



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ



ООО "УКДП"

Директор

Аминева Рина Фаязовна

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД (2-х недельное)

Сезон: **осень-зима**
Возрастная категория: **Дети(1-4кл)**

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС0001
Макаронные изделия отварные	160	5,16	5,06	58,09	199	ДП0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,56	0,49	22,39	109	ДП00005
Всего в 1 Завтрак		9,56	9,07	94,99	514	
Обед						
Щи из св.кап.со смет	225	1,6	4,72	7,27	78	ДП00417
Плов из птицы (филе)	215	17,1	21,43	43,83	437	ДП00194
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	ДП00004
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43	ДП00005
Всего в Обед		21,23	26,49	76,33	632	
Полдник						
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС0001
Макаронные изделия отварные	160	5,16	5,06	58,09	199	ДП0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,56	0,49	22,39	109	ДП00005
Всего в Полдник		9,56	9,07	94,99	514	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Каша рисовая молочная вязкая	180	11,38	14,53	33,3	250	дп000101
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,56	0,49	22,39	109	дп000005
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56	дп000340
Всего в 1 Завтрак		15,43	15,5	76,53	451	
Обед						
Рассольник ленин.со смет.	225	4,21	4,1	41,19	140	дп000418
Жаркое по-домашнему с филе кур	215	16,97	21,55	23,76	370	дп000043
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43	дп000005
Всего в Обед		23,71	26	90,18	627	
Полдник						
Йогурт питьевой	100	3,86	1,32	19,6	112	дп000059
Маффины	1/100	15,33	15,8	53,36	413	вып00025
Всего в Полдник		19,19	17,12	72,96	525	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Куриное филе, тушеное с овощами	90	14,18	18,01	2,43	274	дп0170*
Каша гречневая вязкая	160	2,97	5,57	33,6	150	дп74000
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,49	22,39	109	дп000005
Всего в 1 Завтрак		20,73	24,07	67,5	568	
Обед						
Борщ с капуст. и карт.со смет.	200	3,98	5,15	22,66	111	дп00419
Гуляш (филе птицы)	90	14,81	15,46	2,59	288	дп380**
Макаронные изделия отварные	145/5	4,84	4,74	54,46	187	дп0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43	дп000005
Всего в Обед		26,16	25,7	104,95	704	
Полдник						
Куриное филе, тушеное с овощами	60	9,45	12,01	1,62	183	дп0170*
Каша гречневая вязкая	150	2,79	5,23	31,5	140	дп74000
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,49	22,39	109	дп000005
Всего в Полдник		15,81	17,72	64,59	467	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Яйцо отварное	53	5,5	4,66	0,29	65	ДП000341
Каша молочная "Дружба"	200	6,36	10,69	33,96	250	ДП000082
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП000334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,48	22,38	108	ДП000005
Всего в 1 Завтрак		15,43	15,83	65,72	459	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми	1/200	7,57	6,76	14,8	172	ДП0277А
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС0001
Каша гречневая вязкая	150	2,79	5,23	31,5	140	ДП74000
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП000334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	ДП000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43	ДП000005
Всего в Обед		13,71	15,86	76,96	600	
Полдник						
Яблоки	100	0,2		4,2	16	ДП000340
Маффины	1/100	15,33	15,8	53,36	413	ВЫП0025
Всего в Полдник		15,53	15,8	57,56	429	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,85	1,01	189	СМС0010
Макаронные изделия отварные	145/5	4,84	4,74	54,46	187	ДП0144А
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,48	22,38	108	ДП000005
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Всего в 1 Завтрак		18,41	18,07	86,93	520	
Обед						
Суп из овощей со смет.	200	1,49	3,56	8,15	70	ДП00420
Рыба туш с овощ(филе минтая)	90	17,19	17,29	40,14	363	ДП0220а
Картофельное пюре	1/150	3,06	4,44	20,05	132	ДП000067
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	ДП000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,2	8,96	44	ДП000005
Всего в Обед		24,27	25,64	93,57	682	
Полдник						
Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,85	1,01	189	СМС0010
Макаронные изделия отварные	145/5	4,84	4,74	54,46	187	ДП0144А
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,48	22,38	108	ДП000005
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Всего в Полдник		18,41	18,07	86,93	520	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС00001
Каша гречневая вязкая	150	2,79	5,23	31,5	140	ДП74000
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,49	22,39	109	ДП000005
Всего в 1 Завтрак		7,19	9,24	68,4	455	
Обед						
Борщ с капуст. и карт.со смет.	200	3,98	5,15	22,66	111	ДП00419
Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,85	1,01	189	СМС0010
Макаронные изделия отварные	150	5,43	4,8	35,29	206	ДП0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	ДП000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43	ДП000005
Всего в Обед		21,94	23,15	84,19	623	
Полдник						
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС00001
Каша гречневая вязкая	150	2,79	5,23	31,5	140	ДП74000
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,49	22,39	109	ДП000005
Всего в Полдник		7,19	9,24	68,4	455	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Яйцо отварное	53	5,5	4,66	0,29	65	ДП000341
Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	200	7,93	10,24	34,68	258	ДП000087
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП000334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,48	22,38	108	ДП000005
Всего в 1 Завтрак		16,99	15,38	66,43	467	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми	1/200	7,57	6,76	14,8	172	ДП0277А
Биточки рыбные с соусом	50/50	9,38	12,52	19,09	178	СРС0021
Картофельное пюре	1/150	3,06	4,44	20,05	132	ДП000067
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП000334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	ДП000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43	ДП000005
Всего в Обед		22,54	24,06	79,17	599	
Полдник						
Яблоки	100	0,2		4,2	16	ДП000340
Маффины	1/100	15,33	15,8	53,36	413	ВЫП0025
Всего в Полдник		15,53	15,8	57,56	429	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Куриное филе, тушеное с овощами	90	14,18	18,01	2,43	274	дп0170*
Макаронные изделия отварные	160	5,16	5,06	58,09	199	дп0144А
Чай со смесью витам.Витошка	200		0,03	0,02	1	дп33400
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,48	22,38	108	дп000005
Всего в 1 Завтрак		22,91	23,58	82,92	583	
Обед						
Щи из св.кап.со смет	225	1,6	4,72	7,27	78	дп00417
Плов из говядины	215	21,18	21,16	55,79	439	дпп0019
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43	дп000005
Всего в Обед		25,31	26,22	88,28	634	
Полдник						
Куриное филе, тушеное с овощами	60	9,45	12,01	1,62	183	дп0170*
Макаронные изделия отварные	180	6,52	5,76	42,34	247	дп0144А
Чай со смесью витам.Витошка	200		0,03	0,02	1	дп33400
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,48	22,38	108	дп000005
Всего в Полдник		19,54	18,28	66,37	539	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Каша молочная "Дружба"	150	4,77	6,14	25,47	176	дп000082
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,56	0,49	22,39	109	дп000005
Йогурт питьевой	100	3,86	1,32	19,6	112	дп000059
Всего в 1 Завтрак		12,2	7,94	76,54	433	
Обед						
Рассольник ленин.со смет.	200	3,75	3,65	36,61	125	дп000418
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС0001
Макаронные изделия отварные	150	5,43	4,8	35,29	206	дп0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43	дп000005
Всего в Обед		12,53	12,32	102,56	618	
Полдник						
Йогурт питьевой	100	3,86	1,32	19,6	112	дп000059
Маффины	1/100	15,33	15,8	53,36	413	вып0025
Всего в Полдник		19,19	17,12	72,96	525	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Каша рисовая рассыпчатая	160	3,88	5,72	39,61	226	дп0105А
Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,85	1,01	189	смс0010
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,56	0,49	22,39	109	дп000005
Всего в 1 Завтрак		17,45	19,05	72,09	560	
Обед						
Суп картофел.с макаронными изделиями	220	2,47	2,48	23,61	106	дп0288а
Жаркое по-домашнему с филе кур	220	17,37	22,06	24,31	378	дп00043
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,43	0,19	8,95	43	дп000005
Всего в Обед		22,37	24,88	73,15	601	
Полдник						
Каша рисовая рассыпчатая	160	3,88	5,72	39,61	226	дп0105А
Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,85	1,01	189	смс0010
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,86	0,39	17,91	87	дп000005
Всего в Полдник		16,74	18,95	67,61	538	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

ООО "УКДП"

Директор

Аминев Рина Фаязовна

МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)Сезон: **осень-зима**Возрастная категория: **Дети с 12 лет и старше**

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС0001
Макаронные изделия отварные	190	6,88	6,08	44,7	260	ДП0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,28	0,59	26,87	131	ДП00005
Всего в 1 Завтрак		11,98	10,2	86,07	597	
Обед						
Щи из св.кап.со смет	250	1,78	5,24	8,07	87	ДП00417
Плов из птицы (филе)	280	22,27	27,91	57,08	569	ДП00194
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	ДП00004
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,14	0,29	13,43	65	ДП00005
Всего в Обед		27,29	33,6	94,86	795	
Полдник						
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС0001
Макаронные изделия отварные	190	6,88	6,08	44,7	260	ДП0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,28	0,59	26,87	131	ДП00005
Всего в Полдник		11,98	10,2	86,07	597	

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

ООО "УКДП"

Директор

Аминева Рина Фаязовна

**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Сезон: **осень-зима**

Возрастная категория: **Дети с 12 лет и старше**

1-ая неделя/Понедельник

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС0001
Макаронные изделия отварные	190	6,88	6,08	44,7	260	ДП0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,28	0,59	26,87	131	ДП000005
Всего в 1 Завтрак		11,98	10,2	86,07	597	
Обед						
Щи из св.кап.со смет	250	1,78	5,24	8,07	87	ДП00417
Плов из птицы (филе)	280	22,27	27,91	57,08	569	ДП00194
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	ДП000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,14	0,29	13,43	65	ДП000005
Всего в Обед		27,29	33,6	94,86	795	
Полдник						
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС0001
Макаронные изделия отварные	190	6,88	6,08	44,7	260	ДП0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,28	0,59	26,87	131	ДП000005
Всего в Полдник		11,98	10,2	86,07	597	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Каша рисовая молочная вязкая	220	13,91	17,76	40,7	306	дп000101
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,56	0,49	22,39	109	дп000005
Яблоки	120	0,48	0,48	11,76	56	дп000340
Всего в 1 Завтрак		17,96	18,72	83,93	506	
Обед						
Рассольник ленин.со смет.	250	4,68	4,56	45,77	156	дп000418
Жаркое по-домашнему с филе кур	280	22,1	28,07	30,94	481	дп000043
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,14	0,29	13,43	65	дп000005
Всего в Обед		30,03	33,07	106,42	776	
Полдник						
Йогурт питьевой	150	5,79	1,98	29,4	168	дп000059
Маффины	1/100	15,33	15,8	53,36	413	вып00025
Всего в Полдник		21,12	17,78	82,76	581	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Каша гречневая вязкая	200	3,72	6,97	42	187	дп74000
Куриное филе, тушеное с овощами	100	15,76	20,01	2,7	304	дп0170*
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,49	22,39	109	дп000005
Всего в 1 Завтрак		23,04	27,47	76,17	636	
Обед						
Борщ с капуст. и карт.со смет.	250	4,98	6,44	28,33	139	дп00419
Гуляш (филе птицы)	100	16,46	17,18	2,88	320	дп380**
Макаронные изделия отварные	180	6,52	5,76	42,34	247	дп0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,65	0,23	10,8	57	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,14	0,29	13,43	65	дп000005
Всего в Обед		31,74	29,9	106,87	864	
Полдник						
Куриное филе, тушеное с овощами	80	12,61	16,01	2,16	243	дп0170*
Каша гречневая вязкая	220	4,09	7,66	46,2	206	дп74000
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,49	22,39	109	дп000005
Всего в Полдник		20,26	24,16	79,83	594	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Яйцо отварное	53	5,5	4,66	0,29	65	дп000341
Каша молочная "Дружба"	250	7,95	13,36	42,45	313	дп000082
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,48	22,38	108	дп000005
Всего в 1 Завтрак		17,02	18,5	74,21	522	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми	250	9,46	8,45	18,5	215	дп0277А
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС0001
Каша гречневая вязкая	170	3,16	5,92	35,7	159	дп74000
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,65	0,23	10,8	57	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,14	0,29	13,43	65	дп000005
Всего в Обед		17,24	18,42	92,94	702	
Полдник						
Яблоки	120	0,24		5,04	19	дп000340
Маффины	1/100	15,33	15,8	53,36	413	вып0025
Всего в Полдник		15,57	15,8	58,4	432	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,85	1,01	189	СМС0010
Макаронные изделия отварные	190	6,88	6,08	44,7	260	ДП0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,28	0,58	26,86	130	ДП000005
Всего в 1 Завтрак		21,16	19,51	81,65	615	
Обед						
Суп из овощей со смет.	250	1,87	4,45	10,18	88	ДП00420
Рыба туш с овощ(филе минтая)	100	19,1	19,21	44,6	403	ДП0220а
Картофельное пюре	180	3,67	5,33	24,06	158	ДП00067
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	ДП000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,85	0,39	17,91	87	ДП000005
Всего в Обед		28,59	29,53	113,03	810	
Полдник						
Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,85	1,01	189	СМС0010
Макаронные изделия отварные	190	6,88	6,08	44,7	260	ДП0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,28	0,58	26,86	130	ДП000005
Всего в Полдник		21,16	19,51	81,65	615	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС00001
Каша гречневая вязкая	200	3,72	6,97	42	187	ДП74000
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,29	0,58	26,86	130	ДП000005
Всего в 1 Завтрак		8,83	11,08	83,37	523	
Обед						
Борщ с капуст. и карт.со смет.	250	4,98	6,44	28,33	139	ДП00419
Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,85	1,01	189	СМС0010
Макаронные изделия отварные	180	6,52	5,76	42,34	247	ДП0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб ржано-пшеничный	60	1,65	0,23	10,8	57	ДП000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,85	0,39	17,91	87	ДП000005
Всего в Обед		25,99	25,67	109,47	755	
Полдник						
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС00001
Каша гречневая вязкая	180	3,34	6,27	37,8	168	ДП74000
Чай с сахаром	200			9,08	36	ДП00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,29	0,58	26,86	130	ДП000005
Всего в Полдник		8,46	10,38	79,17	505	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Яйцо отварное	53	5,5	4,66	0,29	65	дп000341
Каша овсян."Геркулес"молоч.жидкая	240	9,51	12,29	41,61	309	дп000087
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,28	0,58	26,86	130	дп000005
Всего в 1 Завтрак		19,29	17,53	77,84	540	
Обед						
Суп картофельный с бобовыми	250	9,46	8,45	18,5	215	дп0277А
Биточки рыбные с соусом	50/50	9,38	12,52	19,09	178	срс0021
Картофельное пюре	180	3,67	5,33	24,06	158	дп000067
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,85	0,39	17,91	87	дп000005
Всего в Обед		26,46	26,84	95,84	712	
Полдник						
Яблоки	120	0,24		5,04	19	дп000340
Маффины	1/100	15,33	15,8	53,36	413	вып0025
Всего в Полдник		15,57	15,8	58,4	432	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Куриное филе, тушеное с овощами	100	15,76	20,01	2,7	304	дп0170*
Макаронные изделия отварные	190	6,13	6	68,98	237	дп0144А
Чай со смесью витам.Витошка	200		0,03	0,02	1	дп33400
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,28	0,58	26,86	130	дп000005
Всего в 1 Завтрак		26,17	26,63	98,56	672	
Обед						
Щи из св.кап.со смет	250	1,78	5,24	8,07	87	дп00417
Плов из говядины	270	26,6	26,57	70,06	551	дпп0019
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,85	0,39	17,91	87	дп000005
Всего в Обед		32,33	32,35	112,32	798	
Полдник						
Куриное филе, тушеное с овощами	1/70	11,03	14,01	1,89	213	дп0170*
Макаронные изделия отварные	180	6,52	5,76	42,34	247	дп0144А
Чай со смесью витам.Витошка	200		0,03	0,02	1	дп33400
Хлеб пшеничный витаминизированный	60	4,28	0,58	26,86	130	дп000005
Всего в Полдник		21,83	20,38	71,11	591	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Каша молочная "Дружба"	200	6,36	10,69	33,96	250	дп000082
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,56	0,49	22,39	109	дп000005
Йогурт питьевой	100	3,86	1,32	19,6	112	дп000059
Всего в 1 Завтрак		13,79	12,5	85,03	507	
Обед						
Рассольник ленин.со смет.	250	4,68	4,56	45,77	156	дп000418
Котлеты куриные с соусом	50/50	0,83	3,53	5,43	170	СКС0001
Макаронные изделия отварные	180	5,81	5,69	65,35	224	дп0144А
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп000334
Хлеб ржано-пшеничный	40	1,1	0,15	7,2	38	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2,14	0,29	13,43	65	дп000005
Всего в Обед		14,56	14,22	146,26	689	
Полдник						
Йогурт питьевой	150	5,79	1,98	29,4	168	дп000059
Маффины	1/100	15,33	15,8	53,36	413	вып0025
Всего в Полдник		21,12	17,78	82,76	581	

Приём пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг. ценность	№ рецеп- туры
		Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	4	5	6	7	8
1 Завтрак						
Каша рисовая рассыпчатая	200	4,85	7,15	49,52	282	дп0105А
Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,85	1,01	189	СМС0010
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,48	22,38	108	дп000005
Всего в 1 Завтрак		18,42	20,48	81,99	616	
Обед						
Суп картофел.с макаронными изделиями	250	2,81	2,82	26,83	120	дп0288а
Жаркое по-домашнему с филе кур	250	19,73	25,06	27,63	430	дп00043
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб ржано-пшеничный	50	1,38	0,19	9	48	дп000004
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,48	22,38	108	дп000005
Всего в Обед		27,49	28,55	94,92	742	
Полдник						
Каша рисовая рассыпчатая	200	4,85	7,15	49,52	282	дп0105А
Котлета "Мясные" с соусом	50/50	10	12,85	1,01	189	СМС0010
Чай с сахаром	200			9,08	36	дп00334
Хлеб пшеничный витаминизированный	50	3,57	0,48	22,38	108	дп000005
Всего в Полдник		18,42	20,48	81,99	616	