

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
<b>День 1</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша гречневая молочная с маслом</u></b>	<b>180</b>
	Вода	48,6/48,6
	Гречневая крупа ядрица	18/18
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	95,4/95,4
	Масло сливочное	4,39/4,39
	Сахарный песок	4,39/4,39
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Какао с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	66,66/66,66
	Какао-порошок	1,67/1,67
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	91,67/91,67
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бананы свежие</u></b>	<b>100</b>
	Банан	143/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>453</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свеклы с растительным маслом</u></b>	<b>40</b>
	Масло растительное	2,4/2,4
	Свекла	48,64/38
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Рассольник на мясном бульоне со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Вода	9,6/9,6
	Картофель	53,4/40
	Лук репчатый	2,4/2
	Огурец соленый	13,4/12
	Крупа перловая	4/4
	Петрушка	2,7/2
	Морковь, красная	10/8
	Сметана 15,0% жирности	4/4
	Масло сливочное	2/2
	Вода	280/280
	Лук репчатый	2,8/2,38
	Соль поваренная пищевая	0,7/0,7
	Морковь, красная	2,94/2,38
	Мясо бескостное	46,9/46,9
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Голубцы ленивые с мясом</u></b>	<b>150</b>
	Капуста белокочанная	113,43/90

	Лук репчатый	15/12,18
	Рис, зерно продовольственное	7,5/21,57
	Масло сливочное	3,75/3,75
	Мясо отварное	30/30
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>
	Вода	152,25/152,2
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Сахарный песок	12/12
	Сухофрукты (ассорти)	15/37,5
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>580</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Молоко кипяченое</u></b>	<b>150</b>
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	157,5/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Печенье</u></b>	<b>20</b>
	Печенье	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Фрикадельки из говядины (паровые)</u></b>	<b>50</b>
	Вода	13/13
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	13/13
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	7,5/7,5
	Масло сливочное	1,5/1,5
	Мясо бескостное	41/38
<b>УЖИН</b>	<b><u>Пюре картофельное</u></b>	<b>120</b>
	Картофель	136,8/102,6
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	18,96/18
	Масло сливочное	4,2/4,2
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150</b>
	Вода	125/125
	Лимон	6,66/5,84
	Сахарный песок	8,34/8,34
	Вода	27,01/27,01
	Чай высшего сорта	0,25/0,25
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>350</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1703</b>
<b>День 2</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Макаронные изделия отварные с сахаром</u></b>	<b>100</b>
	Макаронные изделия, высшего сорта, яичные	40/40
	Масло сливочное	2/2
	Сахарный песок	5/5
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Кофейный напиток с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	90/90
	Кофейный напиток "Народный"	2,5/2,5
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75/75
	Сахарный песок	8,34/8,34

<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бананы свежие</u></b>	<b>100</b>
	Банан	143/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>373</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из белокочанной капусты со свежим огурцом</u></b>	<b>40</b>
	Вода	3,88/3,88
	Капуста белокочанная	39,44/31,56
	Лимонная кислота	0,12/0,12
	Лук репчатый	5/4
	Масло растительное	2/2
	Огурец, парниковый	5/4
	Сахарный песок	2/2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Капуста белокочанная	50/40
	Картофель	32/24
	Лук репчатый	9,6/8
	Масло растительное	4/4
	Томатная паста. Консервы	2/2
	Морковь, красная	12,6/10
	Сметана 15,0% жирности	5/5
	Вода	320/320
	Лук репчатый	3,2/2,72
	Соль поваренная пищевая	0,8/0,8
	Морковь, красная	3,36/2,72
	Мясо бескостное	53,6/53,6
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Тефтели мясные</u></b>	<b>50</b>
	Лук репчатый	5,38/4,5
	Пшеничная мука, высшего сорта	2,5/2,5
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	7,88/7,88
	Масло сливочное	1,88/1,88
	Яйцо	2/2
	Мясо отварное	32/32
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Соус томатный</u></b>	<b>15</b>
	Вода	15/15
	Лук репчатый	0,51/0,3
	Пшеничная мука, высшего сорта	0,68/0,68
	Соль поваренная пищевая	0,15/0,15
	Томатная паста. Консервы	2,25/2,25
	Морковь, красная	1,12/0,9
	Масло сливочное	0,68/0,68
	Масло сливочное	0,22/0,22
	Сахарный песок	0,15/0,15
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Картофель отварной (гарнир)</u></b>	<b>120</b>
	Картофель	159,96/120
	Масло сливочное	4,2/4,2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>
	Вода	152,25/152,2

	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Сахарный песок	12/12
	Сухофрукты (ассорти)	15/37,5
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>615</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Кефир</u></b>	<b>150</b>
	Кефир 3,2% жирности	154,17/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Булочка с изюмом</u></b>	<b>50</b>
	Вода	15,3/15,3
	Дрожжи прессованные (*эргостерин)	1,1/1,1
	Изюм	4/4
	Пшеничная мука, высшего сорта	35/35
	Пшеничная мука, высшего сорта	1,1/1,1
	Соль поваренная пищевая	0,12/0,12
	Сахар-песок	2/2
	Масло сливочное	2/2
	Масло сливочное	1/1
	Яйцо	5/5
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>200</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Суфле из рыбы</u></b>	<b>60</b>
	Масло растительное	2,25/2,25
	Яйцо	7,5/7,5
	Филе минтая	57/51,75
	Вода	3,04/3,04
	Пшеничная мука, первого сорта	2,63/2,63
	Соль поваренная пищевая	0,16/0,16
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	15,19/15,19
	Масло сливочное	2,63/2,63
<b>УЖИН</b>	<b><u>Рагу из овощей</u></b>	<b>120</b>
	Кабачок	21,6/14,4
	Капуста белокочанная	16,8/13,6
	Картофель	51,2/38,4
	Лук репчатый	19,2/16
	Масло растительное	4,8/4,8
	Морковь, красная	24/19,2
	Пшеничная мука, первого сорта	2,7/2,7
	Соль поваренная пищевая	0,29/0,29
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	27/27
	Сметана 15,0% жирности	9/9
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150</b>
	Вода	125/125
	Лимон	6,66/5,84
	Сахарный песок	8,34/8,34
	Вода	27,01/27,01
	Чай высшего сорта	0,25/0,25
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>360</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1698</b>
<b>День 3</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09

	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша геркулесовая молочная с маслом</u></b>	<b>180</b>
	Вода	52,2/52,2
	Овсяные хлопья "Геркулес"	18/18
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	95,4/95,4
	Масло сливочное	4,39/4,39
	Сахарный песок	4,39/4,39
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Кофейный напиток с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	90/90
	Кофейный напиток "Народный"	2,5/2,5
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75/75
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Яблоки свежие</u></b>	<b>100</b>
	Яблоки	114/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>453</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Сок фруктовый витаминизированный</u></b>	<b>150</b>
	Сок яблочный	150/150
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свежих помидоров и огурцов</u></b>	<b>40</b>
	Лук репчатый	6/4,8
	Масло растительное	2,4/2,4
	Помидоры (томаты)	22,6/19,2
	Огурец, парниковый	17,52/14
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне</u></b>	<b>200</b>
	Картофель	80/60
	Лук репчатый	9,6/8
	Масло растительное	2/2
	Морковь, красная	10/8
	Макаронные изделия, высшего сорта, яичные	8/8
	Вода	280/280
	Лук репчатый	5,6/4,76
	Соль поваренная пищевая	1,75/1,75
	Морковь, красная	5,88/4,76
	Птица обработанная	46,9/46,9
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суфле куриное</u></b>	<b>70</b>
	Сыр "Российский"	2,15/1,87
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	5,95/5,95
	Масло сливочное	3,73/3,73
	Яйцо	7,47/7,47
	Курица отварная	46,67/46,67
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Капуста тушеная (гарнир)</u></b>	<b>120</b>
	Капуста белокочанная	171,96/137,5
	Лук репчатый	17,04/14,4
	Масло растительное	4,2/4,2
	Томатная паста. Консервы	7,2/7,2
	Морковь, красная	9/7,2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>КИСЕЛЬ ФРУКТОВО- ЯГОДНЫЙ</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150

	Сахарный песок	4,99/4,99
	Концентрат киселя витаминизированного	15/15
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>620</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Кефир</u></b>	<b>150</b>
	Кефир 3,2% жирности	154,17/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Вафли</u></b>	<b>20</b>
	Вафли	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Запеканка из творога</u></b>	<b>80</b>
	Крупа манная	4,8/4,8
	Сметана 15,0% жирности	3,2/3,2
	Творог	75,04/73,6
	Сухари панировочные	3,2/3,2
	Масло сливочное	3,2/3,2
	Яйцо	3,2/3,2
	Сахарный песок	6,4/6,4
<b>УЖИН</b>	<b><u>Соус сметанный</u></b>	<b>20</b>
	Пшеничная мука, первого сорта	1,5/1,5
	Соль поваренная пищевая	0,16/0,16
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	15/15
	Сметана 15,0% жирности	5/5
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с сахаром</u></b>	<b>150</b>
	Вода	115,5/112,5
	Сахарный песок	7,5/7,5
	Вода	40,5/40,5
	Чай черный байховый	0,52/0,52
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>280</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1673</b>
<b>Прием пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>
<b>День 4</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброд с маслом и сыром</u></b>	<b>30</b>
	Сыр "Российский"	7,43/6,93
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	20/20
	Масло сливочное	3,07/3,07
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Омлет натуральный</u></b>	<b>80</b>
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	23/23
	Масло сливочное	4/4
	Яйцо	60/60
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Какао с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	66,66/66,66
	Какао-порошок	1,67/1,67
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	91,67/91,67
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Яблоки свежие</u></b>	<b>100</b>
	Яблоки	114/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>360</b>

<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Сок фруктовый витаминизированный</u></b>	<b>150</b>
	Сок яблочный	150/150
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Икра морковная</u></b>	<b>40</b>
	Лук репчатый	10/8,4
	Масло растительное	2/2
	Соль поваренная пищевая	0,1/0,1
	Морковь, красная	37,6/30
	Сахар-песок	0,4/0,4
	Томат-пюре	6,8/6,8
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп гороховый вегетарианский</u></b>	<b>200</b>
	Вода	140/140
	Горох, лущеный	16,2/16
	Картофель	53,4/40
	Лук репчатый	9,6/8
	Масло растительное	4/4
	Морковь, красная	12,8/10
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Печень по-строгановски</u></b>	<b>100</b>
	Печень говяжья	89/74
	Соль поваренная пищевая	1/1
	Томат-пюре	5/5
	Масло сливочное	3/3
	Пшеничная мука, первого сорта	3,25/3,25
	Соль поваренная пищевая	0,16/0,16
	Сметана 15,0% жирности	65/65
	Масло сливочное	3,25/3,25
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Пюре картофельное</u></b>	<b>120</b>
	Картофель	136,8/102,6
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	18,96/18
	Масло сливочное	4,2/4,2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>КИСЕЛЬ ФРУКТОВО- ЯГОДНЫЙ</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Сахарный песок	4,99/4,99
	Концентрат киселя витаминизированного	15/15
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>650</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Ряженка</u></b>	<b>150</b>
	Ряженка 4,0% жирности	154,17/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Ватрушки из дрожжевого теста</u></b>	<b>50</b>
	Масло растительное	0,18/0,18
	Пшеничная мука, первого сорта	1,25/1,25
	Яйцо	1,07/1,07
	Ванилин	0/0
	Пшеничная мука, первого сорта	0,86/0,86
	Творог	19,61/19,42
	Яйцо	0,86/0,86
	Сахарный песок	1,07/1,07
	Вода	12,43/12,43
	Дрожжи прессованные (*эргостерин)	0,79/0,79
	Пшеничная мука, высшего сорта	26,23/26,23
	Соль поваренная пищевая	0,41/0,41

	Масло сливочное	0,79/0,79
	Сахарный песок	1,82/1,82
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>200</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Котлеты рыбные любительские</u></b>	<b>60</b>
	Лук репчатый	6,75/4,5
	Морковь, красная	18,75/12
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	6/6
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	4,5/4,5
	Масло сливочное	2,25/2,25
	Яйцо	7,5/7,5
	Филе минтая	42,75/41,25
<b>УЖИН</b>	<b><u>Овощи тушеные в томатном соусе</u></b>	<b>120</b>
	Капуста белокочанная	33,36/26,64
	Картофель	33/24,72
	Горошек зеленый. Консервы	18,48/12
	Морковь, красная	32,52/26,04
	Лук репчатый	4,77/4,08
	Масло растительное	3,47/3,47
	Пшеничная мука, первого сорта	3,47/3,47
	Соль поваренная пищевая	0,1/0,1
	Морковь, красная	5,43/4,08
	Сахар-песок	1,22/1,22
	Томат-пюре	3,47/3,47
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150</b>
	Вода	125/125
	Лимон	6,66/5,84
	Сахарный песок	8,34/8,34
	Вода	27,01/27,01
	Чай высшего сорта	0,25/0,25
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>360</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1720</b>
<b>День 5</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброд с маслом и сыром</u></b>	<b>30</b>
	Сыр "Российский"	7,43/6,93
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	20/20
	Масло сливочное	3,07/3,07
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша рисовая молочная</u></b>	<b>180</b>
	Вода	59,4/59,4
	Крупа рисовая	17,64/17,64
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	106,2/106,2
	Масло сливочное	4,39/4,39
	Сахарный песок	4,39/4,39
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Какао с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	66,66/66,66
	Какао-порошок	1,67/1,67
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	91,67/91,67
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бананы свежие</u></b>	<b>100</b>
	Банан	143/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>460</b>



<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Икра кабачковая</u></b>	<b>40</b>
	Кабачок	67,36/45,12
	Лук репчатый	5,72/4,8
	Масло растительное	2/2
	Томатная паста. Консервы	4,4/4,4
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Борщ на мясном бульоне со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Капуста белокочанная	20/16
	Картофель	21,4/16
	Лук репчатый	9,6/8
	Масло растительное	4/4
	Свекла	40/32
	Томатная паста. Консервы	6/6
	Морковь, красная	12,6/10
	Сметана 15,0% жирности	5/5
	Сахарный песок	2/2
	Вода	320/320
	Лук репчатый	3,2/2,72
	Соль поваренная пищевая	0,8/0,8
	Морковь, красная	3,36/2,72
	Мясо бескостное	53,6/53,6
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Бефстроганов из отварного мяса</u></b>	<b>70</b>
	Лук репчатый	4,2/3,57
	Морковь, красная	4,2/3,29
	Мясо отварное	35/35
	Пшеничная мука, первого сорта	2,62/2,62
	Соль поваренная пищевая	0,28/0,28
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	26,25/26,25
	Сметана 15,0% жирности	8,75/8,75
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Гречка отварная с маслом</u></b>	<b>120</b>
	Вода	91,92/91,92
	Гречневая крупа ядрица	48,6/48,6
	Соль поваренная пищевая	0,3/0,3
	Масло сливочное	3,6/3,6
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из свежих плодов (1 вариант)</u></b>	<b>150</b>
	Вода	129/129
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Яблоки	34,05/30
	Сахарный песок	15/15
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>620</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Ацидолакт</u></b>	<b>150</b>
	Ацидолакт 3,2% жирности	150/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Вафли</u></b>	<b>20</b>
	Вафли	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Крупеник с творогом</u></b>	<b>200</b>

	Вода	40/40
	Молоко стерилизованное 3,5% жирности	50/50
	Сухари пшеничные	4/4
	Пшеничная крупа	40/40
	Сметана 15,0% жирности	5/5
	Творог	81/80
	Масло сливочное	5/5
	Яйцо	20/20
	Сахарный песок	10/10
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	87,5/87,5
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	37,5/37,5
	Сахарный песок	8,34/8,34
	Вода	27,01/27,01
	Чай высшего сорта	0,25/0,25
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>380</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1780</b>
<b>День 6</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша пшенная молочная</u></b>	<b>180</b>
	Вода	57,6/57,6
	Крупа пшено шлифованное	18/18
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	86,4/86,4
	Масло сливочное	4,39/4,39
	Сахарный песок	2,2/2,2
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Кофейный напиток с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	90/90
	Кофейный напиток "Народный"	2,5/2,5
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75/75
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бананы свежие</u></b>	<b>100</b>
	Банан	143/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>453</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Сок фруктовый витаминизированный</u></b>	<b>150</b>
	Сок яблочный	150/150
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свеклы с растительным маслом</u></b>	<b>40</b>
	Масло растительное	2,4/2,4
	Свекла	48,64/38
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Капуста белокочанная	50/40
	Картофель	32/24
	Лук репчатый	9,6/8
	Масло растительное	4/4

	Томатная паста. Консервы	2/2
	Морковь, красная	12,6/10
	Сметана 15,0% жирности	5/5
	Вода	320/320
	Лук репчатый	3,2/2,72
	Соль поваренная пищевая	0,8/0,8
	Морковь, красная	3,36/2,72
	Мясо бескостное	53,6/53,6
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Мясо, тушенное в томатном соусе, с маслом растительным</u></b>	<b>70</b>
	Вода	42/42
	Лук репчатый	12,6/10,5
	Масло растительное	3,5/3,5
	Пшеничная мука, первого сорта	3,5/3,5
	Соль поваренная пищевая	0,7/0,7
	Томат-пюре	7/7
	Мясо отварное	29,4/29,4
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Пюре картофельное</u></b>	<b>120</b>
	Картофель	136,8/102,6
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	18,96/18
	Масло сливочное	4,2/4,2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>
	Вода	152,25/152,2
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Сахарный песок	12/12
	Сухофрукты (ассорти)	15/37,5
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>620</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Молоко кипяченое</u></b>	<b>150</b>
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	157,5/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Печенье</u></b>	<b>20</b>
	Печенье	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Горошек зеленый консервированный</u></b>	<b>40</b>
	Масло растительное	1,2/1,2
	Горошек зеленый. Консервы	61,6/40
<b>УЖИН</b>	<b><u>Омлет натуральный</u></b>	<b>80</b>
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	23/23
	Масло сливочное	4/4
	Яйцо	60/60
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150</b>
	Вода	125/125
	Лимон	6,66/5,84
	Сахарный песок	8,34/8,34
	Вода	27,01/27,01
	Чай высшего сорта	0,25/0,25
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>300</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1693</b>

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
<b>День 7</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша молочная "Дружба"</u></b>	<b>180</b>
	Вода	81/81
	Крупа пшено шлифованное	9/9
	Крупа рисовая	10,8/10,8
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	135/135
	Масло сливочное	4,5/4,5
	Сахарный песок	4,5/4,5
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Кофейный напиток с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	90/90
	Кофейный напиток "Народный"	2,5/2,5
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75/75
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Яблоки свежие</u></b>	<b>100</b>
	Яблоки	114/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>453</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Сок фруктовый витаминизированный</u></b>	<b>150</b>
	Сок яблочный	150/150
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свежих помидоров и огурцов</u></b>	<b>40</b>
	Лук репчатый	6/4,8
	Масло растительное	2,4/2,4
	Помидоры (томаты)	22,6/19,2
	Огурец, парниковый	17,52/14
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне</u></b>	<b>200</b>
	Картофель	53,4/40
	Лук репчатый	9,6/8
	Соль поваренная пищевая	0,2/0,2
	Фасоль	16,2/16
	Морковь, красная	10/8
	Масло сливочное	4/4
	Вода	196/196
	Говядина 1 кат.	71,12/70
	Лук репчатый	2,1/1,4
	Соль поваренная пищевая	0,14/0,14
	Морковь, красная	2,24/1,82
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Гуляш из отварного мяса</u></b>	<b>70</b>
	Лук репчатый	7,43/6,12
	Пшеничная мука, первого сорта	1,75/1,75
	Томатная паста. Консервы	2,62/2,62
	Морковь, красная	8,32/6,57
	Отвар овощной	0/23,18

	Масло сливочное	2,18/2,18
	Мясо отварное	35/35
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Макаронные отварные с маслом</u></b>	<b>120</b>
	Соль поваренная пищевая	0,36/0,36
	Макароны из муки 1 сорта	48,6/48,6
	Масло сливочное	6/6
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>
	Вода	152,25/152,2
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Сахарный песок	12/12
	Сухофрукты (ассорти)	15/37,5
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>620</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Ацидолакт</u></b>	<b>150</b>
	Ацидолакт 3,2% жирности	150/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Печенье</u></b>	<b>20</b>
	Печенье	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Пудинг из творога и изюма (запеченный) со сметаной</u></b>	<b>100</b>
	Ванилин	0,01/0,01
	Изюм	10,2/10
	Крупа манная	8/8
	Сметана 10,0% жирности	4/4
	Творог	76/75
	Сухари панировочные	4/4
	Масло сливочное	4/4
	Яйцо	5/5
	Сахарный песок	8/8
<b>УЖИН</b>	<b><u>Какао с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	66,66/66,66
	Какао-порошок	1,67/1,67
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	91,67/91,67
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>280</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1673</b>
<b>День 8</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброд с маслом и сыром</u></b>	<b>30</b>
	Сыр "Российский"	7,43/6,93
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	20/20
	Масло сливочное	3,07/3,07
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Суп молочный с макаронными изделиями</u></b>	<b>180</b>
	Вода	54/54
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	126/126
	Масло сливочное	1,8/1,8
	Сахарный песок	1,44/1,44
	Вермишель	14,4/14,4
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Какао с молоком</u></b>	<b>150</b>

	Вода	66,66/66,66
	Какао-порошок	1,67/1,67
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	91,67/91,67
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Яблоки свежие</u></b>	<b>100</b>
	Яблоки	114/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>460</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свежих помидоров и огурцов</u></b>	<b>40</b>
	Лук репчатый	6/4,8
	Масло растительное	2,4/2,4
	Помидоры (томаты)	22,6/19,2
	Огурец, парниковый	17,52/14
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Капуста белокочанная	20/16
	Картофель	21,4/16
	Лук репчатый	9,6/8
	Масло растительное	4/4
	Свекла	40/32
	Томатная паста. Консервы	6/6
	Морковь, красная	12,6/10
	Сметана 15,0% жирности	5/5
	Сахарный песок	2/2
	Вода	320/320
	Лук репчатый	6,4/5,44
	Соль поваренная пищевая	2/2
	Морковь, красная	6,72/5,44
	Птица обработанная	53,6/53,6
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Гуляш из отварной курицы</u></b>	<b>70</b>
	Лук репчатый	7,43/6,12
	Пшеничная мука, первого сорта	1,75/1,75
	Томатная паста. Консервы	2,62/2,62
	Морковь, красная	8,32/6,57
	Отвар овощной	0/23,18
	Масло сливочное	2,18/2,18
	Курица отварная	35/35
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Картофель отварной (гарнир)</u></b>	<b>120</b>
	Картофель	159,96/120
	Масло сливочное	4,2/4,2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>
	Вода	152,25/152,2
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Сахарный песок	12/12
	Сухофрукты (ассорти)	15/37,5
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>620</b>

<b>ПОЛДНИК</b>	<b>Ряженка</b>	<b>150</b>
	Ряженка 4,0% жирности	154,17/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>Пирожки печеные из теста дрожжевого с капустой</b>	<b>50</b>
	Вода	11,7/11,7
	Дрожжи прессованные (*эргостерин)	0,75/0,75
	Масло растительное	0,15/0,15
	Пшеничная мука, высшего сорта	31/31
	Пшеничная мука, высшего сорта	1,15/1,15
	Соль поваренная пищевая	0,12/0,12
	Масло сливочное	0,75/0,75
	Яйцо	1/1
	Сахарный песок	1,7/1,7
	Капуста белокочанная	24,22/19,38
	Лук репчатый	4,45/3,79
	Масло растительное	0,85/0,85
	Масло растительное	0,51/0,51
	Соль поваренная пищевая	0,04/0,04
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>200</b>
<b>УЖИН</b>	<b>Рыба, тушенная с овощами</b>	<b>120</b>
	Вода	25,5/25,5
	Лук репчатый	16,5/13,5
	Масло растительное	6/6
	Томатная паста. Консервы	3/3
	Треска	76,5/73,5
	Морковь, красная	42/33
<b>УЖИН</b>	<b>Чай с сахаром</b>	<b>150</b>
	Вода	115,5/112,5
	Сахарный песок	7,5/7,5
	Вода	40,5/40,5
	Чай черный байховый	0,52/0,52
<b>УЖИН</b>	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>300</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1730</b>
<b>День 9</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Бутерброды с маслом</b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Каша манная молочная с маслом</b>	<b>180</b>
	Вода	59,4/59,4
	Крупа манная	19,8/19,8
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	88,2/88,2
	Масло сливочное	4,39/4,39
	Сахарный песок	4,39/4,39
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Какао с молоком</b>	<b>150</b>
	Вода	66,66/66,66
	Какао-порошок	1,67/1,67
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	91,67/91,67
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Бананы свежие</b>	<b>100</b>
	Банан	143/100

<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>453</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свеклы с зеленым горошком</u></b>	<b>45</b>
	Лук репчатый	2,7/2,25
	Масло растительное	1,8/1,8
	Свекла	28,8/22,5
	Яблоки	9,18/8,1
	Горошек зеленый. Консервы	17,32/11,25
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне</u></b>	<b>200</b>
	Картофель	80/60
	Лук репчатый	9,6/8
	Масло растительное	2/2
	Морковь, красная	10/8
	Макаронные изделия, высшего сорта, яичные	8/8
	Вода	280/280
	Лук репчатый	5,6/4,76
	Соль поваренная пищевая	1,75/1,75
	Морковь, красная	5,88/4,76
	Птица обработанная	46,9/46,9
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Шницель куриный</u></b>	<b>50</b>
	Соль поваренная пищевая	0,25/0,25
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	12/12
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	9/9
	Сухари панировочные	5/5
	Масло сливочное	2,5/2,5
	Яйцо	4/4
	Курица отварная	34,65/34,65
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Капуста тушеная (гарнир)</u></b>	<b>120</b>
	Капуста белокочанная	171,96/137,5
	Лук репчатый	17,04/14,4
	Масло растительное	4,2/4,2
	Томатная паста. Консервы	7,2/7,2
	Морковь, красная	9/7,2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>
	Вода	152,25/152,2
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Сахарный песок	12/12
	Сухофрукты (ассорти)	15/37,5
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>605</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Ряженка</u></b>	<b>150</b>
	Ряженка 4,0% жирности	154,17/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Вафли</u></b>	<b>20</b>
	Вафли	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Сырники из творога с сметаной</u></b>	<b>80</b>



	Пшеничная мука, первого сорта	11,2/11,2
	Соль поваренная пищевая	0,2/0,2
	Сметана 15,0% жирности	5,6/5,6
	Масло сливочное	1,6/1,6
	Яйцо	3,2/3,2
	Творог 9%	80,8/80
	Сахарный песок	4,8/4,8
<b>УЖИН</b>	<b><u>КИСЕЛЬ ФРУКТОВО- ЯГОДНЫЙ</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Сахарный песок	4,99/4,99
	Концентрат киселя витаминизированного	15/15
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>260</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1638</b>
<b>Прием пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>
<b>День 10</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброд с маслом и сыром</u></b>	<b>30</b>
	Сыр "Российский"	7,43/6,93
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	20/20
	Масло сливочное	3,07/3,07
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша ячневая на молоке с маслом</u></b>	<b>180</b>
	Вода	57,6/57,6
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Крупа ячневая	18,36/18,36
	Сахар-песок	5,4/5,4
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	90/90
	Масло сливочное	4,5/4,5
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Кофейный напиток с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	90/90
	Кофейный напиток "Народный"	2,5/2,5
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75/75
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бананы свежие</u></b>	<b>100</b>
	Банан	143/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>460</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из капусты белокочанной и свеклы</u></b>	<b>40</b>
	Капуста белокочанная	29,6/23,6
	Масло растительное	2,8/2,8
	Свекла	19,2/14
	Соль поваренная пищевая	0,1/0,1
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Рассольник на мясном бульоне со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Вода	9,6/9,6

	Картофель	53,4/40
	Лук репчатый	2,4/2
	Огурец соленый	13,4/12
	Крупа перловая	4/4
	Петрушка	2,7/2
	Морковь, красная	10/8
	Сметана 15,0% жирности	4/4
	Масло сливочное	2/2
	Вода	280/280
	Лук репчатый	2,8/2,38
	Соль поваренная пищевая	0,7/0,7
	Морковь, красная	2,94/2,38
	Мясо бескостное	46,9/46,9
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Голубцы ленивые с мясом</u></b>	<b>150</b>
	Капуста белокочанная	113,43/90
	Лук репчатый	15/12,18
	Рис, зерно продовольственное	7,5/21,57
	Масло сливочное	3,75/3,75
	Мясо отварное	30/30
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из свежих плодов (1 вариант)</u></b>	<b>150</b>
	Вода	129/129
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Яблоки	34,05/30
	Сахарный песок	15/15
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>580</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Пирожки печеные из теста дрожжевого с повидлом</u></b>	<b>50</b>
	Вода	11,7/11,7
	Дрожжи прессованные (*эргостерин)	0,75/0,75
	Масло растительное	0,15/0,15
	Пшеничная мука, высшего сорта	31/31
	Пшеничная мука, высшего сорта	1,15/1,15
	Соль поваренная пищевая	0,12/0,12
	Сахар-песок	1,7/1,7
	Масло сливочное	0,75/0,75
	Повидло	17,2/17
	Яйцо	1/1
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Молоко кипяченое</u></b>	<b>150</b>
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	157,5/150
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>200</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Винегрет овощной</u></b>	<b>120</b>
	Картофель	41,28/30
	Лук репчатый	21,48/18
	Огурец соленый	30/24
	Масло растительное	7,2/7,2
	Свекла	30,6/24
	Морковь, красная	22,68/18
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с сахаром</u></b>	<b>150</b>
	Вода	115,5/112,5
	Сахарный песок	7,5/7,5
	Вода	40,5/40,5

	Чай черный байховый	0,52/0,52
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>300</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1690</b>
<b>День 11</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша гречневая молочная с маслом</u></b>	<b>180</b>
	Вода	48,6/48,6
	Гречневая крупа ядрица	18/18
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	95,4/95,4
	Масло сливочное	4,39/4,39
	Сахарный песок	4,39/4,39
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Какао с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	66,66/66,66
	Какао-порошок	1,67/1,67
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	91,67/91,67
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Яблоки свежие</u></b>	<b>100</b>
	Яблоки	114/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>453</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Сок фруктовый витаминизированный</u></b>	<b>150</b>
	Сок яблочный	150/150
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свеклы с огурцом соленным</u></b>	<b>40</b>
	Лук репчатый	2,4/2
	Огурец соленный	6,16/4
	Масло растительное	2,4/2,4
	Свекла	30,72/24
	Горошек зеленый. Консервы	10/8
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Капуста белокочанная	30/24
	Картофель	26,6/20
	Лук репчатый	9,6/8
	Масло растительное	4/4
	Крупа пшено шлифованное	8/8
	Соль поваренная пищевая	0,2/0,2
	Морковь, красная	10/8
	Сметана 15,0% жирности	4/4
	Вода	238/238
	Говядина 1 кат.	86,36/85
	Лук репчатый	2,55/1,7
	Соль поваренная пищевая	0,17/0,17
	Морковь, красная	2,72/2,21
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Жаркое по-домашнему</u></b>	<b>150</b>
	Картофель	119,33/89,32
	Лук репчатый	8,86/7,5
	Томатная паста. Консервы	3,38/3,38

	Морковь, красная	9,75/7,5
	Масло сливочное	4,1/4,1
	Мясо отварное	54,54/54,54
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>
	Вода	152,25/152,2
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Сахарный песок	12/12
	Сухофрукты (ассорти)	15/37,5
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>580</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Молоко кипяченое</u></b>	<b>150</b>
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	157,5/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Печенье</u></b>	<b>20</b>
	Печенье	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Капуста тушеная (гарнир)</u></b>	<b>120</b>
	Капуста белокочанная	171,96/137,5
	Лук репчатый	17,04/14,4
	Масло растительное	4,2/4,2
	Томатная паста. Консервы	7,2/7,2
	Морковь, красная	9/7,2
<b>УЖИН</b>	<b><u>Фрикадельки из говядины (паровые)</u></b>	<b>50</b>
	Вода	13/13
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	13/13
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	7,5/7,5
	Масло сливочное	1,5/1,5
	Мясо бескостное	41/38
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150</b>
	Вода	125/125
	Лимон	6,66/5,84
	Сахарный песок	8,34/8,34
	Вода	27,01/27,01
	Чай высшего сорта	0,25/0,25
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>350</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1703</b>
<b>День 12</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Макароны, запеченные с сыром</u></b>	<b>120</b>
	Соль поваренная пищевая	0,36/0,36
	Сыр твердый	13,32/12
	Макароны из муки 1 сорта	41,64/41,64
	Масло сливочное	4,8/4,8
	Масло сливочное	3,6/3,6
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Кофейный напиток с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	90/90
	Кофейный напиток "Народный"	2,5/2,5

	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75/75
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Яблоки свежие</u></b>	<b>100</b>
	Яблоки	114/100
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>543</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свежих помидоров и огурцов</u></b>	<b>40</b>
	Лук репчатый	6/4,8
	Масло растительное	2,4/2,4
	Помидоры (томаты)	22,6/19,2
	Огурец, парниковый	17,52/14
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп из овощей на курином бульоне со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Капуста белокочанная	50/40
	Картофель	53,4/40
	Лук репчатый	9,6/8
	Соль поваренная пищевая	0,2/0,2
	Горошек зеленый. Консервы	9,2/6
	Морковь, красная	10/8
	Сметана 15,0% жирности	4/4
	Масло сливочное	4/4
	Вода	300/300
	Лук репчатый	6/5,1
	Соль поваренная пищевая	1,88/1,88
	Морковь, красная	6,3/5,1
	Птица обработанная	50,25/50,25
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Плов из птицы отварной</u></b>	<b>150</b>
	Лук репчатый	7,86/6,43
	Рис, зерно продовольственное	32,85/32,85
	Томатная паста. Консервы	4,99/4,99
	Морковь, красная	11,43/9,29
	Масло сливочное	5,71/5,71
	Курица отварная	23,25/23,25
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из свежих плодов (1 вариант)</u></b>	<b>150</b>
	Вода	129/129
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Яблоки	34,05/30
	Сахарный песок	15/15
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>580</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Кефир</u></b>	<b>150</b>
	Кефир 3,2% жирности	154,17/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Печенье</u></b>	<b>20</b>
	Печенье	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Запеканка из творога с яблоком и сметаной</u></b>	<b>80</b>
	Крупа манная	4,8/4,8

	Молоко стерилизованное 3,5% жирности	14,4/14,4
	Масло растительное	3,2/3,2
	Яблоки	19,2/14,4
	Сметана 15,0% жирности	3,2/3,2
	Творог	44,08/43,2
	Сухари панировочные	3,2/3,2
	Яйцо	3,2/3,2
	Сахарный песок	11,2/11,2
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с сахаром</u></b>	<b>150</b>
	Вода	115,5/112,5
	Сахарный песок	7,5/7,5
	Вода	40,5/40,5
	Чай черный байховый	0,52/0,52
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>260</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1553</b>
<b>Прием пищи</b>	<b>Наименование блюда</b>	<b>Выход блюда</b>
<b>День 13</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша пшеничная молочная</u></b>	<b>180</b>
	Вода	57,6/57,6
	Крупа пшено шлифованное	18/18
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	86,4/86,4
	Масло сливочное	4,39/4,39
	Сахарный песок	2,2/2,2
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Какао с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	66,66/66,66
	Какао-порошок	1,67/1,67
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	91,67/91,67
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бананы свежие</u></b>	<b>100</b>
	Банан	143/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>453</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Сок фруктовый витаминизированный</u></b>	<b>150</b>
	Сок яблочный	150/150
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из капусты белокочанной с морковью</u></b>	<b>40</b>
	Капуста белокочанная	62,44/50
	Лимонная кислота	2,4/2,4
	Масло растительное	4/4
	Соль поваренная пищевая	0,12/0,12
	Морковь, красная	5/4
	Сахар-песок	1,2/1,2

<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп-лапша домашняя на мясном бульоне</u></b>	<b>200</b>
	Лук репчатый	9,6/8
	Масло растительное	4/4
	Вода	2,8/2,8
	Пшеничная мука, первого сорта	14/14
	Соль поваренная пищевая	0,24/0,24
	Яйцо	4/4
	Вода	380/380
	Лук репчатый	3,8/3,23
	Соль поваренная пищевая	0,95/0,95
	Морковь, красная	3,99/3,23
	Мясо бескостное	63,65/63,65
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Тефтели мясо-крупяные</u></b>	<b>60</b>
	Вода	6/6
	Лук репчатый	13,5/11,25
	Пшеничная мука, первого сорта	3,75/3,75
	Рис, зерно продовольственное	5,25/5,25
	Масло сливочное	4,5/4,5
	Мясо отварное	32,25/32,25
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Рагу из овощей</u></b>	<b>120</b>
	Кабачок	21,6/14,4
	Капуста белокочанная	16,8/13,6
	Картофель	51,2/38,4
	Лук репчатый	19,2/16
	Масло растительное	4,8/4,8
	Морковь, красная	24/19,2
	Пшеничная мука, первого сорта	2,7/2,7
	Соль поваренная пищевая	0,29/0,29
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	27/27
	Сметана 15,0% жирности	9/9
<b>ОБЕД</b>	<b><u>КИСЕЛЬ ФРУКТОВО- ЯГОДНЫЙ</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Сахарный песок	4,99/4,99
	Концентрат киселя витаминизированного	15/15
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>610</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Кефир</u></b>	<b>150</b>
	Кефир 3,2% жирности	154,17/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Печенье</u></b>	<b>20</b>
	Печенье	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Крупеник гречневый со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Вода	30/30
	Гречневая крупа ядрица	48/48
	Сухари пшеничные	4/4
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	50/50
	Сметана 15,0% жирности	5/5
	Творог	81/80
	Масло сливочное	5/5
	Яйцо	20/20
	Сахарный песок	10/10

<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150</b>
	Вода	125/125
	Лимон	6,66/5,84
	Сахарный песок	8,34/8,34
	Вода	27,01/27,01
	Чай высшего сорта	0,25/0,25
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>380</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1763</b>
<b>День 14</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Запеканка из творога с курагой</u></b>	<b>80</b>
	Абрикосы сушеные без косточки (курага)	6,4/6,4
	Крупа манная	8/8
	Соль поваренная пищевая	0,2/0,2
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	24/24
	Творог	30,4/30
	Сухари панировочные	2/2
	Масло сливочное	3,2/3,2
	Яйцо	4/4
	Сахарный песок	4/4
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Соус абрикосовый</u></b>	<b>20</b>
	Вода	8/8
	Абрикосы сушеные без косточки (курага)	2,2/2,2
	Сахарный песок	12/12
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Кофейный напиток с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	90/90
	Кофейный напиток "Народный"	2,5/2,5
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75/75
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бананы свежие</u></b>	<b>100</b>
	Банан	143/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>373</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свежих помидоров и огурцов</u></b>	<b>40</b>
	Лук репчатый	6/4,8
	Масло растительное	2,4/2,4
	Помидоры (томаты)	22,6/19,2
	Огурец, парниковый	17,52/14
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Щи по-уральски (с рисом) на курином бульоне со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Капуста белокочанная	57,2/40
	Лук репчатый	9,6/8
	Рис, зерно продовольственное	6/6



	Соль поваренная пищевая	0,2/0,2
	Морковь, красная	10/8
	Сметана 15,0% жирности	4/4
	Томат-пюре	10/10
	Масло сливочное	4/4
	Вода	320/320
	Лук репчатый	6,4/5,44
	Соль поваренная пищевая	2/2
	Морковь, красная	6,72/5,44
	Птица обработанная	53,6/53,6
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суфле куриное</u></b>	<b>50</b>
	Масло сливочное	2,06/2,06
	Яйцо	8,9/8,9
	Курица отварная	34,93/34,93
	Вода	2,06/2,06
	Пшеничная мука, первого сорта	1,78/1,78
	Соль поваренная пищевая	0,11/0,11
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	10,28/10,28
	Масло сливочное	1,78/1,78
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Макаронные отварные с маслом</u></b>	<b>120</b>
	Соль поваренная пищевая	0,36/0,36
	Макароны из муки 1 сорта	48,6/48,6
	Масло сливочное	6/6
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>
	Вода	152,25/152,2
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Сахарный песок	12/12
	Сухофрукты (ассорти)	15/37,5
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>600</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Молоко кипяченое</u></b>	<b>150</b>
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	157,5/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Пирожки печеные из теста дрожжевого с повидлом</u></b>	<b>50</b>
	Вода	11,7/11,7
	Дрожжи прессованные (*эргостерин)	0,75/0,75
	Масло растительное	0,15/0,15
	Пшеничная мука, высшего сорта	31/31
	Пшеничная мука, высшего сорта	1,15/1,15
	Соль поваренная пищевая	0,12/0,12
	Сахар-песок	1,7/1,7
	Масло сливочное	0,75/0,75
	Повидло	17,2/17
	Яйцо	1/1
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>200</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Салат из свеклы с растительным маслом</u></b>	<b>40</b>
	Масло растительное	2,4/2,4
	Свекла	48,64/38
<b>УЖИН</b>	<b><u>Фрикадельки из говядины (паровые)</u></b>	<b>50</b>
	Вода	13/13

	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	13/13
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	7,5/7,5
	Масло сливочное	1,5/1,5
	Мясо бескостное	41/38
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с сахаром</u></b>	<b>150</b>
	Вода	115,5/112,5
	Сахарный песок	7,5/7,5
	Вода	40,5/40,5
	Чай черный байховый	0,52/0,52
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>270</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1593</b>
<b>День 15</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша геркулесовая молочная с маслом</u></b>	<b>180</b>
	Вода	52,2/52,2
	Овсяные хлопья "Геркулес"	18/18
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	95,4/95,4
	Масло сливочное	4,39/4,39
	Сахарный песок	4,39/4,39
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Кофейный напиток с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	90/90
	Кофейный напиток "Народный"	2,5/2,5
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75/75
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Яблоки свежие</u></b>	<b>100</b>
	Яблоки	114/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>453</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Сок фруктовый витаминизированный</u></b>	<b>150</b>
	Сок яблочный	150/150
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Икра морковная</u></b>	<b>40</b>
	Лук репчатый	10/8,4
	Масло растительное	2/2
	Соль поваренная пищевая	0,1/0,1
	Морковь, красная	37,6/30
	Сахар-песок	0,4/0,4
	Томат-пюре	6,8/6,8
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Борщ с фасолью и картофелем на мясном бульоне</u></b>	<b>200</b>
	Картофель	26,6/20
	Лук репчатый	9,6/8
	Масло растительное	4/4
	Свекла	40/32
	Томатная паста. Консервы	6/6
	Фасоль, зерно	8/8

	Морковь, красная	12,6/10
	Сахарный песок	1,2/1,2
	Вода	320/320
	Лук репчатый	3,2/2,72
	Соль поваренная пищевая	0,8/0,8
	Морковь, красная	3,36/2,72
	Мясо бескостное	53,6/53,6
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Пудинг из риса с мясом отварным</u></b>	<b>150</b>
	Крупа рисовая	34,5/34,5
	Соль поваренная пищевая	1,5/1,5
	Яйцо куриное	6/6
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	30/30
	Сметана 15,0% жирности	3/3
	Масло сливочное	3/3
	Масло сливочное	1,5/1,5
	Масло сливочное	7,5/7,5
	Мясо отварное	45/45
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из свежих плодов (1 вариант)</u></b>	<b>150</b>
	Вода	129/129
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Яблоки	34,05/30
	Сахарный песок	15/15
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>580</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Ацидолакт</u></b>	<b>150</b>
	Ацидолакт 3,2% жирности	150/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Вафли</u></b>	<b>20</b>
	Вафли	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Пудинг манный</u></b>	<b>100</b>
	Вода	40/40
	Изюм	5,25/5
	Крупа манная	24/24
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	37,5/37,5
	Сметана 15,0% жирности	2,5/2,5
	Сухари панировочные	2,5/2,5
	Масло сливочное	5/5
	Яйцо	10/10
	Сахарный песок	7,5/7,5
<b>УЖИН</b>	<b><u>Соус сметанный</u></b>	<b>20</b>
	Пшеничная мука, первого сорта	1,5/1,5
	Соль поваренная пищевая	0,16/0,16
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	15/15
	Сметана 15,0% жирности	5/5
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с сахаром</u></b>	<b>150</b>
	Вода	115,5/112,5
	Сахарный песок	7,5/7,5
	Вода	40,5/40,5
	Чай черный байховый	0,52/0,52
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>300</b>

**ИТОГО ЗА ДЕНЬ:** **1653**

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Ясли"	Ед.изм.
1	噉	Булка 550
2	𪗇	г
3	𪗈	кг
4	𪗉	кг
5	𪗊	кг
6	𪗋	кг
7	𪗌	кг
8	𪗍	кг
9	𪗎	кг
10	𪗏	кг
11	𪗐	кг
12	𪗑	кг
13	𪗒	кг
14	𪗓	кг
15	𪗔	кг
16	𪗕	кг
17	𪗖	кг
18	𪗗	кг
19	𪗘	кг
20	𪗙	кг
21	𪗚	кг
22	𪗛	кг
23	𪗜	кг
24	𪗝	кг
25	𪗞	кг
26	𪗟	кг
27	𪗠	кг
28	𪗡	кг
29	𪗢	л
30	𪗣	л
31	𪗤	шт (яйца)
32	Вода	л
33	Лук репчатый	кг
34	Масло сливочное	кг
35	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	л
36	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	л
37	Морковь, красная	кг
38	Мясо бескостное	кг
39	Птица обработанная	кг
40	Пшеничная мука, первого сорта	кг
41	Сметана 15,0% жирности	кг
42	Соль поваренная пищевая	кг
43	Чай высшего сорта	кг
44	Чай черный байховый	кг
45	Яйцо	шт (яйца)
46	𪗥	л
47	𪗦	кг
48	𪗧	л
49	𪗨	кг

50	(ㄹ) □	кг
51	北 □	кг
52	仔 □	кг
53	伀 □	л
54	伟 □	л
55	(ㄹ) □	г
56	儕 □	л
57	婆 □	кг
58	娛 □	Булка 550
59	娜 □	Булка 550
60	尝 □	кг
61	帑 □	кг
62	弃 □	кг
63	弄 □	кг
64	弊 □	кг
65	弊 □	кг
66	式 □	шт (яйца)
67	式 □	кг
68	世 □	кг
69	怵 □	кг
70	楞 □	г
71	棺 □	г
72	櫛 □	г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
<b>День 16</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша манная молочная с маслом</u></b>	<b>180</b>
	Вода	59,4/59,4
	Крупа манная	19,8/19,8
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	88,2/88,2
	Масло сливочное	4,39/4,39
	Сахарный песок	4,39/4,39
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Какао с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	66,66/66,66
	Какао-порошок	1,67/1,67
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	91,67/91,67
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Яблоки свежие</u></b>	<b>100</b>
	Яблоки	114/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>453</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из белокочанной капусты со свежим огурцом</u></b>	<b>40</b>

	Вода	3,88/3,88
	Капуста белокочанная	39,44/31,56
	Лимонная кислота	0,12/0,12
	Лук репчатый	5/4
	Масло растительное	2/2
	Огурец, парниковый	5/4
	Сахарный песок	2/2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне</u></b>	<b>200</b>
	Картофель	53,4/40
	Лук репчатый	9,6/8
	Соль поваренная пищевая	0,2/0,2
	Фасоль	16,2/16
	Морковь, красная	10/8
	Масло сливочное	4/4
	Вода	196/196
	Говядина 1 кат.	71,12/70
	Лук репчатый	2,1/1,4
	Соль поваренная пищевая	0,14/0,14
	Морковь, красная	2,24/1,82
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Жаркое по-домашнему</u></b>	<b>150</b>
	Картофель	119,33/89,32
	Лук репчатый	8,86/7,5
	Томатная паста. Консервы	3,38/3,38
	Морковь, красная	9,75/7,5
	Масло сливочное	4,1/4,1
	Мясо отварное	54,54/54,54
<b>ОБЕД</b>	<b><u>КИСЕЛЬ ФРУКТОВО- ЯГОДНЫЙ</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Сахарный песок	4,99/4,99
	Концентрат киселя витаминизированного	15/15
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>580</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Ацидолакт</u></b>	<b>150</b>
	Ацидолакт 3,2% жирности	150/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Вафли</u></b>	<b>20</b>
	Вафли	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Запеканка из творога</u></b>	<b>80</b>
	Крупа манная	4,8/4,8
	Сметана 15,0% жирности	3,2/3,2
	Творог	75,04/73,6
	Сухари панировочные	3,2/3,2
	Масло сливочное	3,2/3,2
	Яйцо	3,2/3,2
	Сахарный песок	6,4/6,4
<b>УЖИН</b>	<b><u>Соус молочный (сладкий)</u></b>	<b>20</b>
	Ванилин	0/0
	Вода	10/10
	Пшеничная мука, первого сорта	0,9/0,9
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	10/10
	Масло сливочное	0,9/0,9

	Сахарный песок	1,6/1,6
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с сахаром</u></b>	<b>150</b>
	Вода	115,5/112,5
	Сахарный песок	7,5/7,5
	Вода	40,5/40,5
	Чай черный байховый	0,52/0,52
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>280</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1633</b>
<b>День 17</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброд с маслом и сыром</u></b>	<b>30</b>
	Сыр "Российский"	7,43/6,93
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	20/20
	Масло сливочное	3,07/3,07
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша молочная "Дружба"</u></b>	<b>180</b>
	Вода	81/81
	Крупа пшено шлифованное	9/9
	Крупа рисовая	10,8/10,8
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	135/135
	Масло сливочное	4,5/4,5
	Сахарный песок	4,5/4,5
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Какао с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	66,66/66,66
	Какао-порошок	1,67/1,67
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	91,67/91,67
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бананы свежие</u></b>	<b>100</b>
	Банан	143/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>460</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свежих помидоров и огурцов</u></b>	<b>40</b>
	Лук репчатый	6/4,8
	Масло растительное	2,4/2,4
	Помидоры (томаты)	22,6/19,2
	Огурец, парниковый	17,52/14
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Капуста белокочанная	50/40
	Картофель	32/24
	Лук репчатый	9,6/8
	Масло растительное	4/4
	Томатная паста. Консервы	2/2
	Морковь, красная	12,6/10
	Сметана 15,0% жирности	5/5
	Вода	320/320
	Лук репчатый	3,2/2,72

	Соль поваренная пищевая	0,8/0,8
	Морковь, красная	3,36/2,72
	Мясо бескостное	53,6/53,6
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Мясо, тушенное в томатном соусе, с маслом растительным</u></b>	<b>70</b>
	Вода	42/42
	Лук репчатый	12,6/10,5
	Масло растительное	3,5/3,5
	Пшеничная мука, первого сорта	3,5/3,5
	Соль поваренная пищевая	0,7/0,7
	Томат-пюре	7/7
	Мясо отварное	29,4/29,4
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Пюре картофельное</u></b>	<b>120</b>
	Картофель	136,8/102,6
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	18,96/18
	Масло сливочное	4,2/4,2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>
	Вода	152,25/152,2
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Сахарный песок	12/12
	Сухофрукты (ассорти)	15/37,5
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>620</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Ряженка</u></b>	<b>150</b>
	Ряженка 4,0% жирности	154,17/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Ватрушки из дрожжевого теста</u></b>	<b>50</b>
	Масло растительное	0,18/0,18
	Пшеничная мука, первого сорта	1,25/1,25
	Яйцо	1,07/1,07
	Ванилин	0/0
	Пшеничная мука, первого сорта	0,86/0,86
	Творог	19,61/19,42
	Яйцо	0,86/0,86
	Сахарный песок	1,07/1,07
	Вода	12,43/12,43
	Дрожжи прессованные (*эргостерин)	0,79/0,79
	Пшеничная мука, высшего сорта	26,23/26,23
	Соль поваренная пищевая	0,41/0,41
	Масло сливочное	0,79/0,79
	Сахарный песок	1,82/1,82
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>200</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Суфле из рыбы</u></b>	<b>60</b>
	Масло растительное	2,25/2,25
	Яйцо	7,5/7,5
	Филе минтая	57/51,75
	Вода	3,04/3,04
	Пшеничная мука, первого сорта	2,63/2,63
	Соль поваренная пищевая	0,16/0,16
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	15,19/15,19
	Масло сливочное	2,63/2,63
<b>УЖИН</b>	<b><u>Рагу из овощей</u></b>	<b>120</b>
	Кабачок	21,6/14,4



	Капуста белокочанная	16,8/13,6
	Картофель	51,2/38,4
	Лук репчатый	19,2/16
	Масло растительное	4,8/4,8
	Морковь, красная	24/19,2
	Пшеничная мука, первого сорта	2,7/2,7
	Соль поваренная пищевая	0,29/0,29
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	27/27
	Сметана 15,0% жирности	9/9
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с сахаром</u></b>	<b>150</b>
	Вода	115,5/112,5
	Сахарный песок	7,5/7,5
	Вода	40,5/40,5
	Чай черный байховый	0,52/0,52
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>360</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1790</b>
<b>День 18</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Пудинг рисовый с изюмом</u></b>	<b>150</b>
	Вода	37,5/37,5
	Изюм	7,95/7,5
	Крупа рисовая	48,75/48,75
	Соль поваренная пищевая	0,38/0,38
	Яйцо куриное	7,5/7,5
	Сухари пшеничные	3/3
	Сахар-песок	6/6
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75/75
	Сметана 15,0% жирности	4,5/4,5
	Масло сливочное	3/3
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Кофейный напиток с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	90/90
	Кофейный напиток "Народный"	2,5/2,5
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75/75
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бананы свежие</u></b>	<b>100</b>
	Банан	143/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>423</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Сок фруктовый витаминизированный</u></b>	<b>150</b>
	Сок яблочный	150/150
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свежих помидоров и огурцов</u></b>	<b>40</b>
	Лук репчатый	6/4,8
	Масло растительное	2,4/2,4
	Помидоры (томаты)	22,6/19,2
	Огурец, парниковый	17,52/14
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп овсяный на мясном бульоне</u></b>	<b>200</b>
	Лук репчатый	9,6/8

	Крупа овсяная	20/20
	Соль поваренная пищевая	0,2/0,2
	Морковь, красная	10/8
	Сметана 15,0% жирности	5/5
	Масло сливочное	4/4
	Вода	280/280
	Говядина 1 кат.	71/70
	Лук репчатый	2,4/1,6
	Соль поваренная пищевая	0,2/0,2
	Морковь, красная	2,6/2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Гуляш из отварного мяса</u></b>	<b>70</b>
	Лук репчатый	7,43/6,12
	Пшеничная мука, первого сорта	1,75/1,75
	Томатная паста. Консервы	2,62/2,62
	Морковь, красная	8,32/6,57
	Отвар овощной	0/23,18
	Масло сливочное	2,18/2,18
	Мясо отварное	35/35
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Гречка отварная с маслом</u></b>	<b>120</b>
	Вода	91,92/91,92
	Гречневая крупа ядрица	48,6/48,6
	Соль поваренная пищевая	0,3/0,3
	Масло сливочное	3,6/3,6
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>
	Вода	152,25/152,2
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Сахарный песок	12/12
	Сухофрукты (ассорти)	15/37,5
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>620</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Ряженка</u></b>	<b>150</b>
	Ряженка 4,0% жирности	154,17/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Печенье</u></b>	<b>20</b>
	Печенье	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Запеканка из творога с яблоком и сметаной</u></b>	<b>80</b>
	Крупа манная	4,8/4,8
	Молоко стерилизованное 3,5% жирности	14,4/14,4
	Масло растительное	3,2/3,2
	Яблоки	19,2/14,4
	Сметана 15,0% жирности	3,2/3,2
	Творог	44,08/43,2
	Сухари панировочные	3,2/3,2
	Яйцо	3,2/3,2
	Сахарный песок	11,2/11,2
<b>УЖИН</b>	<b><u>Соус молочный (сладкий)</u></b>	<b>20</b>
	Ванилин	0/0
	Вода	10/10
	Пшеничная мука, первого сорта	0,9/0,9
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	10/10
	Масло сливочное	0,9/0,9

	Сахарный песок	1,6/1,6
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150</b>
	Вода	125/125
	Лимон	6,66/5,84
	Сахарный песок	8,34/8,34
	Вода	27,01/27,01
	Чай высшего сорта	0,25/0,25
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>280</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1643</b>

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Ясли"	Ед.изм.
1	啣□	Булка 550
2	芝□	г
3	丙□	кг
4	芝□	кг
5	夏□	кг
6	夏□	кг
7	鏹□	кг
8	勳□	кг
9	噉□	кг
10	讙□	кг
11	婁□	кг
12	嶺□	кг
13	營□	кг
14	怖□	кг
15	擗□	кг
16	囁□	кг
17	啣□	кг
18	噉□	кг
19	櫟□	кг
20	櫟□	кг
21	欣□	кг
22	籛□	кг
23	霰□	кг
24	霰□	кг
25	鷓□	кг
26	騙□	кг
27	圃□	л
28	嶺□	л
29	柑□	л
30	擗□	л
31	岫□	шт (яйца)
32	Ванилин	кг
33	Вода	л
34	Говядина 1 кат.	кг
35	Дрожжи прессованные (*эргостерин)	г
36	Лук репчатый	кг
37	Масло сливочное	кг
38	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	л
39	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	л

40	Морковь, красная	кг
41	Мясо бескостное	кг
42	Пшеничная мука, высшего сорта	кг
43	Пшеничная мука, первого сорта	кг
44	Сахарный песок	кг
45	Сметана 15,0% жирности	кг
46	Соль поваренная пищевая	кг
47	Творог	кг
48	Чай высшего сорта	кг
49	Чай черный байховый	кг
50	Яйцо	шт (яйца)
51	ㄹ	л
52	ㄱ	кг
53	ㅇ	кг
54	ㄷ	л
55	ㄷ	кг
56	ㅈ	кг
57	ㅈ	кг
58	ㅊ	л
59	ㅊ	Булка 550
60	ㅊ	Булка 550
61	ㅊ	кг
62	ㅊ	кг
63	ㅊ	л
64	ㅊ	кг
65	ㅊ	кг
66	ㅊ	кг
67	ㅊ	шт (яйца)
68	ㅊ	кг
69	ㅊ	кг
70	ㅊ	кг
71	ㅊ	г
72	ㅊ	г

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
<b>День 19</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша рисовая молочная</u></b>	<b>180</b>
	Вода	59,4/59,4
	Крупа рисовая	17,64/17,64
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	106,2/106,2
	Масло сливочное	4,39/4,39
	Сахарный песок	4,39/4,39
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Какао с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	66,66/66,66
	Какао-порошок	1,67/1,67
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	91,67/91,67
	Сахарный песок	8,34/8,34

<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Яблоки свежие</u></b>	<b>100</b>
	Яблоки	114/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>453</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>
	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из свеклы с изюмом</u></b>	<b>40</b>
	Изюм	4,8/8
	Масло растительное	2,4/2,4
	Свекла	38,4/30
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп картофельный с клецками на курином бульоне</u></b>	<b>200</b>
	Картофель	48,54/36,36
	Лук репчатый	8,72/7,28
	Масло растительное	1,82/1,82
	Морковь, красная	9,1/7,28
	Вода	8,78/8,78
	Пшеничная мука, первого сорта	5,6/5,6
	Соль поваренная пищевая	0,16/0,16
	Масло сливочное	0,64/0,64
	Яйцо	1,6/1,6
	Вода	177,27/177,2
	Лук репчатый	1,64/1,36
	Соль поваренная пищевая	0,14/0,14
	Курица, 1 категории	40,91/36,82
	Морковь, красная	1,77/1,36
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Курица , тушенная в соусе с овощами</u></b>	<b>150</b>
	Картофель	84,14/63,25
	Лук репчатый	18,26/15
	Морковь, красная	32,61/26,08
	Курица отварная	26,08/26,08
	Лук репчатый	6,21/5,22
	Томатная паста. Консервы	2,61/2,61
	Масло сливочное	0,52/0,52
	Пшеничная мука, первого сорта	1,01/1,01
	Соль поваренная пищевая	0,11/0,11
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	10,12/10,12
	Сметана 15,0% жирности	3,38/3,38
	Пшеничная мука, первого сорта	1,96/1,96
	Соль поваренная пищевая	0,21/0,21
	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	19,56/19,56
	Сметана 15,0% жирности	6,52/6,52
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из свежих плодов (1 вариант)</u></b>	<b>150</b>
	Вода	129/129
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Яблоки	34,05/30
	Сахарный песок	15/15
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>580</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Молоко кипяченое</u></b>	<b>150</b>

	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	157,5/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Печенье</u></b>	<b>20</b>
	Печенье	20/20
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>170</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Зразы картофельные, фаршированные овощами, с маслом растительным</u></b>	<b>100</b>
	Капуста белокочанная	11,3/9
	Картофель	121,5/91
	Масло растительное	2/2
	Масло растительное	1/1
	Масло растительное	1/1
	Пшеничная мука, высшего сорта	2/2
	Пшеничная мука, высшего сорта	2/2
	Соль поваренная пищевая	0,25/0,25
	Яйцо куриное	5/5
	Яйцо куриное	5/5
	Морковь, красная	11,3/9
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	13/13
<b>УЖИН</b>	<b><u>Рыба соленая (порциями)</u></b>	<b>40</b>
	Сельдь	83,2/40
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150</b>
	Вода	125/125
	Лимон	6,66/5,84
	Сахарный песок	8,34/8,34
	Вода	27,01/27,01
	Чай высшего сорта	0,25/0,25
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>320</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1673</b>
<b>День 20</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Бутерброды с маслом</u></b>	<b>23</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	19,78/19,09
	Масло сливочное	3,91/3,91
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша геркулесовая молочная с маслом</u></b>	<b>180</b>
	Вода	52,2/52,2
	Овсяные хлопья "Геркулес"	18/18
	Соль поваренная пищевая	0,45/0,45
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	95,4/95,4
	Масло сливочное	4,39/4,39
	Сахарный песок	4,39/4,39
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Кофейный напиток с молоком</u></b>	<b>150</b>
	Вода	90/90
	Кофейный напиток "Народный"	2,5/2,5
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	75/75
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Яблоки свежие</u></b>	<b>100</b>
	Яблоки	114/100
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>453</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток из плодов шиповника</u></b>	<b>150</b>

	Вода	150/150
	Шиповник сухой	15/15
	Сахарный песок	8,34/8,34
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>150</b>
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Салат из моркови с маслом растительным</u></b>	<b>40</b>
	Масло растительное	2,8/2,8
	Морковь, красная	45,6/36,4
	Сахар-песок	1,2/1,2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп из овощей вегетарианский со сметаной</u></b>	<b>200</b>
	Вода	150/150
	Капуста белокочанная	20/16
	Картофель	53,4/40
	Лук репчатый	4,8/4
	Соль поваренная пищевая	0,2/0,2
	Горошек зеленый. Консервы	9,2/6
	Морковь, красная	10/8
	Сметана 15,0% жирности	4/4
	Масло сливочное	4/4
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суфле из печени</u></b>	<b>60</b>
	Лук репчатый	10,68/9
	Печень говяжья	68,4/56,76
	Масло растительное	1,32/1,32
	Пшеничная мука, высшего сорта	3,6/3,6
	Соль поваренная пищевая	0,3/0,3
	Яйцо куриное	6/6
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	31,2/31,2
	Масло сливочное	1,32/1,32
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Пюре картофельное</u></b>	<b>120</b>
	Картофель	136,8/102,6
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	18,96/18
	Масло сливочное	4,2/4,2
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>
	Вода	152,25/152,2
	Лимонная кислота	0,15/0,15
	Сахарный песок	12/12
	Сухофрукты (ассорти)	15/37,5
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>40</b>
	Хлеб ржаной	40/40
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>610</b>
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Молоко кипяченое</u></b>	<b>150</b>
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	157,5/150
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Пирожки печеные из теста дрожжевого с капустой</u></b>	<b>50</b>
	Вода	11,7/11,7
	Дрожжи прессованные (*эргостерин)	0,75/0,75
	Масло растительное	0,15/0,15
	Пшеничная мука, высшего сорта	31/31
	Пшеничная мука, высшего сорта	1,15/1,15
	Соль поваренная пищевая	0,12/0,12
	Масло сливочное	0,75/0,75
	Яйцо	1/1

	Сахарный песок	1,7/1,7
	Капуста белокочанная	24,22/19,38
	Лук репчатый	4,45/3,79
	Масло растительное	0,85/0,85
	Масло растительное	0,51/0,51
	Соль поваренная пищевая	0,04/0,04
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>200</b>
<b>УЖИН</b>	<b><u>Омлет натуральный</u></b>	<b>80</b>
	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	23/23
	Масло сливочное	4/4
	Яйцо	60/60
<b>УЖИН</b>	<b><u>Горошек зеленый консервированный</u></b>	<b>40</b>
	Масло растительное	1,2/1,2
	Горошек зеленый. Консервы	61,6/40
<b>УЖИН</b>	<b><u>Чай с сахаром</u></b>	<b>150</b>
	Вода	115,5/112,5
	Сахарный песок	7,5/7,5
	Вода	40,5/40,5
	Чай черный байховый	0,52/0,52
<b>УЖИН</b>	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	30/30
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>300</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1713</b>
<b>Среднее значение за период</b>		<b>85,65</b>
<b>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</b>		

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Ясли"	Ед.изм.
1	Абрикосы сушеные без косточки (курага)	кг
2	Ацидолакт 3,2% жирности	л
3	Банан	кг
4	Ванилин	кг
5	Вафли	кг
6	Вермишель	кг
7	Вода	л
8	Говядина 1 кат.	кг
9	Горох, лущеный	кг
10	Горошек зеленый. Консервы	кг
11	Гречневая крупа ядрица	кг
12	Дрожжи прессованные (*эргостерин)	г
13	Изюм	кг
14	Кабачок	кг
15	Какао-порошок	г
16	Капуста белокочанная	кг
17	Картофель	кг
18	Кефир 3,2% жирности	л
19	Концентрат киселя витаминизированного	г
20	Кофейный напиток "Народный"	кг
21	Крупа манная	кг
22	Крупа овсяная	кг



23	Крупа перловая	кг
24	Крупа пшено шлифованное	кг
25	Крупа рисовая	кг
26	Крупа ячневая	кг
27	Курица отварная	г
28	Курица, 1 категории	кг
29	Лимон	кг
30	Лимонная кислота	кг
31	Лук репчатый	кг
32	Макаронные изделия, высшего сорта, яичные	кг
33	Макароны из муки 1 сорта	кг
34	Масло растительное	л
35	Масло сливочное	кг
36	Молоко пастеризованное 3,2% жирности	л
37	Молоко стерилизованное 3,2% жирности	л
38	Молоко стерилизованное 3,5% жирности	л
39	Морковь, красная	кг
40	Мясо бескостное	кг
41	Мясо отварное	г
42	Овсяные хлопья "Геркулес"	кг
43	Огурец соленый	кг
44	Огурец, парниковый	кг
45	Отвар овощной	л
46	Петрушка	г
47	Печень говяжья	кг
48	Печенье	кг
49	Повидло	кг
50	Помидоры (томаты)	кг
51	Птица обработанная	кг
52	Пшеничная крупа	кг
53	Пшеничная мука, высшего сорта	кг
54	Пшеничная мука, первого сорта	кг
55	Рис, зерно продовольственное	кг
56	Ряженка 4,0% жирности	л
57	Сахарный песок	кг
58	Сахар-песок	кг
59	Свекла	кг
60	Сельдь	кг
61	Сметана 10,0% жирности	л
62	Сметана 15,0% жирности	кг
63	Сок яблочный	л
64	Соль поваренная пищевая	кг
65	Сухари панировочные	кг
66	Сухари пшеничные	кг
67	Сухофрукты (ассорти)	кг
68	Сыр "Российский"	кг
69	Сыр твердый	кг
70	Творог	кг
71	Творог 9%	кг
72	Томатная паста. Консервы	кг
73	Томат-пюре	кг
74	Треска	кг
75	Фасоль	кг
76	Фасоль, зерно	кг
77	Филе минтая	кг

78	Хлеб пшеничный, формовой из муки 1 сорта	Булка 550
79	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего со	Булка 550
80	Хлеб ржаной	Булка 550
81	Чай высшего сорта	кг
82	Чай черный байховый	кг
83	Шиповник сухой	кг
84	Яблоки	кг
85	Яйцо	шт (яйца)
86	Яйцо куриное	шт (яйца)