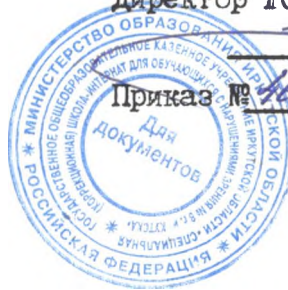


Утверждаю:

Директор ГОКУ «Школа-интернат №3»

И.Г.Макаренко

Приказ № 467 от 01.02 2021г.



ПРИМЕРНОЕ 14 ДНЕВНОЕ МЕНЮ

ОСЕНЬ-ЗИМА

Дети 7-11 лет.

ИРКУТСК 2021г.

Типовое примерное меню

Новое: осень-зима 7-11 интернат, возраст 7-11 лет, сезон осень-зима 7-11 лет, категория Интернат с 7-11 новое

Пример пищи, раздел	1-я понедельник (день №1)	1-я вторник (день №2)	1-я среда (день №3)	1-я четверг (день №4)	1-я пятница (день №5)	1-я суббота (день №6)	1-я воскресенье (день №7)
	Суп молочный с изюмом (7-11) новое 200	Каша молочная манная (7-11) новое 200	Пудинг из творога (7-11) новое 220	Каша молочная рисовая (7-11) новое 200	Каша молочная манная (7-11) новое 200	Омлет натуральный (7-11) новое 150	Запеканка творожная со сгущенным молоком (7-11) новое 200
	Бутерброды с сыром 2-й вариант (7-11) новое 45	Бутерброд с маслом 1-й вариант (7-11) новое 45	Бутерброды с сыром 1-й вариант (7-11) новое 45	Бутерброды с сыром 1-й вариант (7-11) новое 40	Бутерброды с сыром 2-й вариант (7-11) новое 45	Бутерброды с сыром 1-й вариант (7-11) новое 200	Бутерброды с микропродуктами 1-й вариант (7-11) новое 45
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 55	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 60	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 55	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 60	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 55	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 80	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 60
	Кобфейный напиток (7-11) новое 200	Какао на молоке (7-11) новое 200	Молоко кипяченое (7-11) новое 200	Кобфейный напиток со сгущенным молоком (1-й вариант) (7-11) новое 200	Какао со сгущенным молоком (1-й вариант) (7-11) новое 200	Молоко кипяченое (7-11) новое 200	Какао на молоке (7-11) новое 200
			Яблоко отварное (7-11) новое 40				
Завтрак 2	Яблоки свежие (7-11) новое 200	Апельсины (7-11) новое 200	Груша (7-11) новое 200	Ваниль(7-11) новое 200	Апельсины (7-11) новое 200	Яблоки свежие (7-11) новое 190	Груша (7-11) новое 200
	Чай с сахаром (7-11) новое 100	Чай с сахаром (7-11) новое 100	Чай с сахаром (7-11) новое 100	Чай с сахаром (7-11) новое 100	Чай с сахаром (7-11) новое 100	Чай с сахаром (7-11) новое 110	Чай с сахаром (7-11) новое 100
Обед	Салат овощной с кукурузой(7-11) новое 80	Картофельный с запеченым горошком (7-11) новое 80	Маринад овощной (7-11) новое 100	Салат из свеклы с сыром (7-11) новое 80	Салат из свеклы с сыром (7-11) новое 80	Винегрет овощной (7-11) новое 80	Салат из соевых бобов с луком маслом (7-11) новое 80
	Щи из свежей капусты с картофелем (7-11) новое 200	Суп картофельный с рыбными консервами (7-11) новое 200	Рассольник ленинградский (7-11) новое 200	Суп картофельный с бобовыми (7-11) новое 200	Борщ с картофелем капуста (7-11) новое 200	Суп картофельный с фрикадельками (7-11) новое 200	Суп крестьянский с крупой (7-11) новое 200
	Агу из говядины (7-11) новое 250	Биточки из говядины (7-11) новое 100	Рагу из курицы (7-11) новое 225	Рыба жареная (7-11) новое 100	Гуляш из говядины (7-11) новое 120	Жаркое из говядины (7-11) новое 250	Рыба тушеная под овощами (7-11) новое 250
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 25	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 20	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 20	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 25	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 25	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 20	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 25
	Компот из сухофруктов (7-11) новое 180	Компот из изюма (7-11) новое 180	Напиток из шиповника (7-11) новое 180	Компот из чернослива (7-11) новое 180	Компот из курицы (7-11) новое 180	Кисель плодово-ягодный (7-11) новое 180	Компот из сухофруктов (7-11) новое 180
		Рагу из овощей (7-11) новое 200		Картофельное пюре (7-11) новое 200	Капуста тушеная (7-11) новое 200		
Полдник	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200
	Пряники (7-11) новое 15	Вафли(7-11) новое 15	Печенье сахарное (7-11) новое 10	Пряники (7-11) новое 10	Зефир (7-11) новое 10	Ватрушка с творогом (7-11) новое 60	Блинчики с джемом (7-11) новое 145
	Зеленый горошек (7-11) новое 40	Огурцы соленые (7-11) новое 50	Кукуруза консервированная (7-11) новое 50	Зеленый горошек (7-11) новое 50	Сельдь соленая порц (7-11) новое 35	Огурцы соленые (7-11) новое 30	Кукуруза консервированная (7-11) новое 50
	Плов из отварной курицы (7-11) новое 240	Тфтели из говядины с рисом (7-11) новое 90	Макароник с мясом (7-11) новое 225	Рыба запеченная с овощами (7-11) новое 200	Фрикадельки из кур (7-11) новое 90	Картофельная котлета (7-11) новое 250	Котлеты из говядины (7-11) новое 80
	Яблоко отварное (7-11) новое 40	Капуста тушеная (7-11) новое 200	Масло сливочное (7-11) новое 20	Сыр (порционно 7-11) новое 30	Рагу из овощей (7-11) новое 200	Яблоко отварное (7-11) новое 40	Картофельное пюре (7-11) новое 150
	Чай с сахаром (7-11) новое 180	Молоко кипяченое (7-11) новое 200	Чай с лимоном (7-11) новое 200	Чай с лимоном (7-11) новое 200	Чай с сахаром (7-11) новое 200	Молоко кипяченое (7-11) новое 200	Чай с сахаром (7-11) новое 200
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 25	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 25	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 25	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 25	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 25	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 25	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 25
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 25	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40
Ужин 2	Ряженка 2,5 (7-11) новое 150	Биокефир (7-11) новое 150	Кефир (7-11) новое 150	Снежок (7-11) новое 150	Ряженка 2,5 (7-11) новое 150	Биокефир (7-11) новое 150	Кефир (7-11) новое 150

2-я неделя

Пример пищи, раздел	2-я понедельник (день №8)	2-я вторник (день №9)	2-я среда (день №10)	2-я четверг (день №11)	2-я пятница (день №12)	2-я суббота (день №13)	2-я воскресенье (день №14)
	Каша молочная Дружба (7-11) новое 200	Каша молочная манная (7-11) новое 200	Пудинг из творога (7-11) новое 220	Каша молочная рисовая (7-11) новое 200	Каша молочная манная (7-11) новое 200	Омлет натуральный (7-11) новое 180	Каша молочная пшеничная (7-11) новое 200
	Бутерброды с сыром 2-й вариант (7-11) новое 45	Бутерброды с сыром 1-й вариант (7-11) новое 45	Бутерброды с микропродуктами 1-й вариант (7-11) новое 45	Бутерброд с маслом 1-й вариант (7-11) новое 45	Бутерброды с сыром 1-й вариант (7-11) новое 45	Бутерброды с сыром 1-й вариант (7-11) новое 45	Бутерброды с микропродуктами 1-й вариант (7-11) новое 40
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 60	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 60	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 60	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 60	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 60	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 80	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 60
	Кобфейный напиток со сгущенным молоком (1-й вариант) (7-11) новое 200	Чай с молоком (7-11) новое 200	Кобфейный напиток (7-11) новое 200	Какао со сгущенным молоком (1-й вариант) (7-11) новое 200	Какао на молоке (7-11) новое 200	Кобфейный напиток (7-11) новое 200	Чай с молоком (7-11) новое 200
			Яблоки свежие (7-11) новое 200	Груша (7-11) новое 200	Апельсины (7-11) новое 200	Бананы(7-11) новое 200	Груша (7-11) новое 200
Завтрак 2	Чай с сахаром (7-11) новое 100	Чай с сахаром (7-11) новое 100	Чай с сахаром (7-11) новое 100	Чай с сахаром (7-11) новое 100	Чай с сахаром (7-11) новое 100	Чай с сахаром (7-11) новое 100	Чай с сахаром (7-11) новое 100
Обед	Салат овощной с кукурузой(7-11) новое 60	Салат из свеклы отварной (7-11) новое 60	Салат картофельный с запеченым горошком (7-11) новое 200	Салат из свеклы с сыром (7-11) новое 60	Сельдь соленая с луком (7-11) новое 60	Маринад овощной (7-11) новое 100	Винегрет овощной (7-11) новое 100
	Суп картофельный с бобовыми (7-11) новое 200	Щи из свежей капусты с картофелем (7-11) новое 200	Суп картофельный с макаронными изделиями (7-11) новое 200	Рассольник ленинградский (7-11) новое 200	Суп картофельный с рыбными консервами (7-11) новое 200	Борщ с картофелем капуста (7-11) новое 200	Суп картофельный с мясными фрикадельками (7-11) новое 200
	Жаркое из говядины (7-11) новое 250	Рыба жареная (7-11) новое 100	Мясо тушеное (7-11) новое 100	Рыба тушеная под овощами (7-11) новое 250	Биточки куриные с маслом (7-11) новое 75	Плов из отварной говядины (7-11) новое 250	Котлета любительская (7-11) новое 100
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 50	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 45
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 30	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 30	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 35	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 35	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 35	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40
	Напиток из шиповника (7-11) новое 180	Компот из изюма (7-11) новое 180	Кисель плодово-ягодный (7-11) новое 180	Компот из курицы (7-11) новое 180	Компот из изюма (7-11) новое 180	Компот из шиповника (7-11) новое 180	Напиток из шиповника (7-11) новое 180
		Рис припущенный (7-11) новое 150	Картофель отварной (7-11) новое 150		Рагу из овощей (7-11) новое 200		Макаронные изделия отварные (7-11) новое 150
Полдник	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200	Сок (7-11) новое 200
	Вафли(7-11) новое 10	Зефир (7-11) новое 35	Пряники (7-11) новое 15	Печенье сахарное (7-11) новое 10	Вафли(7-11) новое 10	Блинчики с джемом (7-11) новое 200	Ватрушка с творогом (7-11) новое 60
Ужин	Зеленый горошек (7-11) новое 40	Сельдь соленая порц (7-11) новое 35	Кукуруза консервированная (12-18) новое 40	Огурцы соленые (7-11) новое 30	Зеленый горошек (7-11) новое 40	Кукуруза консервированная (7-11) новое 40	Огурцы соленые (7-11) новое 30
	Плов из отварной курицы (7-11) новое 240	Котлеты из говядины (7-11) новое 100	Макароник с мясом (7-11) новое 250	Рагу из курицы (7-11) новое 250	Жаркое из говядины (7-11) новое 250	Плов из отварной говядины (7-11) новое 250	Тфтели рыбные (7-11) новое 100
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 35	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 35	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 40	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое 35
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 35	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 35	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 35	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 35	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 35	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 40	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое 35
	Чай с молоком (7-11) новое 180	Чай с сахаром (7-11) новое 180	Молоко кипяченое (7-11) новое 200	Напиток из шиповника (7-11) новое 180	Чай с молоком (7-11) новое 200	Чай с сахаром (7-11) новое 200	Молоко кипяченое (7-11) новое 200
	Яблоко отварное (7-11) новое 40	Капуста тушеная (7-11) новое 200	Масло сливочное (7-11) новое 15	Яблоко отварное (7-11) новое 40		Масло сливочное (7-11) новое 20	Картофельное пюре (7-11) новое 200
Ужин 2	Снежок (7-11) новое 150	Ряженка 2,5 (7-11) новое 150	Биокефир (7-11) новое 150	Кефир (7-11) новое 150	Снежок (7-11) новое 150	Ряженка 2,5 (7-11) новое 150	Кефир (7-11) новое 150

Примерное меню

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Суп молочный с макаронными изделиями (7-11) новое	200	5	10	13	205		15 188
	Бутерброды с сыром 2-вариант (7-11) новое	45	4	4	8	101		15 091,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	55	5	1	45	193		15 003,01
	Кофейный напиток (7-11) новое	200	1	3	14	79	1	11 052
Итого за Завтрак			15	18	80	578		
	Яблоки свежие (7-11) новое	200	1	1	20	112	20	15 165,01
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			1	1	21	122		
	Салат овощной с кукурузой(7-11) новое	80	2	7	14	112	3	15 189
	Щи из свежей капусты с картофелем (7-11) новое	200	6	6	12	155	5	15 032,03
	Азу из говядины (7-11) новое	250	15	15	37	322	8	15 037,02
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	25	2		21	88		15 003,01
	Компот из сухофруктов (7-11) новое	180			23	93		15 066,03
Итого за Обед			27	28	123	844		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Пряники (7-11) новое2	15	1	5	11	130		15 144,02
Итого за Полдник			9	9	45	303		
	Зеленый горошек (7-11) новое	40			3	16	4	15 137,01
	Плов из отварной курицы (7-11) новое	240	7	11	30	207	4	15 104,03
	Яйцо отварное (7-11) новое	40	4	5		53		15 114,05
	Чай с сахаром (7-11) новое	180			1	19		15 065,03
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	25	1		8	37		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	25	2		21	88		15 003,01
Итого за Ужин			14	16	63	420		
	Ряженка 2.5 (7-11) новое	150	4	4	6	91		15 124,01
Итого за Ужин 2			4	4	6	91		
Итого за день			70	76	338	2358		

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 2)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Каша молочная овсянная из Геркулеса (7-11) новое	200	6	7	14	218		15 059,03
	Бутерброд с маслом 1-вариант (7-11) новое	45	2	4	9	96		15 092,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	60	5	1	49	211		15 003,01
	Какао на молоке (7-11) новое	200	3	3	14	76	1	15 064,02
Итого за Завтрак			16	15	86	601		
	Апельсины (7-11) новое	200	2		16	86	120	15 174,01
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			2		17	96		
	Салат картофельный с зеленым горошком (7-11) новое	80	3	4	12	97	6	15 071,03
	Суп картофельный с рыбными консервами (7-11) новое	200	4	4	16	156	4	15 030,07
	Биточки из говядины (7-11) новое	100	14	7	32	235	1	15 038,04
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	20	2		16	70		15 003,01
	Компот из изюма (7-11) новое	180			18	84		15 068,05
	Рагу из овощей (7-11) новое	200	2	4	12	107	4	15 051,03
Итого за Обед			27	19	122	823		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Вафли(7-11) новое	15	2	11	19	140		15 128,01
Итого за Полдник			10	15	53	313		
	Огурцы соленые. (7-11)) новое	50			1	7	1	9 122,02
	Тефтели из говядины с рисом (7-11) новое	90	6	8	24	196	2	15 045,03
	Капуста тушеная (7-11) новое	200	5	4	12	92	3	15 046,02
	Молоко кипяченое (7-11) новое	200	2	3	9	56	1	15 138,01
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	25	1		8	37		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	40	4	1	33	141		15 003,01
Итого за Ужин			18	16	87	529		
	Биойогурт (7-11) новое	150	5	4	19	124	1	15 111,01
Итого за Ужин 2			5	4	19	124		
Итого за день			78	69	384	2486		

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Пудинг из творога (7-11) новое	220	5	7	19	217		15 056,03
	Бутерброды с джемом 1-вариант (7-11) новое	45	1		9	56		15 094,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	55	5	1	45	193		15 003,01
	Молоко кипяченое (7-11) новое	200	2	3	9	56	1	15 138,01
	Яйцо отварное (7-11) новое	40	4	5		53		15 114,05
Итого за Завтрак			17	16	82	575		
	Груша (7-11) новое	200	1	1	14	113	10	11 008,02
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			1	1	15	123		
	Маринад овощной (7-11) новое	100	2	3	11	79	2	15 074,03
	Рассольник ленинградский (7-20011) новое		5	10	14	173	4	15 029,03
	Рагу из курицы (7-11) новое	225	15	13	42	341	3	15 042,03
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	20	2		16	70		15 003,01
	Напиток из шиповника (7-11) новое	180			16	77	24	15 070,02
Итого за Обед			26	26	115	814		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Печенье сахарное (7-11) новое	10	1	5	7	141		15 123,01
Итого за Полдник			9	9	41	314		
	Кукуруза консервированная (7-11) новое	50	1		6	29	2	15 122
	Макаронник с мясом (7-11) новое	225	10	10	32	110	1	15 097,03
	Масло сливочное (7-11) новое	20		5		150		15 105,02
	Чай с молоком (7-11) новое	200	1	2	3	50		15 108,02
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	25	1		8	37		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	40	4	1	33	141		15 003,01
Итого за Ужин			17	18	82	517		
	Кефир (7-11) новое	150	3	3	15	117	1	15 110
Итого за Ужин 2			3	3	15	117		
Итого за день			73	73	350	2460		

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 4)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Порция пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Каша молочная рисовая (7-11) новое	200	5	6	16	148	1	15 026,02
	Бутерброды с сыром 1-вариант (7-11) новое	40	4	6	10	105		15 090,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	60	5	1	49	211		15 003,01
	Кофейный напиток со сгущенным молоком (I вариант) (7-11) новое	200	2	3	15	71		11 049,03
Итого за Завтрак			16	16	90	535		
	Бананы(7-11) новое	200	3	1	20	115	20	15 141,01
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			3	1	21	125		
	Салат из свеклы с сыром (7-11) новое	80	4	7	12	106	4	15 076,03
	Суп картофельный с бобовыми (7-11) новое	200	8	7	19	139	4	15 035,03
	Рыба жареная (7-11) новое	100	9	6	20	244	1	15 053,03
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	25	2		21	88		15 003,01
	Компот из чернослива (7-11) новое	180			23	83		15 114,07
	Картофельное пюре (7-11) новое	200	2	5	21	100	2	15 044,02
Итого за Обед			27	25	132	834		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Пряники (7-11) новое	10	1	5	9	78		15 144,01
Итого за Полдник			9	9	43	251		
	Зеленый горошек (7-11) новое	50			3	20	5	15 137,01
	Рыба, запеченная с яйцом (7-11) новое	200	5	8	12	164	2	15 190
	Сыр (порционно 7-11 лет) новое	30	7	9	8	109		15 127,01
	Чай с лимоном (7-11) новое	200			10	32	2	15 063,01
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	25	1		8	37		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	40	4	1	33	141		15 003,01
Итого за Ужин			17	18	74	503		
	Снежок (7-11) новое	150	5	5	20	119	1	15 147,01
Итого за Ужин 2			5	5	20	119		
Итого за день			77	74	380	2367		

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Каша молочная манная (7-11) новое	200	6	6	13	159		15 060,02
	Бутерброды с маслом 2-вариант (7-11) новое	45	4	6	14	75		15 093,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	55	5	1	45	193		15 003,01
	Какао со сгущенным молоком (I вариант) (7-11) новое	200	1	4	14	94		11 055,03
Итого за Завтрак			16	17	86	521		
	Апельсины (7-11) новое	200	2		16	86	120	15 174,01
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			2		17	96		
	Салат картофельный с солеными огурцами (7-11) новое	80	1	4	9	78	5	15 077,02
	Борщ с картофелем, капустой (7-11) новое 2	200	3	7	12	129	3	15 034,04
	Гуляш из говядины (7-11) новое	120	13	11	45	290	2	15 041,02
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	25	2		21	88		15 003,01
	Компот из кураги (7-11) новое	180	1		24	91	1	15 114,04
	Капуста тушеная (7-11) новое	200	5	4	12	92	3	15 046,02
Итого за Обед			27	26	139	842		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Зефир (7-11) новое	10	1	2	5	43		15 134,01
Итого за Полдник			9	6	39	216		
	Сельдь соленая порц (7-11) новое	35	1	3		51		15 177,01
	Фрикадельки из кур (7-11) новое	90	7	7	13	172	1	15 191
	Рагу из овощей (7-11) новое	200	2	4	12	107	4	15 051,03
	Чай с сахаром (7-11) новое	200			1	21		15 065,03
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	25	1		8	37		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	40	4	1	33	141		15 003,01
Итого за Ужин			15	15	67	529		
	Ряженка 2,5 (7-11) новое	150	4	4	6	91		15 124,01
Итого за Ужин 2			4	4	6	91		
Итого за день			73	68	354	2295		

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 6)

Дата:

Сезон:

Возрастная категория

Сорт пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Омлет натуральный (7-11) новое	150	7	11	12	108	1	15 201
	Бутерброды с джемом 1-вариант (7-11) новое	200	3	2	40	250	2	15 094,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	80	7	1	66	281		15 003,01
	Молоко кипяченое (7-11) новое	200	2	3	9	56	1	15 138,01
Итого за Завтрак			19	17	127	695		
	Яблоки свежие (7-11) новое	190	1	1	19	106	19	15 165,01
	Чай с сахаром (7-11) новое	110			1	11		15 065,03
Итого за Завтрак 2			1	1	20	117		
	Винегрет овощной (7-11) новое	80	1	4	8	76	4	15 073,03
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (7-11) новое	200	6	8	14	149	6	15 027,02
	Жаркое из говядины (7-11) новое	250	15	17	50	380	7	15 048,02
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	20	2		16	70		15 003,01
	Кисель плодово-ягодный (7-11) новое	180			5	38	20	15 161,01
Итого за Обед			26	29	109	787		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Ватрушка с творогом (7-11) новое	60	15	12	26	154	1	12 004,02
Итого за Полдник			23	16	60	327		
	Огурцы соленые. (7-11)) новое	30			1	4	1	9 122,02
	Картофельная запеканка с мясом (7-11) новое	250	6	8	31	237	4	15 036,02
	Яйцо отварное (7-11) новое	40	4	5		53		15 114,05
	Молоко кипяченое (7-11) новое	200	2	3	9	56	1	15 138,01
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	25	1		8	37		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	40	4	1	33	141		15 003,01
Итого за Ужин			17	17	82	528		
	Биойогурт (7-11) новое	150	5	4	19	124	1	15 111,01
Итого за Ужин 2			5	4	19	124		
Итого за день			91	84	417	2578		

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Запеканка творожная со сгущ 200 молоком(7-11) новое		6	12	17	199		15 055,02
	Бутерброды с 45 мясопродуктами 1-вариант (7-11) новое		3	1	9	57		15 089,02
	Хлеб пшеничный 60 (порциями)(7-11) новое		5	1	49	211		15 003,01
	Какао на молоке (7-11) новое 200		3	3	14	76	1	15 064,02
Итого за Завтрак			17	17	89	543		
	Груша (7-11) новое 200		1	1	14	113	10	11 008,02
	Чай с сахаром (7-11) новое 100				1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			1	1	15	123		
	Салат из соленых огурцов с 80 луком, маслом (7-11) новое		1	4	2	49	3	15 078,02
	Суп крестьянский с крупой (7- 200 11) новое		2	5	13	151	3	15 033,03
	Рыба тушеная под овощами 250 (7-11) новое		20	13	32	370	8	15 052,03
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) 50 новое		2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный 25 (порциями)(7-11) новое		2		21	88		15 003,01
	Компот из сухофруктов (7-11) 180 новое				23	93		15 066,03
Итого за Обед			27	22	107	825		
	Сок (7-11) новое 200		8	4	34	173	7	15 113,02
	Блинчики с джемом (7-11) 145 новое		8	8	30	228	1	15 081,03
Итого за Полдник			16	12	64	401		
	Кукуруза консервированная 50 (7-11) новое		1		6	29	2	15 122
	Котлеты Из говядины (7-11) 80 новое		8	7	7	157	1	15 038,05
	Картофельное пюре (7-11) 150 новое		2	4	15	75	1	15 044,02
	Чай с молоком (7-11) новое 200		1	2	3	50		15 108,02
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) 25 новое		1		8	37		15 001,02
	Хлеб пшеничный 40 (порциями)(7-11) новое		4	1	33	141		15 003,01
Итого за Ужин			17	14	72	489		
	Кефир (7-11) новое 150		3	3	15	117	1	15 110
Итого за Ужин 2			3	3	15	117		
Итого за день			81	69	362	2498		

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Каша молочная Дружба (7-11) новое 2	200	6	9	29	217	2	15 057,04
	Бутерброды с маслом 2-вариант (7-11) новое	45	4	6	14	75		15 093,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	60	5	1	49	211		15 003,01
	Кофейный напиток со сгущенным молоком (1 вариант) (7-11) новое	200	2	3	15	71		11 049,03
Итого за Завтрак			17	19	107	574		
	Бананы(7-11) новое	200	3	1	20	115	20	15 141,01
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			3	1	21	125		
	Салат овощной с кукурузой(7-11) новое	60	1	5	11	84	2	15 189
	Суп картофельный с бобовыми (7-11) новое	200	8	7	19	139	4	15 035,03
	Жаркое из говядины (7-11) новое 2	250	12	14	30	289	3	15 048,04
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	30	3	1	25	106		15 003,01
	Напиток из шиповника (7-11) новое	180			16	77	24	15 070,02
Итого за Обед			26	27	117	769		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Вафли(7-11) новое	10	2	7	12	93		15 128,01
Итого за Полдник			10	11	46	266		
	Зеленый горошек (7-11) новое	40			3	16	4	15 137,01
	Плов из отварной курицы (7-11) новое	240	7	11	30	207	4	15 104,03
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	40	4	1	33	141		15 003,01
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	35	1		11	51		15 001,02
	Чай с молоком (7-11) новое	180	1	1	3	45		15 108,02
	Яйцо отварное (7-11) новое	40	4	5		53		15 114,05
Итого за Ужин			17	18	80	513		
	Снежок (7-11) новое	150	5	5	20	119	1	15 147,01
Итого за Ужин 2			5	5	20	119		
Итого за день			78	81	391	2366		

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Порция пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Каша молочная манная (7-11) новое 2	200	6	6	31	173	1	15 060,04
	Бутерброды с сыром 1-вариант (7-11) новое	45	5	7	12	118		15 090,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	60	5	1	49	211		15 003,01
	Чай с молоком (7-11) новое	200	1	2	3	50		15 108,02
Итого за Завтрак			17	16	95	552		
	Апельсины (7-11) новое	200	2		16	86	120	15 174,01
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			2		17	96		
	Салат из свеклы отварной (7-11) новое	60	1	5	5	68	6	15 079,02
	Щи из свежей капусты с картофелем (7-11) новое	200	6	6	12	155	5	15 032,03
	Рыба жареная (7-11) новое 2	100	13	9	11	177	1	15 053,04
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	30	3	1	25	106		15 003,01
	Компот из изюма (7-11) новое	180			18	84		15 068,05
	Рис припущенный (7-11) новое 2	150	1	6	46	259		15 050,04
Итого за Обед			26	27	133	923		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Зефир (7-11) новое	35	2	8	16	149		15 134,01
Итого за Полдник			10	12	50	322		
	Сельдь соленая порц (7-11) новое	35	1	3		51		15 177,01
	Котлеты Из говядины (7-11) новое 2	100	6	9	19	166	1	15 038,08
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	40	4	1	33	141		15 003,01
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	35	1		11	51		15 001,02
	Чай с сахаром (7-11) новое	180			1	19		15 065,03
	Капуста тушеная (7-11) новое	200	5	4	12	92	3	15 046,02
Итого за Ужин			17	17	76	520		
	Ряженка 2,5 (7-11) новое	150	4	4	6	91		15 124,01
Итого за Ужин 2			4	4	6	91		
Итого за день			76	76	377	2504		

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 10)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Пудинг из творога (7-11) новое 2	220	8	11	20	198	1	15 056,04
	Бутерброды с мясопродуктами 1-вариант (7-11) новое	45	3	1	9	57		15 089,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	60	5	1	49	211		15 003,01
	Кофейный напиток (7-11) новое	200	1	3	14	79	1	11 052
Итого за Завтрак			17	16	92	545		
	Яблоки свежие (7-11) новое	200	1	1	20	112	20	15 165,01
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			1	1	21	122		
	Салат картофельный с зеленым горошком (7-11) новое 2	60	2	1	6	91	4	15 071,04
	Суп картофельный с макаронными изделиями (7-11) новое 2	200	4	6	11	130	14	15 031,04
	Мясо тушеное (7-11) новое 2.	100	12	11	33	251	2	15 039,04
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	35	3	1	29	123		15 003,01
	Кисель плодово-ягодный (7-11) новое	180			5	38	20	15 161,01
	Картофель отварной (7-11) новое	150	3	9	24	131	29	15 117,01
Итого за Обед			26	28	124	838		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Пряники (7-11) новое	15	2	8	13	117		15 144,01
Итого за Полдник			10	12	47	290		
	Кукуруза консервированная (12-18) новое	40	1		4	23	2	175,01
	Макаронник с мясом (7-11) новое 2	250	8	7	23	132	1	15 097,04
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	35	3	1	29	123		15 003,01
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	35	1		11	51		15 001,02
	Молоко кипяченое (7-11) новое	200	2	3	9	56	1	15 138,01
	Масло сливочное (7-11) новое	15		3		112		15 105,02
Итого за Ужин			15	14	76	497		
	Биойогурт (7-11) новое 2	150	3	5	19	115	1	15 111,02
Итого за Ужин 2			3	5	19	115		
Итого за день			72	76	379	2407		

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 11)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория:

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Каша молочная рисовая (7-11) новое 2	200	8	8	17	166	2	15 026,04
	Бутерброд с маслом 1-вариант (7-11) новое	45	2	4	9	96		15 092,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	60	5	1	49	211		15 003,01
	Какао со сгущенным молоком (I вариант) (7-11) новое	200	1	4	14	94		11 055,03
Итого за Завтрак			16	17	89	567		
	Груша (7-11) новое	200	1	1	14	113	10	11 008,02
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			1	1	15	123		
	Салат из свеклы с сыром (7-11) новое	60	3	5	9	79	3	15 076,03
	Рассольник ленинградский (7-11) новое	200	5	10	14	173	4	15 029,03
	Рыба тушеная под овощами (7-11) новое 2	250	14	11	30	293	5	15 052,04
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	35	3	1	29	123		15 003,01
	Компот из кураги (7-11) новое	180	1		24	91	1	15 114,04
Итого за Обед			28	27	122	833		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Печенье сахарное (7-11)	10	2	6	21	131		15 123
Итого за Полдник			10	10	55	304		
	Огурцы соленые. (7-11) новое	30			1	4	1	9 122,02
	Рагу из курицы (7-11) новое 2	250		7	19	226	5	15 042,04
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	40	4	1	33	141		15 003,01
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	35	1		11	51		15 001,02
	Напиток из шиповника (7-11) новое	180			16	77	24	15 070,02
	Яйцо отварное (7-11) новое	40	4	5		53		15 114,05
Итого за Ужин			9	13	80	552		
	Кефир (7-11) новое	150	3	3	15	117	1	15 110
Итого за Ужин 2			3	3	15	117		
Итого за день			67	71	376	2496		

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 12)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Каша молочная Дружба (7-11) новое 2	200	6	9	29	217	2	15 057,04
	Бутерброды с джемом 1-вариант (7-11) новое	45	1		9	56		15 094,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	60	5	1	49	211		15 003,01
	Какао на молоке (7-11) новое	200	3	3	14	76	1	15 064,02
Итого за Завтрак			15	13	101	560		
	Апельсины (7-11) новое	200	2		16	86	120	15 174,01
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			2		17	96		
	Сельдь соленая с луком (7-11)	60	8	3	1	114	1	15 099
	Суп картофельный с рыбными консервами (7-11) новое	200	4	4	16	156	4	15 030,07
	Биточки куриные с маслом (7-11) новое 2	75	6	12	26	175	1	15 043,04
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	35	3	1	29	123		15 003,01
	Компот из изюма (7-11) новое	180			18	84		15 068,05
	Рагу из овощей (7-11) новое	200	2	4	12	107	4	15 051,03
Итого за Обед			25	24	118	833		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Вафли(7-11) новое	10	2	7	12	93		15 128,01
Итого за Полдник			10	11	46	266		
	Зеленый горошек (7-11) новое	40			3	16	4	15 137,01
	Жаркое из говядины (7-11) новое 2	250	12	14	30	289	3	15 048,04
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	35	3	1	29	123		15 003,01
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	35	1		11	51		15 001,02
	Чай с молоком (7-11) новое	200	1	2	3	50		15 108,02
Итого за Ужин			17	17	76	529		
	Снежок (7-11) новое 2	150	3	3	11	109	1	15 147,02
Итого за Ужин 2			3	3	11	109		
Итого за день			72	68	369	2393		

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 13)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Омлет натуральный (7-11) новое2	180	10	8	5	202	1	15 201,01
	Бутерброды с сыром 1-вариант (7-11) новое	45	5	7	12	118		15 090,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	80	7	1	66	281		15 003,01
	Кофейный напиток (7-11) новое	200	1	3	14	79	1	11 052
Итого за Завтрак			23	19	97	680		
	Бананы(7-11) новое 2	200	9	9	20	111	20	15 141,02
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			9	9	21	121		
	Маринад овощной (7-11) новое	100	2	3	11	79	2	15 074,03
	Борщ с картофелем,капустой (7-11) новое	200	5	10	12	161	23	15 034,02
	Плов из отварной говядины (7-11) новое 2	250	17	14	44	284	2	15 101,04
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	50	2		16	74		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	40	4	1	33	141		15 003,01
	Компот из чернослива (7-11) новое	180			23	83		15 114,07
Итого за Обед			30	28	139	822		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Блинчики с джемом (7-11) новое 2	165	5	13	30	220	2	15 081,04
Итого за Полдник			13	17	64	393		
	Кукуруза консервированная (7-11) новое	40	1		4	23	1	15 122
	Сырники запеченные из творога полужирного (7-11) новое	180	11	11	24	128	1	5 022,03
	Хлеб пшеничный (порциями)(7-11) новое	40	4	1	33	141		15 003,01
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	40	1		13	59		15 001,02
	Чай с сахаром (7-11) новое	200			1	21		15 065,03
	Масло сливочное (7-11) новое	20		5		150		15 105,02
Итого за Ужин			17	17	75	522		
	Ряженка 2,5 (7-11) новое	150	4	4	6	91		15 124,01
Итого за Ужин 2			4	4	6	91		
Итого за день			96	94	402	2629		

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 14)

Диета:

Сезон:

Возрастная категория

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
	Каша молочная пшеничная (7-11) новое 2	200	6	9	30	199	1	15 061,04
	Бутерброды с мясопродуктами "вареник" (7-11) новое	40	2	1	8	50		15 089,02
	Хлеб пшеничный (порциями) (7-11) новое	60	5	1	49	211		15 003,01
	Чай с молоком (7-11) новое	200	1	2	3	50		15 108,02
Итого за Завтрак			14	13	90	510		
	Творог (7-11) новое	200	1	1	14	113	10	11 008,02
	Чай с сахаром (7-11) новое	100			1	10		15 065,03
Итого за Завтрак 2			1	1	15	123		
	Винегрет овощной (7-11) новое	100	2	5	10	94	5	15 073,03
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (7-11) новое	200	6	8	14	149	6	15 027,02
	Котлета любительская (7-11)	100	13	6	7	171	2	15 202
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	45	2		14	66		15 001,02
	Хлеб пшеничный (порциями) (7-11) новое	40	4	1	33	141		15 003,01
	Напиток из шиповника (7-11) новое	180			16	77	24	15 070,02
	Макаронные изделия отварные (7-11) новое	150		6		121		15 054,03
Итого за Обед			27	26	94	819		
	Сок (7-11) новое	200	8	4	34	173	7	15 113,02
	Ватрушка с творогом (7-11) новое 2	60	12	8	21	210		12 004,03
Итого за Полдник			20	12	55	383		
	Огурцы соленые. (7-11) новое	30			1	4	1	9 122,02
	Тефтели рыбные (7-11) новое 2	100	7	7	6	147	1	15 115,03
	Хлеб пшеничный (порциями) (7-11) новое	35	3	1	29	123		15 003,01
	Хлеб 2 сорт (ржаной) (7-11) новое	35	1		11	51		15 001,02
	Молоко кипяченое (7-11) новое	200	2	3	9	56	1	15 138,01
	Картофельное пюре (7-11) новое	200	2	5	21	100	2	15 044,02
Итого за Ужин			15	16	77	481		
	Кефир (7-11) новое	150	3	3	15	117	1	15 110
Итого за Ужин 2			3	3	15	117		
Итого за день			80	71	346	2433		

Составил _____

Дата _____