0,01												
	яйцо диетическое		0,004												
	масло растительное		0,005												
	сухари панировочные		0,005												
	мука в/с		0,01												
	томатная паста		0,005												
	лук репчатый		0,0120												
	морковь свежая		0,0120												
№383	Гречка рассыпчатая	1/150		8.6	7.07	42.4	272.17	4.64		0.27		275.0	24.0	300.0	11.9
	гречка		0,081												
	масло сливочное 72 %		0,01												
	соль поваренная														
№868	Компот из сухофруктов	1/200		0.2	0.1	43.7	175.2	2.0	1.6			28.0			1.2
	сухофрукты		0,02												
	сахар		0,02												
	Хлеб пшеничный 1/с	2/30		4.56	0.48	29.52	141.6				2.6	44	92	16	1.1
	Мандарины	1шт.		1,6	0,4	15	76	2	76	20	0,4	70	64	22	0,2
	Итого за прием пищи:			38,9	39,98	168,7	1226,77	8,84	91,7	20,46	13,7	924,52	525,6	362	17,1
	ИТОГО за смену соотношение			75,62	94	401,87	1950,63	9,173	91,7	20,46	16,81	984,22	669,23	399,9	18,96



	томатная паста		0,008												
	масло растительное		0,005												
<b>№476</b>	<b>Рыба, припущенная с овощам</b>	<b>75/50</b>		17.8	6.0	0.63	123.78	0.39		60.0	3.2	28.5	2.17	19.5	1.2
	Горбуша		0,07951												
	сухари панировочные		0,005												
	лук репчатый		0,012												
	морковь свежая		0,012												
	томатная паста		0,005												
	мука в/с		0,010												
<b>№299</b>	<b>Картофельное пюре</b>	<b>1/150</b>		3.74	5.97	23.92	166.89	0.12	20.0	0.02			1.3	23.0	
	картофель свежий		0,2362												
	молоко цельное 3,2%		0,025												
	масло сливочное 72 %		0,01												
<b>№943</b>	<b>Чай с лимоном</b>	<b>1/200</b>		0,40	0,10	21,20	82,20	0,006	5,6	0,06	0,004	14,4	17,2	9,2	1,6
	чай заварка		0,004												
	сахар		0,02												
	лимон		0,0201												
	<b>Хлеб пшеничный 1/с</b>	<b>2/30</b>		4.56	0.48	29.52	141.6				2.6	44	92	16	1.1
	<b>Яблоки свежие</b>	<b>1 шт.</b>		0.4	0.4	9.8	47.0	0.03	10.0	5.0	0.2	16.0	11.0	9.0	2.2
	<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>31,7</b>	<b>23,75</b>	<b>114,39</b>	<b>793,22</b>	<b>65,01</b>	<b>83,5</b>	<b>65,38</b>	<b>16,48</b>	<b>152,8</b>	<b>144,03</b>	<b>106,7</b>	<b>34,76</b>
	<b>ИТОГО за смену соотношение</b>			<b>56,78</b>	<b>53,15</b>	<b>201,19</b>	<b>1469,9</b>	<b>67,12</b>	<b>84,77</b>	<b>65,76</b>	<b>26,67</b>	<b>402,7</b>	<b>505,23</b>	<b>173,35</b>	<b>38,36</b>
<b>День №9-завтрак:</b>															
<b>№236</b>	<b>Каша мол. пшенная с маслом</b>	<b>75/50</b>		6.78	5.95	39.15	241.0	0.03		73.0	0.9	14.6	72.2	26.0	0.84
	пшено		0,04												
	молоко		0,1												
	сахар		0,01												
	яблоки свежие		0,02												
	масло сливочное		0,01												
	сметана 10%		0,005												
	<b>Для СИРОПА:</b>														
	вода		0,024												
	сахар		0,048												
<b>№943</b>	<b>напиток из соков</b>	<b>1/200</b>		1.6	0.04	22.0	83.4	0.006	4.6	0.008	0.04	6.6	4.0	2.4	0.12



	масло растительное		0,005												
<b>№414</b>	<b>Рожки отварные с овощами</b>	<b>1/150</b>		5.35	0.57	31.9	157.47	0.05			0.5	7.0	24.0	6.0	0.6
	рожки		0,08												
	масло растительное		0,012												
	Лук репчатый		0,012												
	морковь		0,012												
<b>№869</b>	<b>Кисель плодовый</b>	<b>1/200</b>		0.6		36.6	87.4	0.05	0.6			66.0	50.0	1.2	0.8
	Кисель плодовый		0,02												
	сахар		0,02												
	<b>Хлеб пшеничный 1/с</b>	<b>2/30</b>		4.56	0.48	29.52	141.6				2.6	44	92	16	1.1
	<b>Груша</b>	<b>1 шт.</b>		1.6	0.4	15.0	76.0	0.72	76.0	0.02	0.4	70.0	34.0	22.0	0.2
	<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>35,41</b>	<b>32,55</b>	<b>147,27</b>	<b>1134,8</b>	<b>1,09</b>	<b>103,22</b>	<b>292,03</b>	<b>5,65</b>	<b>277,5</b>	<b>541</b>	<b>134,2</b>	<b>26,55</b>
	<b>ИТОГО за смену соотношение</b>			<b>55.47</b>	<b>48,6</b>	<b>259.1</b>	<b>1790,8</b>	<b>11.09</b>	<b>107.9</b>	<b>365.1</b>	<b>11.99</b>	<b>403.9</b>	<b>810.9</b>	<b>197.0</b>	<b>29.51</b>

**День №10-завтрак:**

<b>контр</b>	<b>Каша геркулесовая с маслом</b>	<b>150/25</b>		24,60		123,6	704	0,9			3,2	104	656	258	7,2
	геркулес		0,067												
	молоко цельное 3,2%		0,085												
	сахар		0,006												
	масло сливочное 72%		0,01												
<b>№943</b>	<b>Чай с повидлом</b>	<b>1/200</b>		0.4	0.1	21.6	83.4		1.8			9.2	148.0	7.8	1.6
	заварка		0,004												
	сахар		0,015												
	повидло		0,02												
	<b>Хлеб пшеничный 1/с</b>	<b>1/30</b>		2.28	0.24	14.76	70.8	0.18			2.6	44	92	16	1.1
<b>контр.</b>	<b>Кекс с изюмом</b>	<b>1/75</b>		4.8	13.2	40.2	288.0	0.08				20.0	9.0	13.0	
	<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>32,08</b>	<b>13,54</b>	<b>200</b>	<b>1146,2</b>	<b>1,16</b>	<b>1,8</b>		<b>5,8</b>	<b>177,2</b>	<b>905</b>	<b>294,8</b>	<b>9,9</b>

**День №10-обед:**

<b>№107</b>	<b>Салат "Яичный"</b>	<b>1/100</b>		7.1	15.5	9.9	205.1	0.08	8.5	0.2	5.8	26.5	93.0	27.1	1.6
	Яйца		0,04												
	огурцы		0,038												
	Лук репчатый		0,013												
	масло растительное		0,02												
<b>№218</b>	<b>Суп лапша из филе кур</b>	<b>1/250</b>		6.17	9.07	14.77	167.95	0.02	2.8	0.2	0.2	11.6	46.2	8.1	0.7

