

2-я неделя

	Понедельник																
	Завтрак																
С61983 №8	Бутерброд с сыром	20/50	4,0	11,6	9,8	280	33,6	30,0	300	16,4	180	0,3	63,0	0	0,1	0,6	0,2
С61983 №411	Каша молочная рисовая с маслом	230/6	5,8	9,4	34,8	247	57,6	65	20	36	102	0,8	0	0,04	0,02	1,0	0
С62009 №291	Какао на молоке	200	3,6	3,6	22,8	135,0	-	-	110,0	26,97	101,1	0,9	18,0	0,03	0,13	0,12	
ТТК	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,3	117,0	84,3	181,4	294,3	44,3	1,7	3,1	22,9	0,16	0,06	1,7	0
			17,4	25,1	91,7	779,0											
	Завтрак-2																
	Пирожки печеные с мясом	75	9,6	13,1	23,7	250,5	281	143	16	24	82	1,1	0	0,09	0,08	2,1	0
с1983№948	Кисель Золотой шар	200	-	-	26,0	106,0	5,3	29,3	16,0	2,7	8,0	0,27	0,16	0,4	0,45	4,0	26,7
			9,6	13,1	49,7	356,5											
	Обед																
С61983 №100	Салат «Мясной»	80	4,16	15,04	5,76	175,2	287	276	28	21	78	1,1	30	0,06	0,1	1,0	7,7
С6 1983 №175	Борщ из св. капусты со сметаной	250/10	1,9	7,5	12,0	105,0	658	405	37,0	20,97	48,1	0,97	26,7	0,04	0,05	0,8	8,0
С6 2009 №59	Суфле рыбное	100/5	16,4	12,0	2,8	185,0	-	-	39,0	11,3	109,4	0,56	37,01	0,05	0,1		0,02
С61983 №759	Картофельное пюре	200	4,1	6,6	26,9	186	387	684	40	30	84	1,0	4	0,15	0,1	1,5	5,6
С61983 №935	Компот из кураги	200	3,1	-	34,0	140,2	4,44	137,8	20	4,44	11,11	0,2	0	0	0,02	0,22	2,0
ТТК	Хлеб пшен. /ржаной	100/50	12,0	1,5	73,5	352,5	84,3	181,4	294,3	44,3	1,7	3,1	22,9	0,16	0,06	0,6	10,
			41,66	42,64	154,96	1143,9											
	Полдник																
	Бананы свежие	100	1,5	0,5	21,0	96,0	31	348	8	42	28	0,6	0	0,04	0,05	96	10,
			1,5	0,5	21,0	96,0											
	Ужин																
С62009№60	Бефстроганов	50/50	13,5	14,4	4,4	202	950	140	28,01	23,6	187,5	2,45	10,8	0,05	0,14		0,14
С6 1983 №753	Макаронные изд. отварные	200/7	7,3	5,6	44,5	262	266	36	10	9	36	0,9	0	0,06	0,02	0,6	0
б.1983 №932	Чай с конфетами	200/16	0,01	0,01	9,21	34,8	4	15	2,5	4	6	0,25	0	0,01	0,05	0	-
ТТК	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,3	117,0	84,3	181,4	244,3	44,3	1,7	3,1	22,9	0,16	0,06	1,7	0
			24,81	20,51	82,41	615,8											
	II Ужин																
сб.1996 №645	Кефир	200	6,0	2,0	8,0	62,0	100	292	240	28	180	0,2	0	0,08	0,34	0,2	1,4

	Четверг																
	Завтрак																
С62008 №148	Пуддинг творожный со сгуш. молоком	50/15	6,4	3,4	16,7	122,0	174	93,5	65	11	94	0,4	30	703	0,11	0,5	0,2
С61983 №411	Каша молочная манная с маслом	230/6	6,9	9,4	33,7	247	756	56	24	10	36	0,4	0	0,06	0,02	0,4	0
С62009 №191	Какао с молоком	200	3,6	3,6	27,8	135,0	0	0	110,6	27,0	101,1	0,9	18,0	0,03	0,13	-	0,52
ТТК	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,3	117,0	84,3	181,4	294,3	44,3	1,7	3,1	22,9	0,16	0,06	1,7	0
			20,9	16,9	102,5	621,0											
	Завтрак-2																
ТТК	Пицца Аппетитная	100	11,5	7,9	30,5	239,0	293	155	18	18	93	1,0	10	0,09	0,09	2,1	0
С61983 №644	Кисель Золотой шар	200	-	-	26,0	106,0	5,3	29,3	16,0	2,7	8,0	0,27	0,16	0,4	0,45	4,0	26,7
			11,5	7,9	56,5	345,0											
	Обед																
С62009 №27	Винегрет с сельдью	80/20	4,2	3,0	5,2	64	226	414	30,4	18,2	72,0	0,66	2,4	0,02	0,04	0	1,66
С62009 №33	Щи из св. капусты со сметаной	250/10	2,1	5,6	7,3	88,0	339	172	35,82	0,75	31,27	0,44	26,7	0,02	0,04	0	10,03
С62009 №81	Плов с мясом	50/200	20,9	18,9	44,7	425,0	339	172	12,9	37,2	97,8	0,9	0	0,04	0,03	-	1,0
С61983 №924	Компот из св.яблок	200	0,11	-	29,0	116,0	11,1	106,7	13,3	4,44	4,44	0,9	0	0,02	0	0,22	6,0
ТТК	Хлеб пшен. /ржаной	100/50	12,0	1,5	73,5	352,5	346	314	58	80	277	5,2	0	0,31	0,13	0,2	5
			39,3	29,0	159,7	1045,5											
	Полдник																
	Груши свежие	100	0,4	0,2	10,3	47,0	14	155	19	12	16	2,3	0	0,02	0,03	0,1	5
			0,4	0,2	10,3	47,0											
	Ужин																
С62009 №65	Жаркое по-домашнему	50/200	17,1	17,4	18,3	299	448	205	31,4	61,6	288,0	4,28	0	0,17	0,2	-	5,7
С61983 №1009	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,6	62,2	1,2	26,7	13,3	6,7	8,9	0,9	0	0	0	0	0
	Печенье	100	7,7	21,4	65,7	436,0	98	85	23	10	65	0,8	120	0,1	0,07	0,6	0
ТТК	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,3	117,0	84,3	181,4	294,3	44,3	1,7	3,1	22,9	0,16	0,06	1,7	0
			28,9	39,3	123,9	914,2											
	II Ужин																
сб.1983 №1098	Йогурт	1шт	2,4	1,2	18,3	94,0	100	304	248	30	190	0,2	20	0,06	0,3	0,4	1,2
			2,4	1,2	18,3	94,0											
	Итого		103,4	94,5	417,2	3066,7	3319,2	2651	1307,32	418,19	1385,91	25,75	273,06	704,66	1,76	11,92	63,01
	Стоимость, в т.ч. наценка	183-15															

Алекс

	Завтрак																
сб1983№411	Каша молоч. «Дружба» с маслом	230/6	7,1	9,8	37,3	267	260	47	24	9	82	0,1	10	0,01	0,03	0,2	0
сб1983№8	Бутерброд с сыром	20/50	4	11,6	9,8	280	33,6	30	300	16,4	180	0,3	63,0	0	0,1	0,06	0,2
Сб2009 №185	Чай с молоком	200	1,5	1,6	15,8	81	28,9	106,7	53,2	6,09	39,15	0,08	9,0	0,01	0,06	0	0,26
ТТК	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,3	117,0	84,3	181,4	294,3	44,3	1,7	3,1	22,9	0,16	0,06	1,7	0
			16,6	23,5	87,2	745,0											
	Завтрак-2																
	Уч-почмак	75	12,4	30,5	28,1	462,0	293	155	18	18	93	1,0	10	0,09	0,09	9,0	0
	Напиток «Золотой шар»	200	1,0	25,4	110,0	110,0	5,3	29,3	16,0	2,7	8,0	0,27	0,16	0,4	0,45	4,0	26,
			13,4	55,9	138,1	572,0											
	Обед																
сб2009№15	Салат Витаминный	80	1,2	3,6	8,6	71,0	59	209	27,6	14,6	24,1	0,72	0	0,02	0,03	-	5,09
сб1983№221	Суп картофельный с бобовыми	250	5,0	5,4	23,9	163,8	648	450	82	48	328	2,2	0	0,15	0,08	0,8	1,0
Сб1983 №670	Шарики-гномики	60/50	6,3	2,9	0,6	82,0	703	133	30	16	77	1,0	0	0,04	0,1	3,0	0,1
Сб1983 №759	Картофельное пюре	200	4,1	6,6	26,9	186	387	684	40	30	84	1,0	4	0,15	0,1	0,15	5,6
Сб2004 №636	Компот из апельсинов	200	0,07	-	27,0	108,6	17,8	204,4	20	13,3	20	0,9	0	0,02	0,02	0,22	28,9
Сб1983 №773	Капуста тушеная	50	1,0	1,3	6,7	43	153	168	24	10	20	0,4	0	0,02	0,02	0,3	8,5
ТТК	Хлеб пшен. /ржаной	100/50	12,0	1,5	73,5	352,5	346	314	58	80	277	5,2	0	0,31	0,13	0,2	5
			29,7	21,3	167,2	1006,9											
	Полдник																
	Финики	100	1,5	0,5	21,0	96,0	32	370	65	69	1,6	0	0,05	0,05	0,8	0	-
			1,5	0,5	21,0	96,0											
	Ужин																
Сб1983 №747	Рис отварной	200	4,6	5,9	42,7	246,0	578	88	2,6	47	133	1,0	0	0,05	0,03	1,3	0
Сб2009№150	Соус сметанный	40	0,5	1,8	2,2	27,0	6	8	10,1	1,4	9,33	0,06	11,25	0,11	0,01	0,01	0,02
Сб1983 №155	Птица отварная	60	14,2	12,0	0,2	165	578	88	26	47	133	1,0	0	0,05	0,03	1,3	0
Сб1983 №932	Чай с конфетами	200/16	0,01	0,01	9,21	34,8	4	15	2,5	4	6	0,25	0	0	0,01	0,05	0
ТТК	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,3	117,0	84,3	181,4	294,3	44,3	1,7	3,1	22,9	0,16	0,06	1,7	0
			23,31	20,21	78,61	589,8											
	II Ужин																
сб.1996 №645	Кефир	200	6,0	2,0	8,0	62,0	100	292	240	28	180	0,2	0	0,08	0,34	0,2	1,4
			6,0	2,0	8,0	62,0											
	Итого		90,51	123,41	500,11	3071,7	4401,2	3754,2	1627,6	549,09	1698,58	21,88	153,26	1,88	2,55	23,47	82,07
	Стоимость, в т.ч. наценка	183-15															

	Суббота																
	Завтрак																
сб1983№411	Каша молоч. рисовая с маслом	230/6	5,8	9,4	34,8	247	576	68	20	36	102	0,8	0	0,04	0,22	1,0	0
Сб2009 №2	Бутерброд с маслом и сыром	7/18/70	9,7	9,9	30,8	25,6	34,2	28,0	173,3	28,71	148,1	1,34	47,5	0,08	0,09	-	0,05
Сб2009 №188	Кофейный напиток на молоке	200	3,0	3,1	17,9	109	0	98	106	12,18	78,3	0,13	18,0	0,03	0,12	-	0,52
ТТК	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,3	117,0	84,3	181,4	294,3	44,3	1,7	3,1	22,9	0,16	0,06	1,7	0
			22,5	22,9	107,8	498,6											
	Завтрак-2																
	Пирожное Детское	80	5,4	23,9	54,9	457,0	59	117	23	8	47	1,1	165	0,09	0,08	0,5	0
Сб1983 №1011	Сок фруктовый	200	1,0	-	25,4	110,0	4	490	40	20	36	0,4	0	0,04	0,08	0,4	8,0
			6,4	23,9	80,3	567,0											
	Обед																
Сб2009 №18	Салат из свеклы с изюмом	80	1,1	4,3	12,2	89	49	342	21,6	128	25,13	0,82	0	0,01	0,02	--	1,29
Сб1983 №573	Суп -Салма с фрикадельками	25/250	35,8	13,4	6,3	203,3	805	107	38	25	90	1,0	0	0,06	0,05	1,2	7,0
Сб2009№52	Рыба припущенная с овощами	90	21,2	6,3	0,4	143	551	195	20,8	29,9	193	0,63	19,7	0,16	0,14	0	0,57
Сб2009 №114	Каша перловая	230/8	6,5	6,8	41,3	256,0	-	-	77,7	61,3	221,3	1,75	39,3	0,07	0,07	1,13	-
Сб2004	Компот из кураги	200	3,1	-	34	140,2	4,44	137,8	20	4,44	11,1	0,2	0	0	0,02	0,22	2,0
ТТК	Хлеб пшен. /ржаной	100/50	12,0	1,5	73,5	352,5	346	314	58	80	277	5,2	0	0,31	0,13	3,5	0
			79,7	32,3	167,7	1184,0											
	Полдник																
	Яблоки свежие	100	0,4	0,4	9,8	48,0	278	16	9	11	2,2	0	0,03	0,02	0,3	10,	-
			0,4	0,4	9,8	48,0											
	Ужин																
	Биточки Уральские	100	14,5	16,0	12,8	218,0	422	105	11	12	61	1,4	0	0,04	0,05	1,2	0
Сб1983 №348	Картофель запеченный	200	2,9	6,8	15,9	136,5	336	651	64	60	230	3,2	0	0,07	0,05	0,8	2,7
Сб2009 №186	Чай с лимоном	200/15/7	0,2	0,1	13,9	55	4	34	2,86	0,73	1,34	0,08	0	0	0		1,12
ТТК	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,3	117,0	84,3	181,4	294,3	44,3	1,7	3,1	22,9	0,16	0,06	1,7	0
			21,6	23,4	66,9	526,5											
	II Ужин																
сб.1983 №1098	Йогурт	1шт	2,4	1,2	18,3	94,0	100	304	248	30	190	0,2	20	0,06	0,3	0,4	1,2
			2,4	1,2	18,3	94,0											
	Итого		133,0	104,1	450,8	2918,1	3737,24	3369,6	1521,86	635,86	1716,87	24,45	355,33	1,4	1,848	23,75	24,45
	Стоимость в т.ч. наценка	183-15															

	Воскресенье																
	Завтрак																
С61983 №411	Каша молоч. Артек с маслом	230/6	9,66	9,02	88,04	466,44	756	174	44	48	198	3,4	0	0,16	0,06	1,0	0
С61983 №453	Яйцо отварное	1шт	5,1	4,6	0,3	63,0	54	56	22	5	77	1,0	100	0,03	0,18	0,1	0
С62009№191	Какао с молоком	200	3,6	3,6	22,8	135,0	0	0	110,6	27,0	101,1	0,9	18,0	0,03	0,13	0	0,52
ТТК	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,3	117,0	84,3	181,4	294,3	44,3	1,7	3,1	22,9	0,16	0,06	1,7	0
			22,36	17,72	135,44	664,56											
	Завтрак-2																
С61983 №1104	Сосиска в тесте	50/50	12,2	20,8	65,0	241,5	403	110	17,5	10	80	0,8	0	0,9	0,7	2,3	0
	Напиток Золотой шар	200	1,0	-	25,4	110,0	5,3	29,3	16,0	2,7	8,0	0,27	0,16	0,4	0,45	4,0	26,
			13,2	20,8	90,4	351,5											
	Обед																
С6 1983№103	Винегрет овощной	80	1,1	1,9	6,1	46,0	226	414	39	18	59	6,6	0	0,03	0,03	0,3	6,6
С61983 №216	Суп Крестьянский с крупой	250/10	2,4	6,4	11,7	115	638	563	45	33	193	1,0	0	0,1	0,08	1,2	11,8
С61983 №619	Печень по-Строгановски	80/50	20,9	16,1	3,6	244	40	684	387	30	84	1,0	4	0,15	0,1	1,5	5,6
С61983 №753	Макаронные изд. отварные	200/7	7,3	5,6	44,5	262	266	36	10	9	36	0,9	0	0,06	0,02	0,6	0
С62004 №705	Напиток из шиповника	200	0,6	0,3	27,0	111,0	4	8	11,09	2,96	2,96	0,57	0	0,01	0,05	-	80
ТТК	Хлеб пшен. /ржаной	100/50	12,0	1,5	73,5	352,5	346	314	58	80	277	5,2	0	0,31	0,13	3,5	0
			44,3	31,8	166,4	1130,5											
	Полдник																
	Апельсины свежие	100	0,4	0,3	9,8	47,0	13	197	34	13	23	0,3	0	0,04	0,03	0,2	60,
			0,4	0,3	9,8	47,0											
	Ужин																
С62009 №80	Рагу овощное с мясом	200	17,4	18,9	14,9	299	305	595	46,1	47,2	204,1	3,1	7,65	0,07	0,19	0	10,12
С61983 №1009	Чай с сахаром	200	0,1	-	15,6	62,2	2,2	26,7	13,3	6,7	8,9	0,9	0	0	0	0	0
	Печенье сахарное	100	7,7	15,4	65,7	436,0	330	110	29	20	90	2,1	10	0,08	0,05	1,9	0
ТТК	Хлеб пшеничный	50	4,0	0,5	24,3	117,0	84,3	181,4	294,3	44,3	1,7	3,1	22,9	0,16	0,06	1,7	0
			29,2	34,8	120,5	914,2											
	II Ужин																
сб.1983 №1098	Йогурт	1шт	2,4	1,2	18,3	94,0	100	304	248	30	190	0,2	20	0,06	0,3	0,4	1,2
			2,4	1,2	18,3	94,0											
	Итого		111,86	106,62	540,84	3201,76	3657,1	3983,8	1719,19	471,16	1635,46	34,44	205,61	2,75	2,62	20,4	201,84
	Стоимость, в т.ч. наценка	183-15															